

Porteur de changement

Saviez-vous que David Bernard, l'ancien porteur de la valise 26 à l'émission *Le Banquier*, a quelque chose à dire?

DAVID BERNARD, PLUS QU'UN JOLI MINOIS!

On connaît David pour sa participation aux émissions *Sucré Salé*, *Qu'est-ce qu'on attend pour être heureux?*, *District V*, *Ici comme ailleurs* et *Direction la mer*, qu'il anime. Mais David est beaucoup plus qu'une personnalité télévisuelle.

Photo: Charles Richer



Photo: Instagram



David est un grand amateur de voyages et d'aventure!



David avec Chantal Lacroix.

Photo: Instagram

UN VOYAGE QUI L'A FAIT RÉFLÉCHIR

David a écrit quatre livres, il est conférencier depuis 11 ans et il a deux sujets de prédilection: le ralentissement et l'amour. Son premier sujet, *Ralentir pour réussir*, lui est venu alors qu'il a vendu tout ce qu'il possédait après le cégep, s'est acheté un sac à dos et est parti pendant un an faire le tour de l'Europe et de l'Afrique du Nord. Il s'est retrouvé à voyager à dos de cha-

choses pour moi, mais je vais aider les autres à changer un peu si j'ai quelque chose à raconter, si le message monte.

Pendant tout le périple, une seule chose lui revenait en tête: ralentir.

DE 20 À 27 ANS, IL SE PRÉPARE

Parce qu'il avait horreur de faire des exposés oraux à l'école et qu'il était timide, David s'est mis à suivre des cours de diction, de

mené ses conférences dans les écoles, les entreprises et la télévision.

RAMENER LES CHOSSES À LA BASE

«On est dans un monde où il y a du bruit. On n'est plus capable de s'écouter parce qu'il y a tellement de bruit, de divertissement. On est saturé de tout et on n'est plus capable de voir clair. On est dans une boulimie

David avec notre collaboratrice Louise Mercier.



Photo: Gracieuseté

meau dans le désert du Sahara avec une famille de nomades berbères.

Ce voyage, où il a été malade dans une tempête de sable, lui a fait prendre conscience de sa mortalité. Il se demandait s'il allait mourir. C'est alors qu'il s'est posé les questions: **«Ai-je fait ce que je voulais de ma vie? Les gens que j'aime, leur ai-je assez dit que je les aime? Ai-je des conflits dans ma vie ou des chicanes que je vais donner en héritage si je meurs?»**

Il a eu une douleur qui est devenue tellement forte qu'il s'est fait une promesse: **«Si je m'en sors, je vais changer les choses. Je vais modifier les**

jeux à la caméra et de théâtre, puis il a fait ses débuts chez Toastmasters avant d'être capable de monter sur scène.

Plus jeune, David a gagné trois médailles d'or qui lui ont valu le titre de champion québécois en boxe olympique, durant trois années consécutives. Pour lui, ses premières conférences étaient comme d'aller dans le ring, à l'exception qu'il allait se battre contre lui-même.

À 28 ans, il se sent prêt. Son premier livre est écrit, son site Internet est prêt – davidbernard.ca – ainsi que ses conférences. Mais il n'a pas de clients. Il est allé chercher de l'aide dans le domaine de la vente et a com-

d'information. On essaie toujours d'en chercher plus, alors qu'en réalité tout ce qu'on a à faire, c'est de tasser tout ça, de s'asseoir, de fermer les yeux, de respirer et d'attendre que ça monte. On se complique trop la vie. [...] Le bonheur ne vient pas de tout ce qui t'entoure, il vient de la façon dont tu te sens en dedans, dont tu t'aimes, toi, et des relations proches de toi que tu entretiens.»

DAVID FERA UNE CONFÉRENCE DEVANT 10 000 PERSONNES

David Bernard sera l'un des 12 conférenciers bénévoles à l'événement *Soyons la solution* produit par Chantal Lacroix, le

21 octobre 2017 à la Place Bell à Laval. Les conférenciers auront à cœur de nous motiver, de nous inspirer, de susciter des prises de conscience, de nous aider à trouver des solutions pour améliorer nos vies et nous soutenir dans notre quête du bonheur tout en contribuant au bonheur des autres.

Tous les profits de l'événement seront remis à ces quatre fondations: Centre hospitalier universitaire Sainte-Justine, Hôpital de Montréal pour enfants, Fondation les petits trésors et Leucan.

Le message suivant, qu'il a écrit sur Instagram, résume bien comment s'est terminée l'entrevue: **«L'amour, ça revient toujours à l'amour. C'est ce qui guérira notre monde en perte de repères et en recherche de paix... Vous voulez améliorer votre vie? Commencez par vous aimer vraiment et exprimez cet amour autour de vous. Vous verrez, ça fonctionne!»**

Pour écouter l'entrevue, visitez succesmodedemploi.com.



Photo: Patrick Palmer

Par: Louise A. Mercier (collaboration spéciale)