ÉTERNEL
INSATISFAIT

Chapitre un

LE SUCCÈS PEUT CAMOUFLER UNE PRISON

Le premier chapitre d'*Éternel Insatisfait*, offert.
Lisez-le au complet. Puis demandez-vous honnêtement combien de temps vous tournez déjà en rond.

ANTHONY GIBAULT · ETERNELINSATISFAIT.COM

UN
LE SUCCÈS PEUT CAMOUFLER UNE PRISON



Vous pouvez tout réussir en façade et pourtant vous sentir vide à l'intérieur. Les réseaux sociaux brillent, les chiffres rassurent, puis le soir venu, le silence vous rattrape. J'ai connu ce vide, celui qui s'installe quand les étiquettes qu'on vous colle finissent par vous définir davantage que vos propres choix. C'est à ce moment-là que j'ai compris que la survie n'était pas une vie, seulement un costume trop étroit. La vraie question n'est pas de savoir si vous avancez, mais si vous avancez pour de vrai.

Je suis né le 7 juillet 1995 vers 20 h, à l'hôpital Pierre-Boucher de Longueuil, sur la Rive-Sud de Montréal. J'ai grandi à Saint-Hilaire, toujours sur la Rive-Sud, sur la rue du Château. Nous habitions dans un vrai château. Ce n'était pas seulement une grande maison, mais un bâtiment au style authentique. Cette demeure a même servi de décor à des émissions de télé-réalité, dont *Ma mère, ton père*, lancée à l'automne 2024 sur le réseau TVA, au Québec. J'y ai vécu jusqu'à l'âge de trois ans avec ma mère et mon père. À cette époque, mon père voyageait beaucoup pour affaires, notamment au Maroc.

Lorsque j'avais trois ans, nous sommes allés au Club Med. Ce séjour demeure un souvenir marquant. On nous y enseignait des règles simples, mais essentielles, comme : « Si tu touches à une

chocolatine, tu la manges ; tu ne la remets pas dans le panier. » Le non-respect de cette règle entraînait un rappel immédiat, parfois livré avec beaucoup de caractère par une employée martiniquaise.

Peu après, mon père a laissé une lettre sur le comptoir de la cuisine. Il est parti. Il a acheté une maison à ma mère à Sainte-Julie, puis il est sorti de ma vie. J'avais trois ans et demi. Ma mère et moi avons ensuite déménagé dans cette municipalité, sur la rue de Grenoble. C'est là que ma vraie vie a commencé.

Je suis enfant unique du côté de ma mère, mais j'ai sept demi-frères et demi-sœurs du côté de mon père. Il avait cinquante ans à ma naissance, alors que ma mère n'en avait que vingt. Mon demi-frère le plus proche avait déjà vingt ans lorsque je suis arrivé dans ce monde. Alors que j'avais quinze ans, ils avaient tous des enfants et des conjoints. C'était spécial, car j'étais un oncle plus jeune que ma nièce.

Nous n'avons jamais formé une famille très soudée. Je n'ai pas développé de grande proximité avec eux. J'ai grandi seul avec ma mère, mais j'ai conservé un lien avec certains de mes demi-frères et demi-sœurs. Durant mon enfance, j'ai longtemps cherché une présence fraternelle pour m'accompagner et m'apprendre des choses.

Au primaire comme au secondaire, je m'entendais peu avec les jeunes de mon âge. Je préférais fréquenter des personnes plus âgées, convaincu qu'elles pouvaient m'apprendre quelque chose. Je crois aujourd'hui que je cherchais un frère ou une sœur à travers ces relations. Avec le temps, je me suis construit une identité façonnée par les personnes que j'ai côtoyées en assemblant des fragments d'un puzzle plus vaste, cueillis ici et là. Lorsqu'un homme se construit avec une seule référence féminine, certains morceaux finissent inévitablement par manquer.

En secondaire 1, je fréquentais le Collège Saint-Hilaire, l'une des meilleures écoles privées de la Rive-Sud de Montréal. Mon père en payait les frais, à la condition que je reste à l'école.

