

Surfer avec le hasard

Publié le 26/04/2012 à 06h00 par Hélène Rouquette-Valeins

Philippe Gabilliet, professeur en psychologie sociale, explique comment chacun peut saisir la chance.



▲ Philippe Gabilliet.
© PHOTO LAURENT THEILLET

L'« Éloge de la chance » que vous publiez (1) est-il la suite d'« Éloge de l'optimisme », paru en 2010 ?

En quelque sorte oui, puisque je développe un chapitre que j'avais consacré à ce sujet dans le premier livre et qui s'interrogeait ainsi : « Pourquoi les optimistes ont-ils plus de chance que les autres ? »

Eh bien, précisément, pourquoi ?

Ils obéissent à une discipline qui applique en fait les grands principes de bon sens. Ce sont des gens qui ont des désirs, qui veulent des choses, ils se donnent le droit d'être attentifs. Ils passent leur temps à être en connexion avec les autres. Ils ne pensent pas qu'à leur intérêt. Mais ils se disent aussi qu'ils peuvent être une chance pour les autres. Certains individus agissent en fait comme des aimants sociaux. Le magnétisme social exige d'être nourri par un intérêt sincère pour les autres. Et ils savent profiter de tous les hasards, y compris ceux qui sont en apparence malchanceux. Ce sont de grands recycleurs de malchance.

Comment définissez-vous la chance et son antithèse, la malchance ?

La chance, ce n'est pas, pour moi, le fait de gagner au loto ou d'échapper par miracle à un attentat ou à une catastrophe. C'est la chance durable, récurrente. Il y a des gens qui sont plus souvent que les autres sur les bons coups, qui profitent des bonnes occasions, qui rencontrent des gens intéressants. Et puis il y a ceux qui ratent les trains, les bonnes occasions, et dont le mode de comportement éloigne d'eux des gens qui auraient pu leur apporter quelque chose.

Chacun est donc responsable de sa chance ?

En tout cas de son attitude. Les chanceux créent les conditions pour qu'il leur arrive plus de choses positives qu'à d'autres. Et des travailleurs sociaux m'ont confirmé qu'ils avaient pu vérifier la même chose dans l'autre sens.

La chance n'est donc pas seulement un phénomène de hasard ?

À un moment ou à un autre, un événement survient. Mais il n'est pas forcément positif. Le talent particulier du chanceux, c'est de surfer avec le hasard. Un pépin (licenciement, rupture du lien amoureux, maladie) peut déclencher, après une période douloureuse, une réorientation de sa vie. Je crois à la citation d'Aldous Huxley : « La chance, c'est tout ce que vous allez faire avec ce qui vous arrive. »

Comment se place-t-on en position de saisir la chance ?

Grâce d'abord à une prise de conscience, en se disant : "La chance, je vais faire comme si j'en avais déjà." Il faut regarder le monde à travers les petites chances qu'il offre. Quand on veut saisir la chance, on a deux ennemis : une concentration excessive, qui ne laisse pas la place pour apercevoir les signes faibles de la chance, et la dispersion. On peut tenir un mini-journal de chance sur les petits événements de la journée qui sont aussi des opportunités. Petit à petit, cela fait boule de neige.

Autrement dit, si on veut on peut ?

Cela, c'est la pensée positive classique. Pour saisir la chance, il faut que se rencontrent dans un creuset une occasion que l'on saisit et une capacité à en tirer parti.

(1) « Éloge de la chance, ou l'art de prendre sa vie en main », éd Saint-Simon, 120 pages, 13 euros.