

L'échec, révélateur de nos plus belles forces de vie ?

PAR AUDREY PLATANIA-MAILLOT, PSYCHOLOGUE DU DEVELOPPEMENT



L'erreur est humaine

Nous l'avons appris, nous le savons, nous le répétons souvent dans nos conversations pour nous rassurer ou consoler quelqu'un face à un échec.

Cette petite phrase viendrait nous rappeler que l'erreur n'est pas si grave, qu'elle est le panel du commun des mortels, que finalement de par ce statut partagé, l'erreur est pardonnable.

Cette phrase est bien plus que cela. Bien plus profonde. Elle signifie que l'erreur est la manière humaine, proprement humaine, d'apprendre. Que sans erreur, sans échec, l'humain ne peut pas rencontrer le monde, se rencontrer, et se construire.

Apprendre c'est prendre des risques, au vrai sens du terme. Pour apprendre, il faut oser sortir de ce que l'on sait, oser aller vers l'inconnu, faire le pas de côté qui nous ouvrira vers autre chose que nous ne connaissons pas encore.

Nous l'oublions si souvent dans nos vies occidentales. La crainte de l'échec et le statut si culpabilisant donné à l'erreur créaient dans nos sociétés une peur si forte que la course à la performance, au « tout juste », à la perfectibilité, nous vide des vertus profondes de l'échec.

L'échec a d'abord cette formidable vertu de nous arrêter !

Sans échec, nous fonçons, tête baissée, sans nous poser plus de questions. Quand quelque chose fonctionne,

nous prenons rarement le temps d'explorer le pourquoi et le comment cela fonctionne. Ça ne marche point.

C'est lorsque les résultats ne sont plus au rendez-vous que nous nous arrêtons, que nous prenons le temps de

penser, de réfléchir, d'explorer et de découvrir. L'échec et son revers parfois cuisant a cette vertu de nous poser. Parfois un peu sonné au départ, l'échec arrive souvent sans crier gare. L'échec nous pousse à nous rencontrer, à nous observer, à nous questionner.

« Echouer c'est se demander ce que nous pouvons devenir » nous enseigne le philosophe Charles Pépin.

L'échec nous met face au miroir de la réalité. Quand l'échec est là, je ne peux plus ni me mentir, ni faire « comme ci », ni éviter. L'échec me confronte à la fois à moi-même et au monde réel. Accueillir l'échec c'est donc se donner la possibilité d'ouvrir grand les yeux, d'arrêter la lutte ou le déni pour aller explorer nos vies, nos envies, nos projets avec une plus fine lucidité.

L'échec serait également le révélateur de nos forces intérieures les plus insoupçonnables.

C'est dans la jubilation de la réussite que nos cerveaux se dopent le plus d'endorphine, de dopamine et de toutes ces hormones de joie si indispensable à notre motivation, à notre élan vital. Mais de quelle réussite parle-t-on ? Que serait la réussite sans échec ? La joie de réussir est d'autant plus grande que nous avons connu l'erreur et l'échec.

En plus de faire vibrer plus fort la joie de réussir, l'échec nous révèle également beaucoup de nos forces de vie.

Le courage, d'abord. L'échec nous donne cette occasion rare d'éprouver notre courage. Le courage de recommencer, d'avancer, de « faire avec » ou bien le courage de lâcher, d'abandonner. Il faut parfois bien plus de courage pour abandonner que pour recommencer.

Le courage nous permet de nous ouvrir : s'ouvrir aux autres, s'ouvrir au monde, s'ouvrir à d'innombrables possibilités auxquelles, sans échec, nous n'aurions jamais songé.

L'échec est créativité.

C'est au cœur de nos limites et notre incapacité que nous pouvons rencontrer toute la force de notre flexibilité, de notre créativité, de notre pouvoir d'adaptation. Face au mur, nous devons mobiliser notre combativité, notre persévérance à vivre, notre audace à créer pour nous dépasser. Face à l'échec, nous pouvons réellement parvenir à nous dire « c'est comme ça, je vais faire avec ». Ce n'est pas un « c'est comme ça » aigre, de victimisation, de plainte, de résignation, mais un véritable élan d'adaptation pour construire une autre voie, envisager des alternatives, qui seront plus proches de ce que nous sommes vraiment et de ce que le monde peut nous apporter.

L'échec est courage, flexibilité, créativité, combativité, persévérance, audace.

L'échec est aussi humilité.

En allant nous connecter à nos limites, à notre sentiment de vulnérabilité et de faiblesse, l'échec nous relie à notre part profonde d'humanité. L'humain est faillible et jusqu'à sa mort il reste un être en devenir, jamais vraiment abouti.

Cette humilité nourrit si fort notre sensibilité aux autres et notre empathie. La bienveillance n'est pas qu'un concept à la mode, c'est une posture qui donne la main à l'autre, lui apporte un regard dans lequel il peut se sentir compris, entendu, aimé. Une posture qui accueille et enveloppe la fragilité pour lui redonner toute sa force.

Il est bien difficile de garder cette bienveillance dans nos vies quotidiennes où les attentes et les enjeux occupent tant de place.

Pour nos familles, nos enfants surtout, nos amis, nos collègues. L'humilité nous ouvre une porte vers une plus grande bienveillance autant envers soi-même qu'envers les autres. Et souvent, l'échec nous donne une bonne claque d'humilité ! Tant mieux !

L'échec peut également nous ouvrir une porte vers une plus grande relativité.

La relativité n'est pas de dire que « ce n'est pas grave ». La relativité c'est considérer le plus justement possible, le poids de chaque chose, sans sous-estimer ou surestimer un pan de ma vie.

« *La défaite comme le triomphe ne doit jamais nous définir, nous enfermer. Le succès comme l'échec reste conjoncturel et ne résume jamais tout ce que nous sommes au fond* » explique Charles Pépin.

L'échec est dans ce sens une ouverture pour mieux s'affirmer, mais encore faut-il dépasser les émotions si désagréables que nous font vivre nos échecs. Trop vite nous allons confondre le « j'ai raté » avec le « je suis un raté » et l'échec restera alors un trou vide ou plutôt plein ; rempli de colère, de rage, de désillusion ou de tristesse profonde.

Rappelons-nous que les plus grands de ce monde ont, eux aussi, peut-être eux surtout, commis de nombreuses erreurs et connus des heures de défaite. Réussite et échec prennent toute leur relativité.

L'erreur est humaine ou l'humain est erreur ? Peut-être autant erreur que réussite, ainsi va la condition humaine.

« *Impose ta chance, serre ton bonheur et va vers ton risque* » René Char.