Or, je n'entrais pas dans le moule. J'ai ensuite été expulsé. J'étais jugé trop turbulent, trop dérangeant, incapable de marcher au pas. On m'a collé une étiquette de trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) et l'on a voulu me médicamenter. J'ai toujours refusé. Cette étiquette, on me l'a imposée. J'ai bien failli l'acheter, comme si elle résumait la vérité sur qui j'étais.

À partir de ce moment, quelque chose s'est fracassé en moi. Une fissure s'est ouverte. Non pas une fissure à réparer, mais une ouverture laissant passer quelque chose de plus grand, de plus vrai. Je me croyais brisé, mais c'est là que j'ai commencé à me révéler.

Entre le moment où j'ai reçu cette étiquette et celui où j'ai trouvé la force de l'honorer autrement, j'ai douté. J'en suis venu à croire que ma façon de penser était un défaut. J'ai tenté de m'ajuster, de baisser le volume, de rentrer dans un moule qui n'avait jamais été conçu pour moi. Plus j'essayais de m'y conformer, plus je m'éloignais de moi-même. En jouant un rôle pour ne pas déranger, je finissais par déranger davantage.

Dites-moi, combien de fois vous êtes-vous excusé d'être différent ? Et si votre intensité n'était pas un « trop », mais un appel ? Un appel à respecter, à honorer, à suivre ce qui vous habite. Ce que vous ressentez profondément a-t-il déjà eu le droit d'exister tel quel, sans filtre ni justification ?

Au fond, ce que vous portez n'a jamais été un poids. C'est un moteur, un carburant, une forme de génie. Une force qui brasse en vous et vous pousse à repousser toutes les limites, non pas pour être défini par elles, mais pour créer vos propres repères.

Je pense à tous ceux qui osent, mais qui ont trop souvent été catalogués comme « différents », donc pas « normaux ». Et si le rejet de ces étiquettes était précisément ce qui vous permettait de réellement devenir la personne que vous êtes appelé à être ?

Oprah Winfrey s'est fait dire qu'elle était trop émotive, trop engagée, trop noire pour la télévision. Rejetée, renvoyée et mise de côté, elle aurait pu disparaître. Elle a plutôt bâti son propre empire médiatique. Ce que l'on voulait effacer est devenu sa plus grande force. C'est sa capacité à toucher, inspirer et transformer.

Simone Biles a entendu qu'elle n'avait pas le bon corps pour la gymnastique. Trop petite, trop musclée, trop explosive. Elle a transformé ces critiques en carburant, inventé de nouveaux mouvements, redéfini son sport et dominé la scène mondiale. En 2021, elle a choqué le monde en se retirant des Jeux olympiques pour protéger sa santé mentale. Elle a ainsi rappelé que l'excellence inclut aussi le courage de dire non.

Steve Jobs a été évincé de sa propre entreprise, Apple, humilié par son conseil d'administration. Au lieu de s'éteindre, il a fondé NeXT et racheté Pixar, avant de revenir transformer Apple en géant planétaire. Ce que l'on prenait pour de l'arrogance révélait en réalité une obsession du détail et une quête d'excellence. La preuve que la vraie vision dérange toujours avant d'être célébrée.

Ces trois parcours racontent la même chose. Ce que l'on vous reproche peut devenir votre signature. Ce qui vous met à l'écart peut devenir votre arme. Oprah a choisi l'émotion. Biles, la vérité. Jobs, la vision. À leur manière, ils ont refusé le moule et c'est ainsi qu'ils ont marqué l'histoire.

Alors, posez-vous la question. Que vous reproche-t-on encore aujourd'hui ? Votre intensité, votre exigence, votre manière de sortir du rang ? Et si cet aspect était précisément votre or brut ?

Moi aussi, on m'a collé des étiquettes. J'étais trop turbulent à l'école, trop intense en affaires, trop insatisfait pour me contenter du minimum. Ce « trop » m'a pourtant permis de bâtir des entreprises, de vendre des projets à plusieurs millions et de concevoir un modèle de vie à ma mesure. Comme pour Oprah, Biles ou Jobs, ce qui était perçu comme une faille est devenue ma signature. Rappelez-vous que vous n'êtes pas né pour répéter un scénario écrit par d'autres, mais pour écrire le vôtre.

