Par Geneviève Young, Facilitatrice

POUR MIEUX LA CONNAÎTRE
Geneviève Young est auteure, conférencière, productrice, journaliste et formatrice. Par le biais des événements qu'elle organise, des reportages qu'elle produit et des textes qu'elle écrit, elle aime mettre en lumière l'unicité, les parcours et les rêves de chacun. Son leitmotiv est de partager des enseignements de la vie pour tisser des liens de cœur, reconnaître notre grandeur et s'aimer entièrement dans notre humanité!

BEST-SELLER
Livre collectif :
Porteuses d'humanité

Dire

Poésie d'une affranchie

Information:
(450) 414-0554
www.genevieveyoung.com
face@genevieveyoung.com

Ma VIE... Ma *création*...

Pour inaugurer cette nouvelle chronique multiplateforme, je suis allée à la rencontre de Guy Corneau qui arrivait d'Hawaï et nous dévoilerait sa nouvelle création, une pièce de théâtre interactive intitulée *Céline et André. Une histoire d'amour à éclairer*... En route pour mon rendez-vous, je me demandais comment lui expliquer le sens que nous voulions donner à cette nouvelle chronique « Du clic au déclic »?

Dès mon arrivée, j'installe ma caméra, mes projecteurs et je me lance dans cette grande première. Trêve d'explication, je choisis de faire confiance à ce qui se présentera! Spontanément, après quelques minutes d'entretien, Guy me raconte une histoire que je vous offre d'entrée de jeu, car elle donne superbement bien le ton à notre vision *Du clic au déclic.*

Crise ou naissance?

« À un *moment donné, alors que j'animais un atelier avec des hommes, il y a un gars qui a fait une crise très importante. Il a pratiquement décompensé sur les lieux et cela a fait peur à beaucoup de gens qui assistaient à l'atelier. Il était dans une crise énorme. C'était un dentiste et il venait de voir toute l'illusion de sa vie en un seul coup. Tout s'était ouvert. Je l'ai pris dans mes bras et je l'ai ramené tranquillement, puis il a poursuivi son atelier. C'était extraordinaire de voir le chemin qu'il a fait.*

On m'a demandé : "Mais comment faites-vous pour accompagner des gens en crise comme ça"? J'ai répondu : "Vous, vous voyez quelqu'un qui est en crise. Moi, je

pas renaître d'un passé quelquefois douloureux en choisissant lucidement notre destin?

Pourquoi seule la surface de la vieille branche nous intéresse-t-elle? Pourquoi ne pas porter notre attention sur les processus pédagogiques cachés qui fabriquent le printemps, la naissance de nos pensées, le mystère qui se produit au matin lors de notre réveil, etc.

Devenir sa propre boussole

Nous sommes passifs lorsque notre identité est construite sur le monde des apparences, des avoirs et du tout contrôlé. L'imprévisible et l'inattendu ne sont alors pas accueillis comme des amis. Si nous combattons le passé, nous nous blessons et si nous craignons l'avenir, nous nous privons du domaine de tous les possibles. Prenez soin de ce qui apparaît de nouveau, car vous n'avez pas d'avenir si vous ne faites pas des choses nouvelles. Devenez votre propre boussole pour ne pas rester dans la morosité et l'immobilisme.

Si nous combattons le passé, nous nous blessons et si nous craignons l'avenir, nous nous privons du domaine de tous les possibles.

Bien vivre le changement, c'est accepter de changer avec lui pour faire renaître le plaisir d'apprendre. Remerciez votre corps, vos amis, votre famille d'exister. Posez des actions simples qui résonneront comme de grandes victoires sur les conflits entraînés par votre habitude à vous attacher à ce qui ne va pas, aux trains en retard, aux feux qui passent au rouge, à la pluie qui ne cesse de tomber...

