



## LES RENDEZ-VOUS DE **Réjean Léveillé**

GUY BOURGEOIS: UN MOTIVATEUR EST NÉ?  
NON, UN MOTIVATEUR-NÉ.

**«Ce n'est pas tout à fait ce que l'orienteur m'avait prédit»**

Guy Bourgeois, qu'on voit fréquemment à l'antenne de LCN et qui donne des dizaines de conférences par année, signera une chronique dans *Dernière Heure* dès la semaine prochaine. Ce père de trois grands enfants, marié depuis une trentaine d'années, vient de s'installer en pleine nature, au bord de la rivière Richelieu. Il nous parle de sa motivation, qui ne date pas d'hier.

PAR RÉJEAN LÉVEILLÉ / PHOTOS: JEAN LANGEVIN



Notre journaliste Réjean Léveillé a été très touché par les propos de Guy Bourgeois.

**«Je fais beaucoup de formation et je livre mes réflexions sur des thèmes qui me sont chers: le dépassement de soi, la persévérance, la passion...»**



**Avec sa femme: «Sans elle, je ne ferais pas ce que je fais aujourd'hui. Elle m'a toujours épaulé.»**



PHOTO: MARCO WEBER

**P**as de doute sur la paternité de Guy Bourgeois, 51 ans: c'est bel et bien le fils du laitier. «Les gens de ma génération demandent souvent en blaguant si tel ou tel gars est le fils du boulanger ou du laitier, lance-t-il. Dans mon cas, c'est vrai! Mon père était laitier. Dès l'âge de huit ans, j'ai commencé à l'accompagner le samedi, quand il faisait sa ronde en camion à Saint-Hyacinthe. Puis, à partir de 11 ans, en plus de travailler la fin de semaine, je me levais tous les matins à 4 h 45 pour livrer des pintes de lait.



PHOTO: COLLECTION PERSONNELLE

«J'ai perdu 78 lb (35 kg) en un an et demi. Myriam a suivi le même parcours. C'est assez motivant, non?»

## «Ma femme Myriam est une complice merveilleuse, la meilleure que je puisse avoir.»

Je revenais déjeuner à la maison vers 7 h 45, avant de repartir pour l'école. J'ai fait ça pendant cinq ans. Ça forge le caractère! On était moins douillet dans le temps, il me semble.»

Pendant qu'il me raconte cette partie de son enfance, je contemple le panorama qu'offre sa demeure. Les bateaux sillonnent les eaux de la rivière Richelieu en traînant leur lot de skieurs. D'autres personnes se font bronzer sur le pont des embarcations. Des canards se baladent en face de la résidence.

Je lui dis que sa maison, qui comprend une piscine creusée, est le rêve d'à peu près n'importe qui. Il en convient. «Il faut toujours avoir une "boîte à rêves". Cette maison, ma femme, Myriam, et moi avons toujours souhaité l'avoir. Il

nous a fallu du temps pour en faire l'acquisition. Nous avons dû faire des recherches et des négociations pendant un an rien que pour la dénicher. Nous sommes très terre-à-terre, mais nous nous donnons le droit de croire en nous et en notre potentiel. La confiance en soi, c'est la base de tout.»

Quand je lui demande s'il a toujours eu cette assurance, il me répond: «Lorsque tu es obèse, ce n'est pas évident d'avoir confiance en toi. À huit ans, lorsque tu regardes les autres, tu essaies de te faire discret. J'étais plutôt renfermé. Comme j'étais loin d'être le plus beau, j'essayais de me démarquer en ayant de bonnes notes. La plupart du temps, j'étais dans le peloton de tête. C'était une sorte de victoire.»

### L'INFLUENCE DU PÈRE

Pour nous expliquer un peu son cheminement, Guy revient sur sa relation avec son père: «Disons que sa génération n'était pas portée sur l'expression de sentiments profonds. Pourtant, chaque jour, il n'oubliait pas de me dire qu'il m'aimait. Ça ne coûte pas cher et ça aide vraiment un enfant à avoir une bonne estime de soi. Je n'ai pas grandi dans de la ouate, mais cette petite phrase m'a aidé. Par la suite, mon père a connu des ennuis de santé. J'ai pris la relève très tôt au sein de l'entreprise familiale. Nous sommes passés d'un seul camion à six véhicules. J'ai pris goût aux affaires. Papa était très fier. Il avait travaillé tellement fort!»

### OSER FONCER

**C'est votre contact avec vos clients qui vous a amené par la suite à donner des conférences et des ateliers de formation.**

Ça n'a pas nui, c'est certain. Mais il a fallu que je trouve un moyen de vaincre ma gêne devant un public. Le porte-à-porte, c'est bien sympathique, mais je devais être «outillé». À 16 ans, j'ai commencé à faire de la musique à la polyvalente Hyacinthe-Delorme, et des amis et moi avons formé un orchestre. Nous nous sommes produits dans des cabanes à sucre et à des réceptions de mariage.



PHOTO: COLLECTION PERSONNELLE

Guy Bourgeois, son diplôme de maternelle à la main. Il a vite appris à se démarquer en étant bon à l'école.

C'est moi qui «réchauffais» l'atmosphère. Au début, ça me demandait tout mon petit change. J'ai fini par vaincre mes démons. C'est tellement stimulant de se retrouver devant un public!