Au fond, il y a deux chemins. Vous pouvez acheter l'étiquette ou la transformer en bannière. Une bannière qui affirme haut et fort que ce qui dérange les autres constitue justement votre force. Une bannière qui ne cherche pas l'approbation, mais qui trace une voie claire pour ceux qui n'osent pas encore. Le choix commence ici, maintenant.

CE QUI DEVAIT VOUS FREINER PEUT DEVENIR L'ENDROIT D'OÙ TOUT DÉCOLLE

Pendant que les autres couraient, je dessinais des parcs d'attractions sur un écran. Pendant qu'on me collait des étiquettes, j'apprenais à bâtir des mondes. Là où l'on me voyait limité, j'ai découvert ma puissance créative. Ce jour-là, j'ai compris que la différence n'est pas un frein. Elle devient une direction.

Avec une étiquette de TDAH me pendant au nez, j'ai commencé à saisir que le système scolaire, surtout au privé, tolérait difficilement les esprits qui pensaient autrement. Je suis donc passé au public. C'est à ce moment que j'ai vécu une première grande révélation. Les deux systèmes n'évoluaient pas au même niveau.

Dans le privé, certaines notions abordées dès le secondaire 1 m'ont été enseignées de nouveau en secondaire 3 dans le public. Jusqu'à cette étape, je n'avais même pas besoin d'étudier pour obtenir de bonnes notes. Cette réalité m'a ouvert les yeux sur les inégalités du système. J'ai aussi compris que je pouvais prendre mon éducation en main. Je me suis dit : « Je n'ai pas besoin d'un professeur pour m'instruire. » J'ai quitté l'école traditionnelle en secondaire 4, sans jamais cesser d'apprendre.

Bifurquons un moment, si vous me le permettez, pour établir un parallèle avec l'école. Lorsque j'étais enfant, on me répétait sans cesse que mes pieds bots allaient me limiter. Un pied bot n'est pas un pied simplement un peu croche, c'est une malformation congénitale. Les pieds sont tournés vers l'intérieur et vers le bas, rigides, comme si tout était bloqué (os, tendons, muscles). Cette condition n'est pas douloureuse au départ, mais sans prise en charge rapide, elle peut entraîner des séquelles graves, parfois irréversibles. Dans mon cas, la situation a été corrigée grâce à quelques interventions. Aujourd'hui, je marche, je cours et je vis normalement.

Malgré cela, on m'a souvent annoncé que ma vie serait plus difficile, que je n'aurais pas les mêmes chances que les autres. Des projections lourdes et négatives, comme si cette malformation allait déterminer toute ma trajectoire. Comme si mon point de départ limitait d'avance tout ce que je pourrais faire, être ou devenir.

Certains allaient encore plus loin en affirmant que je finirais criminel, que ma vie prendrait une mauvaise direction. Ces jugements étaient attribués à mon attitude, à mon énergie, parfois même à mes pieds. Cette facilité à coller des étiquettes sans chercher à comprendre d'où vient quelqu'un reste troublante. Ils voyaient seulement un enfant qui dérangeait à l'école et qui n'entrait pas dans le moule. Dans leur esprit, il était clair que j'allais mal tourner. J'ai compris très tôt que personne ne viendrait me sauver.

Cette rage, je l'ai transformée en carburant. Elle m'a offert une énergie brute, une détermination que personne ne pouvait m'enlever. Il ne s'agissait pas de colère dirigée vers les autres, mais d'une promesse envers moi-même. Celle de me tenir debout, de foncer et de refuser que mon départ en « pieds bots » décide de ma destination. La recette parfaite pour avoir l'air du petit gars boiteux de la cour d'école.