Comme si c'était la première fois

Soyez des parfumeurs de nouveautés, des semeurs de courage, des amoureux de la bienveillance et surtout faites aux autres ce que vous souhaitez pour vous-mêmes. Pratiquez l'esprit de la première fois où tout est à apprendre et à découvrir sans la peur des obstacles et des échecs qui n'est qu'une vieille résistance enfouie dans une vieille souffrance : la peur de changer.

On doit voir la vie comme une succession d'apprentissages neutres qui invitent à une plus grande clarté, à une plus grande connaissance, à une plus grande harmonie. Et gardez surtout à l'esprit cette grande vérité : *Le passé ne revient pas, c'est le malheur qui s'efface...*

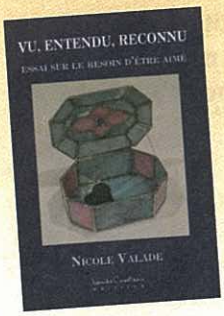
VIVRE, c'est...

Dire oui à ce qui fut!

Nous ne pouvons être autrement que le fruit de notre passé. Accueillir ce passé, les enseignements qui nous ont été transmis, nous permet de faire fructifier notre avenir!

Louise Courteau
ÉDITRICE

31 ans d'existence !



Vu, entendu, reconnu
Nicole Valade

Nous éprouvons tous le besoin d'être aimés. Ce besoin d'amour est-il une conséquence ou un châtiment? Quoi qu'il en soit, c'est une croisade inlassable pour l'assouvir. Pour être aimés, nous sommes prêts à tout. Nous déployons des stratagèmes pour le conserver et nous développons des moyens de défense pour prendre et garder notre place. Nous aurons peur d'être rejetés, abandonnés et de tout ce qui en découle, si nous avons manqué d'amour ou si nous avons été mal aimés. Un thème inépuisable, mais abordé et traité sous un regard nouveau.

ISBN-13: 978-2-89239-351-4 250 pages Prix: 19.95$

L'Église et la Franc-Maçonnerie du Québec
Baudouin Burger

La lutte des catholiques contre les Francs-Maçons est bien connue. Ce qui l'est moins est la forme qu'elle a prise au Québec, surtout à la fin du XIXe siècle alors qu'on lance force accusations et excommunications contre les quelques Canadiens français hérétiques. Mais les sectaires ne sont pas forcément ceux que l'on pense. En réalité, cette lutte cache des intérêts pas très catholiques! La technique du bouc émissaire n'est pas originale et les moyens employés que nous décrivons contre ceux qui parlaient et parlent de liberté sont encore les mêmes aujourd'hui. N'est-ce pas?

ISBN-13: 978-2-89239-352-1 - 356 pages - Prix: 29.95$

Elle est belle la vie
Jean Bouchart d'Orval

De tous les êtres humains que j'ai côtoyés dans ma vie, incluant tous les enseignants spirituels d'Orient et d'Occident, Virgil est le seul en qui je n'ai jamais décelé la moindre feinte : je ne l'ai jamais surpris à tricher ni avec lui-même ni avec les autres. Jean Bouchart d'Orval Ses paroles sont bien peu de choses comparées à l'immense simplicité de sa présence physique, mais nous avons gardé leur parfum d'authenticité parfois cinglante. Ses propos sont percutants parce que chargés de la lucidité qui animait son quotidien. Virgil n'a jamais écrit un mot et n'a jamais enseigné. Il a partagé, simplement, gratuitement, dans la limpidité et la transparence. Que cet ouvrage éveille en vous la sérénité à laquelle vous aspirez!

ISBN-13: 978-2-89239-346-0 - 232 pages - Prix: 19.95$

Le Chakra du cœur, méthode d'éveil
Dominique et Sabéra Ramassamy

Le cœur subtil participe à notre activité quotidienne, mais nous n'en avons pas conscience, étant dominés par l'émotionnel et le mental, deux chakras qui font ici l'objet d'un regard critique. Le yoga du cœur permet de gérer les états émotionnels, grâce au rôle anti-stress du chakra du cœur. Pour les lecteurs exigeants, certaines parties exposent des compréhensions fines sur la Voie du cœur : l'âme, la conscience, le sens spirituel de la vie, le chemin vers l'Amour. De façon inattendue, l'ouvrage se termine en revisitant un conte de fées : Blanche-Neige et les 7 chakras!