PHOTO: COLLECTION PERSONNELLE

À l'âge de 16 ans, Guy jouait de la guitare. Il a fait de la musique à la polyvalente Hyacinthe-Delorme.

Mettons que ce n'est pas tout à fait ce que l'orienteur m'avait prédit quand j'étais à l'école, mais je ne m'en plains pas aujourd'hui!

Il y a 20 ans, je me suis associé avec un client pour démarrer une entreprise dans le domaine de l'alimentation. Nous sommes partis de rien; malgré tout, nous avons atteint un chiffre d'affaires de quelques millions de dollars par année, avant de suivre des routes différentes quatre ans plus tard. Nous avons hypothéqué nos maisons pour nous lancer dans cette aventure. Ma confiance en moi — que je dois à mon père — ne m'a pas nui. Il faut dire que ma femme s'était impliquée dans ce projet. C'est une «complice» merveilleuse, la meilleure que je puisse avoir. **J'ai toujours pensé qu'il fallait être connu pour pouvoir donner des conférences dans des entreprises.**

C'est peut-être vrai... Mais quand on appelle une entreprise, on n'est pas à confesse: on n'est pas obligé de tout dire! Je considérais que, comme je travaillais depuis longtemps et que j'avais réussi certaines choses malgré mes complexes, j'avais le droit à une place au soleil. J'ai pris le téléphone et j'ai été convaincant. La première année, en 1992, j'ai donné une douzaine de conférences au personnel de plusieurs compagnies. La toute première fois, je me suis adressé à un groupe d'employés réunis, tenez-vous bien, au Château Frontenac, à Québec. Je peux vous dire que, pendant que je roulais sur l'autoroute 20, j'avais le ventre noué. Je me disais que j'étais attendu par 70 personnes qui pensaient que j'avais déjà fait ça. J'allais leur parler de feu sacré. C'est vrai que

quelque chose brûlait au-dedans de moi. À la fin de la rencontre, j'ai su que ça avait marché: le grand patron m'a invité à m'adresser à un autre groupe d'employés quelques semaines plus tard. Par la suite, il y en a eu de plus en plus et, maintenant, j'en prononce environ 175 par année. Je fais beaucoup de formation et je livre mes réflexions sur des thèmes qui me sont chers: le dépassement de soi, la persévérance, la passion... Myriam me propose souvent un sujet, que j'élabore. C'est ça, le travail d'équipe.

**Votre femme semble avoir joué un grand rôle dans votre vie!**

C'est juste. Sans elle, je ne ferais pas ce que je fais aujourd'hui. Elle m'a toujours épaulé. C'est avec son appui que j'ai entrepris de changer radicalement mon alimentation et ma façon de vivre en 2005. J'ai perdu 78 lb (35 kg) en un an et demi. Myriam a suivi le même parcours. C'est assez motivant, non? Nous avons trois enfants que nous aimons au plus haut point: Jean-Michel, 24 ans, qui a un baccalauréat en communications et en politique, ainsi que Marilyn et Ariane, âgées de 21 ans et 18 ans respectivement et qui étudient toutes les deux à l'université. Mes enfants sont vraiment proches les uns des autres. Ils se complètent. Nous avons été profondément unis au cours d'une grande épreuve.

### La maladie?

Oui. J'étais motivateur depuis six ans. Je pensais vraiment que rien ne pouvait m'arrêter. J'étais sur une bonne lancée. Et là, j'ai reçu un coup de massue.

C'était il y a 10 ans: j'ai appris que j'avais un cancer des testicules. Pendant un an, j'ai subi 36 séances de chimiothérapie et plusieurs interventions chirurgicales! Quand une personne a le cancer, tous ceux qui vivent avec elle sont affectés. Mes enfants étaient jeunes. Ma maladie a eu un impact sur leurs résultats scolaires, mais, par la suite, tout le monde s'est ressaisi. Mon fils a alors posé un très beau geste: il a mis une photo du Royaume enchanté de Disney en écran de veille sur l'ordinateur. Il m'a dit que, lorsque je serais guéri, nous irions le visiter. J'ai donc visé ce but-là et, effectivement, 18 mois plus tard, nous y sommes allés en famille. C'est ça, être soudés!

La veille du décès de son père, qui était alité à l'hôpital, Guy l'a entendu prononcer quelque chose comme: «Bonne chance avec tes conférences.» Le message était reçu. Le motivateur est allé puiser de nouveau dans sa petite «boîte à rêves». Il a contacté Isabelle Huot, docteure en nutrition. Il aimait beaucoup son approche, sa façon de communiquer. Ils ont mis sur pied le programme Motivation poids santé pour aider les gens à perdre du poids. C'est — sans jeu de mots — une recette gagnante. Si un jour Guy Bourgeois vous encourage à foncer et à oser, dites-vous qu'il l'a lui-même fait avant vous! ■

Pour plus de renseignements sur la tournée Motivation poids santé avec Isabelle Huot: [www.motivationpoidsante.ca](http://www.motivationpoidsante.ca)



PHOTO: COLLECTION PERSONNELLE

Une famille très unie, durant ses vacances en France: Guy, Myriam et leurs trois enfants, Jean-Michel, 24 ans, Marilyn, 21 ans, et Ariane, 18 ans.