



Bulletin de la Banque Royale

Publié par la Banque Royale du Canada

Vol. 74 N° 4

Juillet/Août 1993

L'utilité de l'adversité

L'infortune peut-elle nous être bénéfique? Oui, si elle nous motive à remédier aux erreurs qui l'ont causée. Que nous sachions la surmonter ou qu'elle nous abatte, l'adversité est l'épreuve ultime, la grande éducatrice : elle nous enseigne ce qui compte vraiment dans la vie.

«L'homme engendre la souffrance comme les étincelles volent en l'air.» Bien sûr, l'«homme» du Livre de Job englobe tout le genre humain. Aucun être, homme ou femme, n'a jamais échappé entièrement à la douleur et aux tribulations. Et jamais aucune époque de l'histoire de l'humanité n'a été exempte de désordres et de calamités.

Des millions de pages de chroniques, des kilomètres de films documentaires attestent que l'adversité ponctue toute vie humaine. Aussi est-il étrange que les difficultés, bien qu'inévitables, nous prennent si souvent au dépourvu. Tels les cyclones, les revers de fortune sont d'autant plus dévastateurs que l'on a négligé de s'y préparer; mais malgré la quasi-certitude que des événements imprévus viendront troubler notre destin, nous agissons trop souvent comme si le vent ne devait plus jamais se déchaîner et qu'une tente fragile suffisait à nous garantir des éléments.

Par exemple, le simple bon sens nous dit que nous ne sommes pas à l'abri d'un accident ou d'un problème de santé; cette évidence devrait nous engager à agir de façon à ne pas les provoquer ou les aggraver. Et, à moins d'être l'un des rares privilégiés de la fortune, nous pouvons tous avoir à affronter des revers financiers. Nous savons que, quand les temps sont favorables, nous devrions accumuler des ressources en prévision du lendemain.

L'adversité pouvant surgir n'importe quand, il est difficile de comprendre que si peu d'entre nous prennent des précautions fondamentales pour en atténuer les effets. La raison en est, bien sûr, l'optimisme naturel de l'homme : notre instinct nous chuchote que le malheur ne peut pas nous toucher ou, à tout le moins, que nous saurons y remédier.

Cette façon de voir semble particulièrement répandue

de nos jours dans les sociétés occidentales. Des générations entières y ont grandi avec la vague conviction que, contre toute évidence, la souffrance ne peut pas nous atteindre. Et il est vrai que les progrès fulgurants de la médecine semblent justifier l'espérance d'une santé quasi inaltérable et, jusqu'à tout récemment, la régularité de la croissance économique ouvrait à la plupart des travailleurs la perspective d'une sécurité financière raisonnable pour toute leur existence.

Les bouleversements économiques de ces dernières années ont quelque peu modéré les attentes des masses, mais pas les promesses des médias. En dépit de l'avalanche de tragédies et de conflits armés qu'ils rapportent, ceux-ci n'en continuent pas moins à répandre l'impression que les êtres humains peuvent passer leur existence entière à l'abri des difficultés.

À la télévision et dans les revues sur papier glacé, la publicité ne présente guère que des gens pour lesquels les seules entraves au bonheur parfait sont une haleine peu engageante ou des pellicules dans les cheveux. Quant aux comédies de situation de la télévision, elles nous transportent dans un monde où la félicité, qui est de règle, est rehaussée par le piquant que lui donnent des embarras anodins.

Les citoyens imaginaires du royaume de la télévision ne tirent que rarement le diable par la queue; ils ont des emplois fascinants, resplendent de santé, sont beaux et trouvent facilement à aimer et être aimés. Leurs problèmes ne sont le plus souvent que des obstacles stimulants.

Implicitement, ces images vous convainquent que si vous n'êtes pas heureux, en bonne santé et matériellement assez à l'aise, votre vie n'est pas digne de la société à laquelle vous appartenez. Dans un récent article de la revue *Esquire*, Tad Friend affirme que les comédies de

situation établissent la norme d'après laquelle les téléspectateurs évaluent leur place dans le monde. Les personnages de ces émissions sont si familiers que les spectateurs les considèrent comme leurs amis et leurs semblables.