ISBN-13: 978-2-89239-354-5 - 216 pages - Prix: 19.95$

En vente chez votre libraire !
www.louisecourteau.com

vois quelqu'un qui est en train de naître". Et c'est ce que je voyais. Je l'avais dans mes bras et alors que ce grand adulte-là pleurait, je voyais les pleurs d'un enfant qui était en train de venir au monde. Pour lui, c'était un moment transformateur dans sa vie et je l'accompagnais avec beaucoup de joie. En tant que psychanalyste, il ne faut pas toujours s'identifier à la souffrance de nos patients, on doit aussi s'identifier à tout le mouvement de création qui est en train de naître au travers. »

En racontant mon histoire, je l'objective, je la vois ou sinon je la dessine ou je la danse. Ça me permet de dialoguer avec elle.

Nous identifier à notre grandeur!

Du Clic au Déclic est une chronique hybride, c'est-à-dire qu'en plus de lire l'article ici dans le magazine, vous pouvez voir l'intégrale en vidéo sur le Web. Ces rencontres se veulent des partages avec des êtres humains qui sont venus expérimenter la Vie dans toute sa beauté, conscients que TOUT ce qu'elle place sur notre chemin est un enseignement qui nous est personnellement destiné. *Du Clic au Déclic* nous amène à poser un regard différent sur nos expériences et nos apprentissages, nous invitant à ne plus nous identifier à nos limites ni à nos peurs, mais bien à nos possibilités et à notre grandeur!

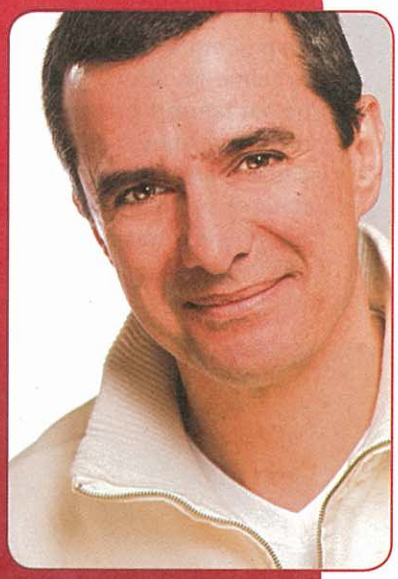
Un prisonnier en quête de liberté

Avec Guy Corneau, j'ai voulu comprendre pourquoi il est si difficile de changer notre regard sur nos expériences de vie. Pourquoi nous sommes, la plupart du temps, prisonniers de notre histoire? Voici ce qu'il avait à me dire.

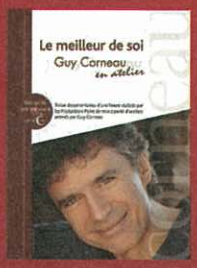
Guy Corneau : Je pense que c'est parce qu'il y a une identification au malheur et que le malheur active beaucoup de mémoires qui sont plus sombres, mémoires qui proviennent de l'enfance, mais qui peuvent aussi provenir de vies passées ou même de la collectivité. Plus on s'identifie à cette partie sombre et plus on est submergé, noyé dedans. On n'arrive plus à émerger. C'est pourquoi on a besoin de moments pour aller suivre un séminaire, se donner un temps de pause, de congé ou de repos; se sortir un peu de son histoire pour être capable de changer de regard sur tout ça et s'apercevoir qu'on n'est pas seulement une victime qui subit un drame, mais qu'on est aussi quelqu'un qui recrée ce drame inconsciemment pour pouvoir en sortir.

