

# Objectif: réussir sa vie

Coup de chance ou travail acharné: quels sont les ingrédients du succès? Existerait-il une recette à suivre? Éléments de réponse.

Is s'appellent Roger Federer, Lady Gaga, Bill Gates, J.K. Rowling ou George Clooney. Quel que soit le domaine dans lequel ils officient, leur nom est synonyme de succès... Mais inutile de naviguer dans de si hautes sphères pour trouver des exemples de gens qui ont réussi. Nous avons tous dans notre entourage un collègue, un ami à qui la vie semble sourire à chaque instant. Avouons-le, nous nous sommes souvent demandé: pourquoi lui? Et surtout, pourquoi pas moi?

Mais finalement, que veut dire réussir sa vie? Gagner des mille et des cents? Devenir le PDG d'une grande entreprise? Accéder à la célébrité? Fonder une famille? «Tout dépend du point de vue, relève Philippe Gabilliet, professeur de psychologie à l'École supérieure de commerce de Paris (ESCP) et auteur de l'ouvrage *Eloge de la chance, ou l'art de prendre sa vie en main*. De l'extérieur, on estimera que quelqu'un a réussi sa vie en se basant sur des standards sociaux, s'il est riche par exemple. On prêtera davan-

tage attention à l'avoir. Or, la réussite se résume également à trois autres verbes: être, faire et savoir.»

## Des questions sur le sens de la vie

Et d'énumérer quatre questions pouvant faire office de baromètre personnel: mon existence sert-elle à quelque chose, à quelqu'un? Ai-je un sentiment d'accomplissement? Quelle est la raison d'être de ce que je fais? Ma vie prend-elle la direction que je prévoyais? «Le problème, c'est que peu de gens se posent la question de savoir ce qu'ils veulent vraiment», relève le spécialiste. Même son de cloche chez Jean-Maurice Henzer



«Le bonheur, c'est quoi pour vous?»

Jean-Maurice Henzer

et Jean-François Chapuisat, qui animent depuis plusieurs années à Carrouge (VD) un séminaire intitulé Force mentale (*lire encadré*). «Lorsque nous demandons aux participants ce que signifie pour eux réussir leur vie, bon nombre répondent: être heureux. Sans pouvoir néanmoins préciser leur pensée, donner une définition au bonheur.»

Selon les deux formateurs, nous sommes bien souvent arrêtés dans notre quête du succès par un manque de vision, d'objectifs. «Par ailleurs, les gens croient que la réussite est réservée à une certaine catégorie de personnes, ceux qui ont de la chance. Ils oublient que ces mêmes personnes travaillent dur pour y arriver.»

De son côté, Philippe Gabilliet estime que la chance est avant tout une histoire d'état d'esprit. Il préfère d'ailleurs parler en termes d'occasions favorables que certains d'entre nous – ceux que nous appelons les personnalités chanceuses – savent saisir (*lire encadré*).

## Savoir déjouer les cartes du destin

Soit. Reste que nous ne naissons pas tous égaux: il est en effet plus facile pour un bourgeois nanti de prendre sa vie en main que pour un pauvre bougre ayant vu le jour sous les ponts. «Bien sûr, les cartes distribuées par le destin ne sont pas les mêmes pour tout le monde, reconnaît le psychologue français. Je me méfie de certaines formes de psychologie positive qui affirme que quand on veut, on peut. Mais ne perdons pas de vue que même avec une mauvaise donne il est tout à fait possible de s'en sortir.»

Il évoque notamment le cas de ce jeune Maghrébin né dans une banlieue défavorisée de Paris, dont la petite taille et la perte de l'usage d'un bras n'empêcheront pas de devenir... un célèbre humoriste nommé Jamel Debbouze! «En revanche, on peut naître princesse dans

## Des occasions à saisir

Philippe Gabilliet distingue cinq types de situations standard qui, selon la façon dont on les envisage, peuvent être considérées comme autant de «coups de chance», d'opportunités pour avancer dans sa vie:

- Les rencontres inattendues, qui nous ouvrent un nouveau champ de possibilités, tant au niveau personnel que professionnel;
- Les informations qui nous tombent dessus par hasard, par exemple lorsque nous

apprenons qu'un nouveau poste correspondant à notre profil vient d'être créé dans telle ou telle entreprise;

- Les territoires que nous explorons en voyageant, mais aussi en entreprenant une nouvelle formation;
- Les demandes inattendues, comme ce nouveau projet que notre chef nous confie au moment où l'on ne s'y attendait pas;
- Les incidents providentiels qui, à première vue,

peuvent être considérés comme des tuiles, mais qui, de fil en aiguille, nous amènent à vivre une nouvelle expérience (par exemple un licenciement qui nous permet de découvrir un nouveau job dans lequel on s'épanouit encore plus qu'avant).

A lire: «Eloge de la chance, ou l'art de prendre sa vie en main», Philippe Gabilliet, Ed. Saint-Simon.