Or, il est tentant mais dangereux de croire que le genre de vie présenté par ces émissions est réaliste et que seules les aberrations du destin vous privent du contentement permanent auquel chacun a droit. Si sa vie n'est pas conforme aux fantaisies de l'écran, le spectateur a l'impression d'être victime d'une injustice.

Le bonheur abonde dans le monde, bien sûr, mais il n'est certainement ni constant ni universel. Cette impression que le genre humain vit normalement dans le contentement explique peut-être pourquoi beaucoup

Pour éviter de s'apitoyer sur soi-même, rien ne vaut l'aptitude à rire de ses malheurs.

de jeunes élevés devant la télévision semblent souffrir de dépression profonde quand ils se heurtent à des obstacles dont les générations précédentes s'accommodaient assez bien.

Le vaste monde de la réalité est rempli d'embûches. Il est

bouleversé par des cataclysmes sociaux, politiques et économiques; les relations interpersonnelles tournent à l'hostilité et engendrent l'amertume; les gens tombent malades, sont frappés par le deuil, perdent de l'argent ou leur emploi.

Comme ces vicissitudes ne peuvent pas être évitées ni ignorées, notre seul choix consiste à nous laisser abattre ou à les surmonter; pour le faire, il faut s'y préparer, non seulement physiquement et financièrement, mais aussi psychologiquement.

Comme l'a écrit la romancière américaine Ellen Glasgow, «La vie n'est jamais si dure que l'on ne puisse l'adoucir en la prenant du bon côté». Être philosophe, c'est avant tout ne jamais se demander «Pourquoi moi?»; c'est ne jamais s'imaginer que le sort s'acharne contre vous. Chacun a ses problèmes, dit-on; ceux des autres vous montreront en général que les vôtres sont bien insignifiants. Comme celui de l'homme qui se désespérait de manquer de chaussures jusqu'à ce qu'il rencontre quelqu'un qui n'avait pas de pieds.

Il n'est pas réaliste d'évaluer notre situation par rapport à des normes de bonheur imaginaires créées par la télévision ou par d'autres personnes. Le malheur résulte trop souvent de l'impression superficielle que d'autres ont plus de chance que nous. Si nous pouvions lire dans le cœur des personnes que nous envions, peut-être changerions-nous d'avis. «Personne dans le monde n'est plus malheureux que bien des gens qu'on s'imagine être heureux», a observé Sénèque.

Socrate a dit : «Si l'on pouvait empiler tous les soucis des hommes en un endroit commun pour les redistribuer également entre chacun, la plupart seraient heureux de ne reprendre que les leurs». C'est en situant ainsi les choses dans une juste perspective que l'on peut le mieux évaluer la gravité d'un mauvais pas. Prendre du recul est la meilleure défense contre la force destructrice de la pitié de soi; et mieux vaut rire de ses malheurs que de les prendre trop au sérieux. «L'humour nourrit et désaltère celui qui a faim et soif», a dit Henry Ware.

Les gens sont trop souvent enclins à observer leurs malheurs à travers la lentille déformante du pessimisme. Ils feraient mieux d'en voir les bons côtés. «Quand s'abat un désastre, il est important de ne pas oublier les malheurs évités», a écrit Samuel Johnson. Peut-être vous reste-t-il entre autres votre intégrité et l'amour du prochain... et c'est cela qui compte vraiment dans la vie.

Les mauvais moments peuvent tout au moins nous enseigner l'importance de la prévoyance. «Quelque douloureuse que puisse être la souffrance, elle est un bienfait car elle nous révèle la maladie et contribue à notre guérison», a écrit John Tillotson, le célèbre prédicateur du XVII^e siècle, archevêque de Cantorbéry.