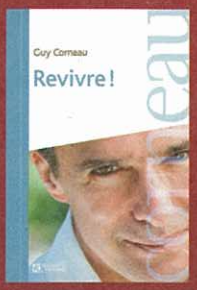
Les gens qui s'en sortent sont ceux qui ont le réflexe d'utiliser ce qui arrive pour se dire : « Tiens, ça me renseigne sur les choses qui me gardent encore prisonnier, mais je peux les utiliser pour changer mes états. » Tu sais, si j'ai beau-

Un parcours, une vie…



Détenteur d'une maîtrise en Sciences de l'Éducation de l'Université de Montréal et psychanalyste diplômé de l'Institut Carl Gustav Jung de Zurich, Guy Corneau est l'auteur de cinq best-sellers qui ont été traduits en plusieurs langues, soit : *Père manquant, fils manqué, L'amour en guerre, La guérison du cœur, Victime des autres bourreaux de soi-même, Le meilleur de soi* et son tout dernier né, *Revivre !*, paru aux Éditions de l'Homme à l'automne 2010.





Auteur et conférencier de réputation internationale, Guy Corneau a donné des conférences et animé des ateliers de développement personnel dans divers coins du globe. Personnalité médiatique, il a participé à plusieurs magazines télévisuels. En 2004, *Canal Vie* lui a confié l'animation d'une émission hebdomadaire intitulée *Guy Corneau en toute confidence* qui a tenu l'affiche pendant quatre ans. Au fil des années, il a signé de nombreuses chroniques dans différents journaux et magazines du Québec et de l'Europe. Engagé socialement, il est fondateur des *Réseau Hommes Québec* et *Réseau Femmes Québec*, dont la formule s'est répandue dans plusieurs pays francophones.

De 1997 à 2006, Guy Corneau s'est entouré d'une vingtaine d'artistes et de thérapeutes au sein des *Productions Coeur.com* alliant la compréhension psychologique et l'expression créatrice dans une perspective d'ouverture du cœur.

Aujourd'hui, tout en continuant sa vie d'auteur et de conférencier, il tourne son regard vers le théâtre et nous présente : « **Céline et André. Une histoire d'amour à éclairer …** »

À **L'AFFICHE :**
14 mars 2013 à 19 h 30 - St-Hyacinthe, Poly. Hyacinthe Delorme, 2700, avenue T.-D. Bouchard
Information : www.guycorneau.com

coup de tristesse, ça m'indique probablement qu'il y a des éléments créatifs qui ne sont pas utilisés en moi, mais ça m'indique aussi que j'ai besoin de joie. Donc je dois me diriger vers les éléments plus joyeux et ça va m'amener à faire des choix, à choisir mes états intérieurs. Et ça, c'est une chose que la plupart des gens ne saisissent pas, ils ne réalisent pas qu'ils ont vraiment le choix par rapport à ce qui se passe en eux.

On a peu de choix dans sa vie, mais on peut choisir notre état intérieur. Bon, il n'y a pas de vies où on ne se fait pas prendre par le magma de toutes ces choses sombres. Cependant, il y a des gens qui vont pouvoir l'utiliser pour se libérer et d'autres qui vont s'y identifier. C'est sûr que la leçon ultime dans tout ça, en dernière analyse, c'est que nous fabriquons tous nos scénarios. Il faut se donner des plages pour être capable de se reposer un petit peu en dehors du scénario. Tu sais, quand je méditais sur le bord de l'eau à Hawaï, parfois l'océan était très calme et j'avais l'impression de pénétrer dans ce calme-là. Alors, j'ai l'impression que par rapport à nos scénarios, il faut arriver à retrouver ce calme-là, savoir qu'une partie de nous échappe au scénario, et qu'on peut donc l'utiliser. Comme c'est notre création, on peut l'utiliser pour une plus grande ouverture, une plus grande expansion.

Visionnez VIVRE sur YOU TUBE

Arrive un jour dans notre vie où se produit un événement qui fait *Clic*. Ce *Clic* engendre un *Déclic* qui changera à jamais le cours de notre existence. Quel a été ce *Clic*... Quel *Déclic* a-t-il engendré? Comment la vie s'est-elle transformée? Voilà le but de cette nouvelle chronique *Du Clic au Déclic*.

