

MARIE-SOLEIL
MICHON

se livre



PHOTO: GUY BEAUPRE

Le livre qui a transformé votre vie?

3 kifs par jour, de Florence Servan-Schreiber. Ce livre a profondément changé ma façon de voir la vie, comme l'avait fait *Le chemin le moins fréquenté*, de Scott Peck, à une autre époque. Ce guide très bien vulgarisé nous permet de comprendre ce que nous avons un pouvoir sur notre bonheur.

Le livre qui traîne sur votre table de chevet?

Marcher, une philosophie, de Frédéric Gros. Comme la marche me fait beaucoup de bien, je trouve intéressant d'apprendre que c'était aussi un rituel important pour de nombreux auteurs, comme Rimbaud et Rousseau... Ça me donne envie de lire *De la marche*, de Henry David Thoreau.

Le livre que vous donneriez en cadeau?

En ce moment, je dirais *L'histoire de l'amour*, de Nicole Krauss, ou *La délicatesse*, de David Foenkinos, deux romans irrésistibles. Mais le livre que j'ai le plus souvent offert est sans doute *Comment devenir un ange*, de Jean Barbe.

Marie-Soleil Michon anime *La liste*, à ARTV.

» MA PROCHAINE LECTURE

• *Les mille automnes de Jacob de Zoet*

par David Mitchell (éditions Alto)

La couverture du livre est magnifique! Elle laisse supposer que nous allons y découvrir un trésor...



» CONFIDENCES D'AUTEUR

GUY BOURGEOIS

Il est assurément un des hommes les plus motivants du Québec.

Après avoir connu un immense succès avec son livre *Ça pourrait être pire!*, il récidive, pour notre plus grand bonheur, avec *Ça pourrait être mieux!*

Qu'est-ce qui vous a donné envie d'écrire?

Je me suis longtemps senti incapable d'écrire. Pourtant, à force de me faire demander, à la fin de mes conférences, si j'allais publier un livre, j'ai fini par m'y mettre. J'ai suivi le cours d'écriture de Marc Fisher, qui m'a beaucoup aidé. J'en suis rendu à mon sixième livre!

À quoi votre routine d'écriture ressemble-t-elle?

La plupart du temps, j'écris l'été. J'ai alors plus de temps. Ma routine ressemble à ceci: lever à 5 h du matin, écriture jusqu'à 10 h... et je passe le reste de la journée à faire des sports nautiques! Sept jours sur sept. Après avoir maintenu ce rythme de quatre à six semaines, je suis prêt à envoyer mon manuscrit à l'éditeur.

Quel est votre code vestimentaire quand vous écrivez?

Hum! Ça me gêne un peu, mais j'écris souvent en maillot de bain, assis sur une chaise de parterre sur le bord de ma piscine, avec mon ordinateur sur les genoux.

Le livre qui a changé votre vie?

Trois livres m'ont grandement influencé: *La magie de voir grand*, du Dr David Schwartz, *Les lois du succès*, de Napoléon Hill, et *Exceller sous pression*, de Saul Miller. Mais tous les livres que je lis m'influencent d'une manière ou d'une autre.

Le livre que vous êtes gêné d'aimer? Ou celui qu'on serait surpris d'apprendre



PHOTO: GUY BEAUPRE

que vous avez lu?

Depuis l'âge de 13 ans, je suis un fan des bandes dessinées mettant en vedette Michel Vaillant (un coureur automobile français), de l'auteur Jean Graton. J'ai presque tous les numéros de la série (environ une trentaine). Chaque année, entre Noël et le jour de l'An, j'en relis une bonne dizaine. Ça me ramène à mon enfance.

Une phrase qui vous a inspirée?

En décembre 1992, j'ai vendu mon entreprise pour devenir motivateur. Peu de temps après, sur son lit, aux soins intensifs, mon père m'a dit: «Bonne chance avec tes affaires de motivation, mon homme!» Ce sont les dernières paroles que nous avons échangées ensemble. Il est mort le lendemain matin, le 6 janvier 1993.

Ce que vous lisez en ce moment?

Pensez comme Léonard De Vinci, de Michael J. Gelb. De Vinci est vraiment un génie.



Christine Michaud anime *Qu'est-ce qu'on attend pour être heureux?* le samedi à 15 h, à TVA Québec. Auteure du livre *C'est beau la vie* (les éditions Un monde différent), elle est aussi chroniqueuse à *Salut, bonjour! week-end* et porte-parole du Club de lecture Archambault.