Durant toute mon enfance, j'ai porté des orthèses de jour comme de nuit. Des plaques rigides à l'intérieur de mes souliers en permanence. J'ai eu quatre opérations. Pendant que les autres couraient dans la cour d'école, je me retrouvais dans le plâtre. L'hiver, jouer dehors devenait impossible. J'étais à part, physiquement limité. Les enfants ne font pas de cadeaux dans ce genre de situation, alors j'ai connu l'intimidation et le rejet.

C'est dans ce vide que j'ai découvert un jeu vidéo nommé *Roller Coaster Tycoon*. À l'époque, les CD-ROM se glissaient dans les boîtes de céréales. Ma mère avait acheté des Froot Loops et c'est ainsi que j'ai mis la main sur ce jeu. Rapidement, j'ai délaissé *RuneScape* pour plonger entièrement dans l'univers de *Roller Coaster Tycoon*.

Lancé en 1999, ce jeu de simulation propose de gérer un parc d'attractions à partir de zéro. Vous devez construire des manèges, gérer les finances, le personnel et la satisfaction des visiteurs. Des objectifs précis doivent être atteints dans un temps donné. *Roller Coaster Tycoon* développe la pensée stratégique, la créativité, la gestion des ressources et la résolution de problèmes. Chaque décision influence directement l'expérience des clients et la réussite du parc. Ce jeu m'a transformé.

Pendant que je ne pouvais pas jouer dehors, je construisais des parcs d'attractions sur un écran. Bien plus qu'un simple jeu, c'était un terrain d'expérimentation où j'avais le pouvoir de créer un monde à partir de rien. Personne ne venait me dire que j'étais trop intense

ou hors norme. Chaque bonne décision produisait un résultat tangible. Les visiteurs étaient satisfaits, les chiffres suivaient.

À un âge où la réalité offre peu de contrôle, ce sentiment de maîtrise m'a donné confiance. Ce jeu valorisait ma vision, mon audace créative et mon instinct. Il ne s'agissait pas d'obéir à des règles rigides, mais d'inventer, d'oser et de trouver des solutions. Cette expérience m'a redonné foi en moi. J'ai commencé à croire que ma manière de penser n'était pas un défaut, mais une force.

Cet élan est encore présent aujourd'hui. Ce besoin de bâtir, d'optimiser et de viser plus loin ne m'a jamais quitté. Il ne s'agit ni d'impressionner ni de plaire. C'est une nécessité intérieure. Dès que je sens que je stagne, je m'éteins. Puis, je me désaligne.

J'ai compris que je pouvais prendre mon éducation en main. Ma différence n'était pas une fin, mais une piste. Mes pieds bots, les orthèses, les opérations, les heures passées sur *Roller Coaster Tycoon* m'ont légué quelque chose d'irréversible, une façon de penser.

Alors, dites-moi, quelle étiquette portez-vous encore ? Quelle histoire vous empêche de bâtir votre propre parc ? Ne la dissimulez pas. Transformez-la en chantier. Repérez l'étiquette la plus lourde de la semaine. Écrivez en une phrase comment elle vous a servi. Lancez un microprojet de trois jours pour la mettre à l'épreuve. Ces gestes transforment la colère en curiosité et le jugement en laboratoire.

LE SUCCÈS PEUT BRILLER FORT JUSQU'À CE QU'IL N'ÉCLAIRE PLUS RIEN À L'INTÉRIEUR

On peut livrer, performer, inspirer et pourtant s'éteindre un peu plus chaque jour. La survie possède le talent de se déguiser en réussite.

Puis, un jour, le costume craque. Derrière les chiffres, il ne reste qu'une question : êtes-vous encore en vie ou juste en fonction ?

On peut porter longtemps le costume du succès, paraître fort aux yeux de tous et tout de même se sentir vide à l'intérieur. Des entrepreneurs, des leaders, des créateurs réussissent tout en apparence. Leurs réseaux sociaux brillent. Leurs chiffres impressionnent. Leur discours est rodé. Une fois rentrés chez eux, cependant, ils s'effondrent. Pas physiquement, mais intérieurement.

Ils se mentent à eux-mêmes. Ils fuient dans la vitesse, les projets, la stratégie. Ils rationalisent leur épuisement, justifient leur absence d'élan par des phases de transition. Au fond, ils savent.