Aussi, lorsque vous verrez cet icône, vous êtes invités à visiter la chaîne de **VIVRE** sur **YOU TUBE**. Sur un simple *Clic*, vous pourrez visionner l'intégrale de cette entrevue. Et qui sait, peut-être vivrez-vous un *Déclic*...

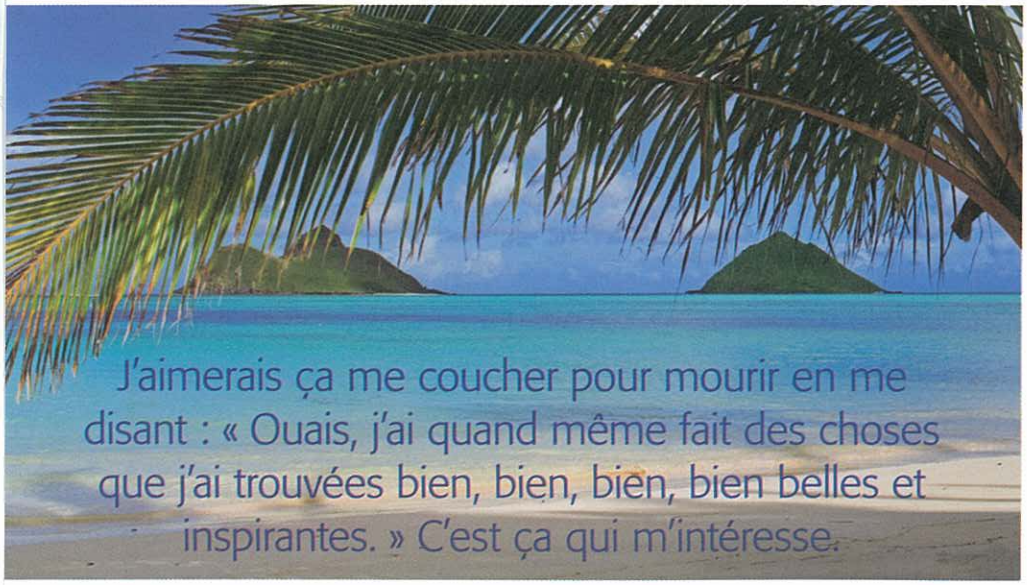
Information : www.youtube.com/magazinevivre

C'est de prendre du recul pour bien voir notre histoire et l'utiliser, s'en servir pour s'épanouir?

Oui. Je pense que c'est impossible de sortir de nos submergements sans effectivement prendre du recul ou se faire accompagner. En racontant mon histoire, je l'objective, je la vois ou sinon je la dessine ou je la danse. Ça me permet de dialoguer avec elle. Mais tant que je reste collé à mon histoire, je suis confus. Alors, c'est toujours la question de la mettre à l'extérieur de soi, en parler, la dessiner...

Pouvoir dialoguer avec elle veut dire : « Où est-ce que tu me conduis? », mais aussi « Qu'est-ce que moi je désire de ma propre vie ». Il faut vraiment se permettre de penser, d'imaginer des espaces plus créatifs pour soi-même. C'est une façon de s'aimer soi-même, de ne pas juste se concevoir dans le drame, mais de se concevoir aussi en pleine action, en pleine évolution, en pleine création et dans des états plus expansifs, plus intéressants.

Mais c'est comme si on avait une sorte d'abonnement au malheur. On a de la difficulté à dire : « Je vais choisir une vie heureuse. » On doit donc constamment refaire ce choix d'aller vers quelque chose de plus positif ou de traiter ce qui arrive de façon plus créative. Et bien sûr on est percuté, il y a des émotions, on a des humeurs intérieures et tout ce qui s'y rattache. Mais prendre le temps de se dire : « Tiens, c'est encore des messages qui viennent me dire qu'il y a quelque chose à ouvrir à nouveau, qu'il y a une compréhension qui n'est pas complètement faite, qu'il y a une transformation qui est à l'ordre du jour, mais qui n'est pas encore complétée. » On doit avoir cette humilité et accepter d'apprendre sans cesse.