Quand les événements tournent contre nous, il est bon d'essayer de comprendre dans quelle mesure nous en portons la responsabilité, ne serait-ce que pour ne pas recommencer. Sinon, nous risquons de les excuser en blâmant le sort. «L'on confond trop souvent la négligence et le destin», observe l'humoriste américain Kin Hubbard.

Par contre, l'adversité n'est pas toujours l'aboutissement de notre imprévoyance, et bien des gens éprouvent inutilement du remord d'avoir causé des événements sur lesquels ils n'auraient pu agir en aucune façon. Il n'est pas rare, par exemple, que des parents se reprochent indûment les échecs de leurs enfants, ou que des survivants s'accusent d'avoir causé le décès d'un membre de leur famille. Mais les gens rejettent bien plus souvent la faute de leurs malheurs sur des tiers.

Dans les salons, l'usage veut que tous les maux du monde soient attribués aux hommes politiques ou à des entités insaisissables telles que «le système» ou «on». Quand tout va mal, on cherche un bouc émissaire; ces victimes commodes nous apportent un soulagement temporaire, mais les problèmes restent entiers.

L'énergie dépensée à accuser les autres serait mieux employée à tenter de surmonter les difficultés de chacun. Mais si vous croyez vraiment que les autorités sont aveugles ou hostiles à vos intérêts, il s'ensuit qu'il est futile de réagir car elles vous écraseront de nouveau à la première occasion. Cette réaction fataliste est celle qui a conduit les Grecs de l'antiquité à conclure qu'il était inutile de lutter contre des dieux.

Le fatalisme mène à l'amertume, caractéristique des défaitistes chroniques. Ceux-ci prétendent immanquablement qu'ils n'ont pas de chance ou se trouvaient au mauvais endroit au moment fatidique. Se convaincre que le destin est immuable ouvre toute grande la porte de l'inaction et de l'indolence. Et comme les problèmes ont tendance à s'accumuler, le fatalisme prépare des difficultés nouvelles. Il vous excuse de laisser pourrir la situation.

Sans doute la plupart des religions nous encouragent-elles à accepter la volonté divine, mais l'abnégation n'est pas cette superstition aveugle qui nous empêche de contempler notre destin et de vouloir l'infléchir. Dans la Bible, lorsque Job, un homme juste et fortuné, perd ses biens et est atteint de maladies horribles, il n'en conclut pas aussitôt qu'il est la victime impuissante de forces invisibles. Il se demande d'abord quelles fautes il a commises et interroge ses amis sur les causes de ses afflictions. Bien que tenté d'abandonner sa foi, il se montre finalement magnanime envers l'adversité. Comment l'homme peut-il être assez arrogant, dit-il, pour prendre le bien de la main de Dieu, mais refuser le mal? Ce que le Seigneur donne, il peut aussi le reprendre.

La conviction que la souffrance nous est donnée pour mettre à l'épreuve notre foi apporte aux vrais croyants la force spirituelle nécessaire pour supporter l'adversité. Ce n'est que si l'on pense que les épreuves n'ont aucun sens et frappent au hasard qu'elles semblent trop lourdes à supporter.

Certains théologiens sont d'avis que l'adversité est essentielle au bon fonctionnement de l'univers, qu'elle est littéralement un mal nécessaire. En l'absence d'une

certaine tension entre le bien et le mal, pensent-ils, tout le Plan divin s'effondrerait.

Richard Cumberland, prélat et philosophe anglais du XVII^e siècle, avançait une théorie sur une bonté universelle incorporant certains éléments

*Apprendre à
accepter l'adversité
comme un mal
nécessaire.*

de mal. «Je ne tiens pas à risquer de me faire juger naïf en soutenant que tout le mal dont souffre l'homme est un bien déguisé; mais je pense que l'homme qui prend le mal aussi bien que possible est sage et bon», a-t-il écrit.