Peu à peu, un nuage s'installe au-dessus de leur tête. Invisible pour les autres, lourd pour eux. Il les suit partout, même dans les moments de gloire. Ce n'est pas la dépression, c'est une absence de lumière. Le signe qu'ils avancent encore, mais sans horizon. Jusqu'au jour où ils lèvent enfin les yeux et choisissent de traverser le nuage plutôt que de le fuir.



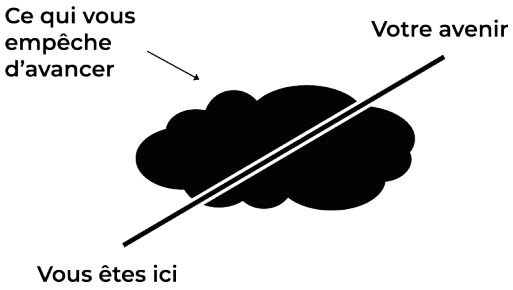
Ils savent qu'ils ne s'écoutent plus, qu'ils avancent dans une direction qui ne les nourrit plus. Ils espèrent que cela va passer et qu'un

nouveau projet suffira à redonner du sens. Puis arrive le moment où même le bruit ne couvre plus le vide. À cet instant, ils ne performent plus. Ils survivent dans un costume trop étroit, sans savoir comment l'enlever sans tout perdre.

Il ne s'agit pas de dire qu'il faut fuir tous les systèmes. Vivre dans un cadre peut aussi être un privilège. Avoir une structure qui soutient, une équipe et une stabilité peut être nourrissant. Si vous êtes là, bien entouré, dans une gratitude sincère, tout est parfait. Restez et ne changez rien.

Il existe toutefois une autre réalité. Certains se croient libres parce qu'ils sont à leur compte, alors qu'ils vivent enchaînés à leur propre mental. Des travailleurs autonomes, des autoentrepreneurs qui courent partout et ne vont pourtant nulle part. Ils dénoncent le système tout en s'en recréant un plus dur. Ils se disent leur propre patron, mais se traitent avec une sévérité qu'aucun gestionnaire n'oserait imposer. Être à son compte ne garantit pas la liberté. La vraie liberté ne consiste pas à tout faire seul. Elle réside dans la capacité de choisir ce qui compte, d'agir avec alignement et de dire non sans se trahir.

Peut-être vivez-vous ainsi sans même le savoir. Si vous continuez à fonctionner, à livrer et à avancer malgré les coups durs, il est possible que vous soyez en mode survie. Cette manière de vivre est illustrée dans le graphique ci-dessous. Un gros nuage noir obstrue votre vision et brouille votre avenir presque chaque jour. Dans cette posture, vous avez souvent l'impression de faire un pas en avant, puis deux en arrière. Ou pire, de tourner en rond. L'avenir ressemble alors à un rêve lointain et inaccessible, voilé par ce nuage persistant.



J'ai adopté une posture de survie lorsque j'ai été expulsé de l'école privée, lorsque j'ai grandi sans père, lorsque j'ai compris que je devrais tracer ma route sans tuteur officiel. Si vous vous reconnaissez dans ce récit et que vous ressentez ce besoin constant de vous battre pour exister, prouver, performer dans un système qui ne vous comprend pas, ce n'est pas un hasard. C'est peut-être encore l'endroit où vous vous tenez.

À l'inverse, si vous vous sentez pleinement reconnu pour ce que vous êtes, si votre intensité est accueillie comme une force et que le cadre dans lequel vous évoluez vous élève au lieu de vous rapetisser, alors vous avez toutes les raisons d'être satisfait. Il ne s'agit pas d'un inconfort, mais d'un ancrage. Pas d'une fuite, mais d'un choix. Vous êtes peut-être au bon endroit, au bon moment, avec les bonnes personnes.

Cette manière de vivre ne relève alors plus de la survie, mais d'une stabilité précieuse. Lorsque quelque chose brasse en vous, cette petite faille entre la loyauté et la fatigue, entre la discipline et l'absence de joie, il est possible que vous soyez entre les deux. Dans ce territoire flou où vous continuez de fonctionner, sans vraiment vivre pour vous. Là où vous commencez à poser des questions, mais sans encore oser changer.