As-tu l'impression que tu vis pleinement ta vie?

J'essaie en tout cas! J'ai vécu une vie intense, en partie dramatique à cause de la maladie, des échecs amoureux, mais au fond je suis en accord avec ma vie. Je pense que j'avais besoin d'apprendre et de cheminer à travers des expériences aussi importantes que celles-là, aussi graves que celles-là. Parce que je suis quelqu'un qui a besoin de se confronter à la vie, à la mort... Je ne sais pas, je n'ai pas peur de ça, mais je trouve que lorsque nos personnalités sont très rigides, plus protectrices, ça prend des évènements très bouleversants pour pouvoir aller vers la prochaine étape. Donc, j'accepte ce jeu-là avec l'existence. Je n'ai pas de

révolte par rapport à ce qui arrive dans ma vie. Au contraire, j'ai tenté d'écouter toujours de plus en plus profondément ce qui se passait, pourquoi ça se passait, en tentant d'en bénéficier pour aller vers de la santé, de l'équilibre et de la joie.

Aujourd'hui tu nous présentes ta nouvelle pièce de théâtre. Est-ce une manière pour toi de donner plus de pétillant à ta vie?

Mais oui, tout à fait, parce que le théâtre c'est très vivant, c'est très pétillant. C'est une façon de dire les mêmes choses que je dirais dans une conférence, mais de le dire à travers le théâtre, à travers des personnages, à travers des acteurs, des situations. Je trouve ça extraordinaire! Puis c'est comme un autre chapitre que j'ouvre. En même temps que le « psy-conférencier » va moins se déployer, l'homme de théâtre va prendre la place. L'artiste en moi avait besoin de répondre aussi à la beauté de la vie en créant de la beauté, en créant de la vie. Alors, c'est une première étape avec ce spectacle qui s'appelle : *Céline et André. Une histoire d'amour à éclairer...* On est vraiment plongé dans une histoire de couple. Je vais même inviter le public à nous aider à la résoudre. Je vais agir davantage comme maître de cérémonie. C'est une sorte de pont entre le psychanalyste et le théâtre que je ferai sans doute un jour et où je serai plus dans le rôle de l'acteur moi-même. Mais c'est très intéressant d'aménager ces ponts-là et de le faire de façon créatrice.

En terminant, Guy, comment entrevois-tu la suite de ton histoire?

Je l'entrevois de plus en plus liée à l'art, à l'expression artistique, comme créateur. J'entrevois aussi un ou deux livres de psychologie qui me trottent dans la tête. Je l'entrevois plus créatrice, toujours plus amoureux de la vie. C'est ça qui compte pour moi! J'aimerais ça mourir en ayant réalisé des projets que j'aurai trouvés moi-même très, très, très beaux.

Tu sais, quand je suis devant un coucher de soleil, ou devant l'eau alors que le soleil se lève, je me dis : « Comment vais-je faire pour traduire un peu de cette beauté? » Il me semble que c'est ça qu'on a à faire dans un couple, en élevant un enfant, en écrivant une pièce de théâtre ou en écrivant un livre de psychologie. J'ai toujours eu la même interrogation : « Mais comment fait-on pour créer autant de beauté? » Alors, j'aimerais ça me coucher pour mourir en me disant : « Ouais, j'ai quand même fait des choses que j'ai trouvées bien, bien, bien, bien belles et inspirantes. » C'est ça qui m'intéresse.

VIVRE, c'est...

Accepter d'apprendre encore et encore...

Ma vie est une vaste pièce de théâtre sur laquelle je joue tous les rôles : metteur en scène, acteur, spectateur... À travers différents actes, cette pièce m'invite à m'ouvrir toujours un peu plus à qui je suis. Avoir la curiosité et l'humilité d'étudier chacun de ces actes pour en retirer tous les enseignements, c'est ça réussir sa vie!