



# L'onde positive



par  
**Thierry  
Saussez**

Créateur du Printemps de l'Optimisme,  
Incubateur d'énergies positives.

## **Vous avez des marges de manœuvre**

**L**es bénéfices humains, commerciaux, les succès comme d'ailleurs les échecs, se jouent souvent à la marge. C'est d'ailleurs une raison majeure pour laquelle il faut, après une victoire, rester vigilant et au lendemain d'une défaite ne pas désespérer.

La plupart des recherches, tests et enquêtes, notamment aux États Unis, constituent une véritable révélation. Le bonheur dépendrait de 3 facteurs : à 50% de notre héritage génétique, à 40% de nos aptitudes et de nos choix et à 10% seulement de l'environnement et des circonstances extérieures. Cela indique, sans équivoque, que chacun d'entre nous a au moins plus d'un tiers de capacité de positiver. De la même façon, l'excuse classique des pessimistes pour renoncer au prétexte que tout se ligue contre eux, toutes les circonstances sont défavorables, n'a qu'une réalité

potentielle très minime.

Tant mieux si nous bénéficions d'un ou plusieurs parents qui nous a légué le gène de l'optimisme. Réjouissons-nous, de toute manière, des 40% de facteurs variables qui ne dépendent que de notre volonté, ce qui constitue une appréciable marge de manœuvre.

Vous avez donc des réserves personnelles, un capital pour positiver qu'il vous appartient d'activer ou non. Vous n'avez pas à vous abriter derrière les défaillances des autres, du système, de votre environnement en général, pour justifier votre défaitisme.

Le pire, avec une telle approche, est qu'elle finit par neutraliser toute initiative nouvelle, cercle vicieux du renoncement ou du train-train. Or, notre cerveau fonctionne moins bien avec des tâches habituelles et répétitives. Il a besoin que vous le surpreniez, que vous renouveliez son

alimentation.

Vous pouvez donner l'exemple. À la moindre difficulté, ne ruminez pas, ne ressassez pas. Regardez d'abord où vous avez des marges de manœuvre pour faire face. Elles existent toujours. Ne vous enfermez pas dans "les dignités permanentes", la routine, les avantages acquis, la protection des statuts. Ne subissez pas le changement comme une contrainte ou une menace pour un changement de poste, une modification des horaires, une réorganisation de service ou, bien sûr, une mobilité professionnelle.

Faites du changement une chance d'utiliser les autres cordes de votre arc. Bougez avec le monde qui évolue à une vitesse accélérée. Utilisez tout votre potentiel, la plus infime marge de manœuvre qui est en vous. Tout optimiste sait qu'elle peut être un facteur déclenchant.