L'adversité semble sans aucun doute nécessaire à l'acquisition de l'humilité, fondement de l'enrichissement spirituel. Les hommes et les femmes qui consacrent leur vie à prier Dieu s'imposent fréquemment des privations extrêmes. Les laïcs pieux jeûnent aussi à l'occasion car ils sentent que le bien-être

matériel freine leur développement spirituel.

Mais la plupart des gens ne ressentent en aucune façon le besoin de rechercher l'adversité; nous savons trop bien qu'elle viendra sans invitation. Mais à ceux qui se demandent pourquoi les moines, les religieuses et les pèlerins cultivent délibérément la souffrance, il est facile de répondre : l'adversité rend les gens meilleurs.

«Laisse-moi t'embrasser, adversité revêche, car les sages affirment qu'il est sage de le faire», invoque le roi Henry VI de William Shakespeare dans son désespoir.

*Les actes les plus
nobles de
l'humanité ont été
accomplis dans des
circonstances
exceptionnellement
difficiles.*

Et de grands penseurs ont, au cours des siècles, enseigné que les hommes et les femmes ont besoin de souffrir pour découvrir leurs qualités les plus précieuses. Un vieux proverbe chinois exprime cette idée en termes imagés :

«On ne polit pas un joyau sans le frotter; ni un homme sans l'exposer à la difficulté.»

L'inverse est vrai aussi, bien sûr : de la même façon que le meulage révèle les failles d'une pierre et la brise, ainsi l'adversité fait ressortir les vices du caractère, généralement exacerbés par les lâchetés passées. Certaines personnes se laissent abattre par les problèmes... à l'extrême, au point de perdre le goût de vivre.

Leur suicide peut être rapide; il peut aussi prendre la forme d'une longue agonie, surtout si la victime se détruit à force de s'apitoyer sur son sort. Ces gens ont tendance à adopter des comportements qui dissimulent temporairement leurs sentiments mais qui finissent par miner leur santé physique et mentale.

Mais face à l'adversité, la plupart des êtres humains réagissent avec courage. Leurs actes les plus nobles ont été accomplis dans des situations graves, telles que des désastres naturels ou des guerres. Entre voisins, ils ne s'entraident jamais autant que dans les circonstances difficiles. En temps de crise, les gens ordinaires se découvrent souvent une bravoure et une adaptabilité insoupçonnées. C'est l'adversité qui fait les héros.

Mais si les situations exceptionnelles révèlent les héros, la vie facile expose au contraire les plus grandes faiblesses. L'homme se laisse aller quand rien ne l'empêche de s'abandonner à ses désirs. «Rien ne révèle mieux les vices que la prospérité, ni la vertu que l'adversité», a écrit Francis Bacon.

Les chroniques mondaines l'illustrent éloquentement; elles nous informent du quatrième ou cinquième mariage insipide d'une actrice célèbre, des problèmes de narcomanie d'une vedette du rock, des scandales du plus récent don Juan à la mode. Au contraire, l'adversité



révèle certaines des personnalités les plus admirables... un handicapé ayant surmonté des obstacles incroyables pour atteindre un but ambitieux, une mère sans ressources qui se prive pour donner une solide éducation à ses enfants, un athlète qui triomphe en dépit d'une grave blessure.

Dans *As You Like It*, Shakespeare parle de «l'utilité de l'adversité», notion qui peut sembler contradictoire au premier abord. De quelle utilité, en effet, peuvent être des circonstances causant des pertes et des souffrances? Mais à bien y penser, l'adversité n'est pas seulement utile; elle est un facteur essentiel du progrès. Des sept merveilles du monde ancien aux percées les plus récentes de la science médicale, aucune réussite, dans aucun domaine, n'a jamais été atteinte sans frustrations ni travail ardu.

