

À chacun son équilibre

On nous propose toutes sortes de formules pour atteindre une vie équilibrée. Entre la maison et le travail, les enfants et les clients, c'est à chacun de définir ce qu'est l'équilibre. Et ses critères de réussite.

Encore un article sur l'équilibre ! Moi-même, je ne passe pas une semaine sans que l'on me dise comment mieux équilibrer ma vie. Si ce ne sont pas les magazines qui me prescrivent un meilleur employeur ou une alimentation plus saine, c'est ma grand-mère qui y va de son « Tu ne crois pas que tu travailles trop ? » Non, Mamie, merci, j'aime mon travail. Mais si ce n'était que cela... Car non seulement je dois être performante à mon travail, mais il faut que ma maison soit parfaitement tenue (merci, Martha !), que mes enfants et mon conjoint bénéficient d'une mère et d'une épouse attentive, disponible, souriante, et belle avec ça ! Mais comme une journée ne compte que 24 heures, moins mes 8 heures (minimum) de sommeil, il ne me reste plus qu'une douzaine d'heures pour accomplir des miracles, et je me sens déjà épuisée... Pourtant, rien ne me fera changer de métier, car j'adore ce que je fais.

Un discours qui trouve un écho

Dans les médias, l'équilibre est à la mode, et les recettes abondent. Ce discours trouve également un écho chez les cadres et les professionnels. J'en rencontre tous les jours qui disent rechercher un meilleur équilibre. Chez certains, ce désir est rarement accompagné d'une volonté de faire des compromis sur le plan professionnel. Chez d'autres, cette soif soudaine d'équilibre personnel surgit en réaction à une déception professionnelle : promotion ratée, manque de reconnaissance, restructurations successives ou mises à pied. Qu'importe d'où vient ce besoin, tous sont déchirés entre le désir de connaître une ascension professionnelle et celui de s'épanouir sur le plan personnel.

Il est bien difficile de concilier les deux, si on s'en tient à l'équilibre que nous propose le discours dominant. Parmi ceux que je rencontre, peu de professionnels renonceraient à un poste plein de défis en échange d'une semaine de 35 heures. Bien sûr, combiner un emploi stimulant avec un emploi du temps allégé est le rêve de bien du monde... Au risque de paraître pessimiste aux yeux de certains, je ne crois pas que ce soit possible, ou en tout cas, pas sans compromis.

On a tendance à s'en mettre beaucoup sur les épaules : avoir le job de ses rêves, être en forme, fonder une famille, rouler dans la voiture de l'année, partir en vacances au soleil, et alimenter ses REER tout en prenant des cours du soir... Pourtant, personne (sinon nous-même) ne nous oblige à

transformer notre vie en marathon ! C'est à chacun d'entre nous de savoir dire non, de fixer l'ordre des priorités de ses objectifs, de faire des choix et de les assumer. Rien ne nous empêche de remettre à plus tard l'achat d'une maison ou un changement d'emploi. L'important est de limiter ses objectifs pour mieux les atteindre et, surtout, de repousser la culpabilité pour profiter de ses choix. Autrement dit, de ne pas regretter d'avoir renoncé à une carrière fulgurante si on a décidé de s'occuper de sa famille. Après tout, qui nous demande de réaliser en 10 ans ce que nos parents mettaient parfois toute une vie à accomplir ?

La réussite repensée

Nous sommes parfois les victimes de nos ambitions professionnelles et personnelles. Il faut bien admettre que nous ne pouvons pas tout avoir. Il convient peut-être de revoir notre idée de la réussite. De nos jours, ce peut être, pour les uns, occuper un poste de haute direction et, pour les autres, avoir le loisir de partir à cinq heures, l'esprit tranquille, pour faire faire les devoirs aux enfants.

Une vie bien équilibrée est une vie où l'on se donne les moyens de ses ambitions. La réussite arrive lorsqu'on réalise celles-ci. Ce n'est pas comme celle du businessman de Claude Dubois, qui chantait : « J'ai réussi et j'en suis fier, au fond je n'ai qu'un seul regret, j'ai pas ce que j'aurais voulu faire... » Réussir, c'est plutôt connaître ses limites, ne pas chercher à ressembler à son voisin ni à plaire à tout le monde. C'est être soi-même. +

* Présidente de Venatus Conseil (www.venatus.com)

