

Il faut réhabiliter une certaine prise de risque !

Nous vivons dans une société où la prise de risque tend à être de plus en plus réduite. Il ne s'agit bien sûr pas d'encourager des actes insensés mais il semble important de ne pas tomber dans une logique où toute activité risquée serait bannie. Si, au premier abord, l'absence de prise de risque peut apparaître séduisante, la réflexion aide à douter de la réalité de tous ses bienfaits.

Globalement, l'être humain aime le risque.

Il suffit de voir l'intérêt de citoyens issus d'horizons différents lors d'événements ou de situations à haut niveau de risque.

La conquête spatiale est sur ce point évocatrice.

Si l'on voulait rester dans l'actualité proche, l'attrait du "Vendée Globe" est tout aussi significatif. Un million de spectateurs se rendent sur place pour rencontrer les navigateurs et lors du retour au port de ces navigateurs, même en pleine nuit, il y a foule.

Que dire de l'admiration des Sapeurs Pompiers et d'une manière générale de toutes les professions qui prennent des risques pour sauver des vies ?

A tous les niveaux, n'est-ce pas le propre de l'Humain d'aimer flirter avec le risque ?

L'être humain aime le risque au point d'être parfois capable d'en annihiler les conséquences potentielles.

Chaque individu sait que le tabac peut aider à développer des maladies graves. Et cependant, il y a des fumeurs.

Il en est de même de la vitesse. Chacun sait que lorsqu'elle est excessive, le risque d'accident augmente et cependant, qui n'a jamais flirté avec des vitesses excessives ? Je me souviens à merveille d'avoir roulé très vite sur l'autoroute et le souvenir qui s'y associe est... positif. Il faut dire qu'il s'agissait de vitesses importantes atteintes dans le cadre du SAMU alors qu'il y avait urgence à aller sauver des vies qui vacillaient.

L'individu qui va investir ses économies pour créer ou acheter une entreprise va prendre des risques. S'il s'efforçait d'en mesurer toutes les conséquences potentielles, peut-être ne le ferait-il pas ?

L'être humain aime le risque et cependant, on a parfois été tenté par la logique du "risque zéro" et de son corolaire le "principe de précaution".

L'inconvénient de chercher à trop réduire le risque est de parfois générer des changements qui ne sont pas bénéfiques. Ainsi, à titre d'exemple, en voulant diminuer les risques inhérents à un accouchement classique, on a vu une augmentation significative des césariennes, ce qui ne comporte pas que des avantages.

Au niveau de l'entreprise, l'autonomie est aussi parfois considérée comme une prise de risque. Or, s'en priver reviendrait à se priver de créativité et de bien-être.

Dans un tout autre domaine, le principe de précaution a parfois conduit à ne pas pousser les recherches médicales sur de nouvelles molécules alors que celles-ci, au final, se seraient peut-être montrées intéressantes.

Si l'on poussait trop ce "principe de précaution", ne risquerions-nous pas d'anéantir toute création, toute initiative et d'en faire un "principe de renonciation" ?

Mais, pourquoi l'être humain aime-t-il le risque ?

L'être humain aime d'autant plus le risque qu'il est optimiste. Celui qui va partir en mer affronter les pires conditions météorologiques imagine avant tout qu'il reviendra vainqueur. Le médecin qui part faire de la médecine humanitaire dans un pays en guerre pense prioritairement aux vies qu'il va sauver.

La femme ou l'homme qui va entreprendre de créer une entreprise verra davantage les joies liées aux succès que les difficultés.

Jacqueline de Romilly me disait un jour, alors que je m'étonnais de son niveau d'optimisme, *"l'optimisme aide à transformer les soucis en défis, les soucis nous accablent alors que nous avons envie de relever les défis"*.

L'optimisme aide à prendre certains risques.

L'être humain tirera aussi du plaisir à réussir là où le risque est important. C'est peut-être ce qui va le pousser à récidiver dans la prise de risque. Le marin qui a réussi un exploit va recommencer. Le pilote qui est champion du monde va remettre son titre en jeu. Le dirigeant va créer une autre entreprise.

Une vie sans risque ne serait-elle pas une vie sans plaisir, à l'image de cette anecdote qui a fait le tour de nombreux internats en médecine. *"Un patient âgé vient consulter un jeune médecin. Il lui demande s'il pense qu'il deviendra plus vieux s'il arrête de boire, de manger des produits riches, de faire l'amour... Le jeune médecin, riche d'un fort bon sens, lui répond qu'il ne sait pas s'il deviendra plus vieux mais que la vie lui paraîtra beaucoup plus longue"*.

Une vie sans risque serait certainement une vie qui nous paraîtrait plus longue car elle serait sans plaisir.

Sœur Emmanuelle illustre à merveille ce que serait une vie sans risque : *" Si tu n'as pas risqué, tu n'as pas vécu ! C'est ce qui donne un goût de champagne ..."*

Une vie sans risque serait une vie fade, difficilement compatible avec la réussite.

Or, l'être humain a besoin de réussir.

Et la réussite passe par la prise de risque ! Celui qui ne prendrait aucun risque à commencer par celui de se lever le matin, de se déplacer, de passer un examen ou un concours, d'entreprendre... ne réussirait jamais.

Benjamin Franklin l'exprimait de manière très claire : *"Il y a bien des manières de ne pas réussir, mais la plus sûre est de ne jamais prendre de risque"*.

Vivre dans un monde sans risque reviendrait à vivre dans un monde sans plaisir, sans succès et à faire de sa vie une œuvre sans dimension.

Mais ... le risque génère du stress !

Alors que je passe une grande partie de mon temps à réfléchir aux meilleurs moyens de diminuer les effets du stress, certains pourraient être tentés de voir dans cette tribune un changement d'orientation.

Eh bien, à mon avis, il n'en est rien.

Car le plaisir inhérent au succès d'une action risquée est important et c'est lui qui va protéger celui qui prend des risques des effets du stress.

Lorsqu'un acteur a le trac, il augmente son niveau de stress. Lorsqu'il passe en mode actif, le trac disparaît et le plaisir arrive, venant annihiler les effets du stress.

A ceux qui seraient tentés de me faire remarquer que si risque il y a, le succès n'est, par définition, pas assuré, je conseillerai d'entreprendre plusieurs actions. Ainsi, il y en aura bien quelques unes qui réussiront et généreront du plaisir.

Le risque est aussi souvent synonyme de dépassement de soi chez l'être humain.

Et le fait de prendre conscience que l'on progresse, que l'on est utile, est aussi protecteur du stress.

Il semble donc important de réhabiliter une certaine prise de risque. Il ne s'agit pas de prendre n'importe quel risque mais de ne pas se priver de ce sel de la vie. Il y a beaucoup à y gagner, à commencer par le sentiment de faire de sa vie une œuvre que l'on sera, un jour, fier de regarder.