Dans le pire des cas, cet état vous rend invisible à vous-même. Vous exécutez sans sens et vous vous éteignez lentement. Vous devenez

ce bon soldat qui ne se demande plus pourquoi il se bat, qui ne remet rien en question sous prétexte qu'il faut bien avancer. À ce stade, survivre cesse d'être un appui pour devenir une prison.

Vous pouvez continuer longtemps de performer sur le pilote automatique, de livrer sans joie et de porter ce costume jusqu'à l'étouffement. Le vide finit toutefois toujours par frapper.

Alors, dites-moi, êtes-vous en train de bâtir votre liberté ou d'entretenir une prison bien décorée ? Trois indices permettent de le savoir dès aujourd'hui :

1. Vous rentrez chez vous épuisé, sans comprendre pourquoi.

2. Vous vous surprenez à rêver d'une autre vie, sans jamais poser d'actions concrètes.

3. Vous continuez par habitude, non par choix.

Si au moins un de ces points résonne, l'alignement n'est pas au rendez-vous. Vous êtes en survie. La vraie question n'est alors plus de constater, mais de décider quoi en faire.

Le mot *gratitude* émerge lorsque je repense à mon enfance et à ma jeunesse. Non pas une gratitude naïve ou forcée, mais une reconnaissance éclairée. Pour les cadres qui m'enfermaient, les étiquettes qu'on a tenté de me coller, les silences pesants et les regards chargés de doute. Ces zones d'inconfort m'ont permis de me connaître, de tracer mes propres repères et de me redresser de l'intérieur.

Chaque détour, chaque modèle imposé, chaque rôle projeté, aussi contraignant ait-il été, m'a amené à me poser les bonnes questions. À choisir ce que je voulais créer et transmettre. En constatant que

je ne rentrais pas dans le moule, j'ai compris qu'il fallait en créer un à mon image. Je ne renie rien. Au contraire, je dis merci.

Merci aux écarts, aux contraintes, aux tensions. Sans elles, je n'aurais sans doute jamais eu besoin de me dépasser. Alors oui, je parle de rupture. Mais avant cela, je parle de gratitude. On ne quitte vraiment que ce que l'on a d'abord su reconnaître et honorer.

SOMMAIRE DE CHAPITRE

Vous pouvez passer votre vie à tenter d'entrer dans un moule ou choisir de le briser pour en forger un autre. Les étiquettes, les costumes trop serrés et le regard des autres ne définissent pas votre valeur. Ce que vous percevez comme des limites peut devenir votre matière première, votre moteur.

Prenez vos cicatrices, testez-les et construisez. Le choix vous revient aujourd'hui de continuer à survivre dans un décor qui ne vous sert plus ou de vous lever pour créer votre vraie liberté en disant merci.

Lorsque j'ai compris que la survie me gardait loin de ma joie, de ma vérité et de mon intégrité, trois questions se sont imposées à moi. Les voici :

1. Suis-je en train de continuer à m'adapter à un monde qui ne me reconnaît pas ?

2. Mon intensité est-elle réellement trop ou pourrait-elle devenir une clé ?

3. Le problème vient-il de moi ou du cadre dans lequel j'évolue ?

BRISEZ LE MOULE QU'ON VOUS A IMPOSÉ. MAIS D'ABORD, COMMENCEZ PAR REMERCIER CE QUI VOUS Y A ENFERMÉ.

ÉTERNEL
INSATISFAIT

VOUS VENEZ DE FINIR LE CHAPITRE UN

IL EN RESTE DIX

La suite, c'est la spirale complète : Réveil, Intention, Synthèse, Expansion. 250 pages, 11 chapitres, et une autoévaluation au début et à la fin pour mesurer ce qui a bougé.

COMMANDER CHEZ ARCHAMBAULT

COMMANDER CHEZ RENAUD-BRAY

COMMANDER SUR AMAZON

ETERNELINSATISFAIT.COM