L'adversité crée la résistance nécessaire pour causer la tension créatrice. Quand tout va bien, rien ne nous pousse à améliorer la situation ou à redresser les torts. L'adversité est donc l'impulsion qui nous conduit à vouloir une société plus juste et mieux organisée. Car

les sociétés réagissent comme les individus : celles qui se heurtent à peu de résistance dans la recherche de leurs objectifs adoptent des attitudes qui masquent leurs faiblesses et encouragent l'arrogance et la vanité.

*Le véritable test
n'est pas d'éviter le
terrain difficile,
mais de s'en
arracher quand on
y est tombé.*

L'adversité nous empêche de nous «avachir», collectivement comme individuellement. Les muscles qu'on n'exerce pas se relâchent et faiblissent, mais l'exercice nécessaire pour les entretenir exige des efforts. En durcissant les fibres de notre organisme, nous accroissons la résistance qui nous permettra de résister à la maladie.

Comme les entraîneurs aiment à le répéter, «pas de souffrance, pas de progrès»; seuls les défis nous forcent à donner le meilleur de nous-mêmes. Les sports de compétition sont plus efficaces encore à cet égard, puisqu'ils opposent les joueurs à des adversaires. Ils mettent donc à l'épreuve non seulement leur force physique, mais leur force de caractère. «Aimez votre adversaire», conseille un entraîneur de football américain à son équipe. «C'est à lui que vous devez de jouer aussi bien.»

Les sports montrent que l'homme recherche l'adversité. Bien souvent, l'amateur qui s'adonne à un sport «pour s'amuser» le fait pour compenser l'absence de défis dans sa vie quotidienne. Son passe-temps met

à l'épreuve ses aptitudes physiques et morales. Les règles des sports accroissent délibérément la difficulté de tâches qui pourraient autrement être trop faciles. Les sports nous donnent des leçons de vie. Comme l'a écrit John H. Moore à propos de son sport favori, «Au golf comme dans la vie, le véritable test n'est pas d'éviter le terrain difficile, mais de s'en arracher quand on y est tombé.»

Dans le monde du travail, les difficultés peuvent galvaniser les attitudes. Alors que les moments faciles assoupissent l'esprit, les obstacles le stimulent. Les résistances éveillent notre esprit d'entreprise et notre créativité, révélant des ressources intérieures jusque-là ignorées. Les annales du monde des affaires fourmillent d'anecdotes sur des gens qui, ayant perdu leur emploi, ont fait fortune ailleurs. L'inhumanité apparente de leur employeur s'est avérée avoir été le plus grand service qu'on leur ait jamais rendu.

L'adversité nous prépare à mieux profiter de la prospérité quand notre situation s'améliore. Si vous ne vous abandonnez pas au désespoir quand tout semble perdu, vous pouvez résister aussi à la tentation de commettre des excès quand la fortune vous sourit. Les hauts et les bas de la vie nous aident à découvrir nos forces et nos faiblesses. «Quiconque n'a pas connu le malheur ne se connaît pas lui-même, ni sa propre vertu», a écrit le poète écossais David Mallet.

Si les tribulations nous permettent de mieux nous connaître, elles nous révèlent aussi nos vrais amis. L'adversité est un purgatif bénéfique qui élimine les aspects inessentiels de la vie, y compris les relations vaines que nous établissons quand tout va bien. L'amour sans sincérité ne résiste pas à l'épreuve de la souffrance. Quand deux êtres s'aiment vraiment, ils partagent les mauvais moments.

«Pour aimer l'humanité entière, il suffit d'être heureux; mais pour percer les secrets de l'humanité et de la vie, et plus encore nos pensées intimes, il est essentiel de souffrir», a écrit le philosophe allemand Jean Paul Richter. Un homme ou une femme qui se relève d'un échec, qui persévère contre un enchaînement d'obstacles et de malheurs, est merveilleusement placé pour comprendre ce que ressentent les autres dans un monde sans merci.

L'adversité nous aide à développer notre empathie et notre sens de la charité. Le développement de la sensibilité, de l'amour et de la compassion envers nos semblables est sans aucun doute l'un des plus grands bienfaits de l'adversité.

