



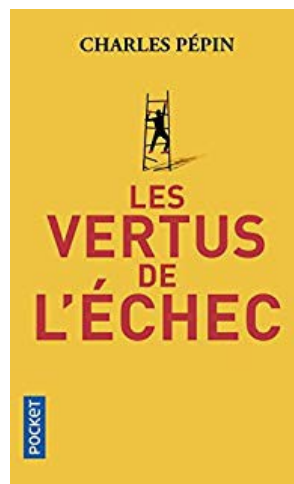
“Les vertus de l'échec” :

le livre de développement personnel de décembre

En septembre dernier, je vous présentais [mon défi pour l'année à venir](#) : vous proposer **un livre de développement personnel par mois**. J'essaie chaque mois d'aborder un thème différent : [le bonheur](#), [la communication](#), [l'amour](#), et aujourd'hui l'échec et comment le surmonter.

A la fin de cet article, je vous propose un chapitre "**La minute Bibliothérapie**", ou **comment utiliser le livre** du mois pour vous faire du bien et améliorer votre vie !

Et maintenant, place au livre de développement personnel de décembre, un livre pour nous aider à surmonter l'échec !



[Les vertus de l'échec](#) de Charles Pépin

Ce livre nous rappelle, **en 16 chapitres**, les raisons pour lesquelles nous pouvons **nous réjouir de l'échec et l'utiliser à bon escient**. Ou comment surmonter l'échec en le transformant en un événement plein de sens !

Chaque chapitre est basé sur une citation d'un philosophe ou d'une personne illustre, malgré la constatation de l'auteur lors de ses recherches sur l'échec : c'est un sujet très peu traité par les grands philosophes ! **De nombreux cas de personnes connues**, artistes, sportifs, politiciens ou autres viennent illustrer le propos.

Il n'y a pas un échec ni une vertu de l'échec, il y en a une multitude. Il y a les échecs qui nous aident à persévérer et ceux qui nous guident vers une autre voie, ceux qui aiguissent notre volonté et ceux qui nous aident à lâcher prise. Mais il semble qu'il y ait **une constante parmi les personnes qui ont connu les échecs à répétition : ils se relèvent plus vite et mieux.** Il est plus facile pour eux de surmonter un échec. Il est même frappant de voir le nombre de personnes connues, que nous admirons, qui ont commencé leur carrière par l'échec. L'auteur nous en cite dans tous les domaines : Thomas Edison, Serge Gainsbourg ou Roger Federer !

C'est parce que nous sommes libres de nos choix que nous échouons.

Contrairement aux animaux qui, mus par leur instinct, font ce qu'ils ont à faire et le font en général bien, nous, les humains, sommes "libres de nous tromper, libre de nous corriger, libres de progresser".



1. L'échec pour apprendre plus vite

Charle Pépin nous raconte l'**histoire de Richard Gasquet et Raphaël Nadal**. Depuis tout petit, Gasquet enchaîne les succès et on lui prédit un avenir radieux. Nadal, lui, se fait battre par Gasquet lors d'une rencontre importante de tennis junior et fait ensuite face à de nombreux obstacles. Des années plus tard, le premier est devenu un grand joueur, mais sans plus. Le second est devenu un des meilleurs joueurs, numéro un mondial durant des années. D'après l'auteur, ce sont ces échecs et obstacles qui ont permis à Nadal de devenir si bon, remettant en question son tennis très tôt et l'obligeant à développer des qualités particulières.

"Echouer vite, apprendre vite", comme le disent les entrepreneurs américains.

Echouer nous permet de **nous confronter au réel**, nous force à l'analyser pour mieux nous y frayer un chemin. Et plus tôt nous le faisons, mieux nous y arriverons et plus nous serons réactifs face aux événements de la vie. **Ceux qui échouent, et tôt de préférence, réussissent mieux que ceux qui n'échouent pas.**

Mais cet état d'esprit est loin d'être universel ! La différence de culture est énorme entre les pays où on brandit les échecs comme des trophées (par exemple aux Etats-Unis) et ceux où on met en avant les réussites (les diplômés !) obtenues très jeune, en France par exemple : "Avoir échoué, en France, c'est être coupable. Aux Etats-Unis, c'est être audacieux."

2. L'erreur comme seul moyen de comprendre

"La vérité n'est jamais qu'une erreur rectifiée." Gaston Bachelard

D'après Bachelard, c'est **ce qu'ont fait et ce que font encore les grands scientifiques** : ils commencent par se tromper en émettant une hypothèse fausse, puis ils mettent au point des expériences pour tester et rectifier leur compréhension. Thomas Edison a essayé des milliers de fois de faire marcher son ampoule à incandescence avant de réussir. Et s'il n'a pas abandonné en chemin, c'est parce qu'il était **fasciné par ce qu'il apprenait de ses nombreux échecs.**



Comme l'a dit Einstein, valider une théorie par l'expérience ne prouve pas qu'elle est vraie car l'expérience qui montrera qu'elle est fausse n'a peut-être pas encore été réalisée ! A l'inverse, invalider une théorie par l'expérience prouve qu'elle est fausse. **On apprend donc plus et de manière plus définitive d'un échec car il nous permet de progresser.**

A l'inverse de la science, **l'école, en tout cas dans le système français, ne valorise pas du tout l'échec** qui est vu comme un manque de travail, de motivation ou même d'intelligence. Les enquêtes PISA montrent que les jeunes français ont tellement peur de se tromper qu'ils préfèrent ne pas répondre plutôt que de répondre faux, alors même que leurs connaissances sont supérieures à la moyenne !

Voyons les échecs comme autant d'étapes nécessaires vers le succès : la peur de l'échec ne nous paralysera plus et nous en souffrirons moins. Nous serons capables de surmonter l'échec plus facilement. "Ce qui transforme une erreur "normale" en échec douloureux, c'est le fait de mal la vivre : **le sentiment de l'échec.**"

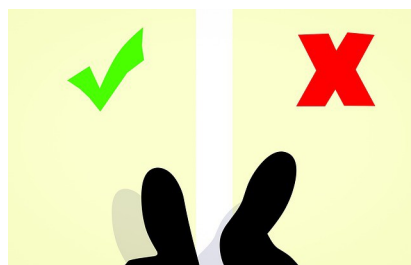
3. La crise comme une fenêtre qui s'ouvre

Et si l'échec n'était pas une fin mais **un début** ? En Grec, le mot "crise" signifie que "deux éléments se séparent, créant une ouverture, un espace dans lequel il va devenir possible de lire quelque chose." **C'est l'opportunité de découvrir ce qui était jusque là caché à nos yeux !**

C'est en se penchant sur les dysfonctionnements et les maladies du corps humain que les scientifiques ont découvert comment il fonctionnait. Pensons à notre voiture : nous sommes-nous demandés comment elle marchait avant que la panne ne survienne ? Pareil pour le couple : une crise est souvent l'occasion de véritablement exprimer ce que chacun désire et ce dont chacun a besoin pour que le couple fonctionne. Alors que tant que "tout va bien", on ne se pose pas de question... Ceci est valable au niveau individuel, social, politique, économique, etc.

"Dans le péril, croît aussi ce qui sauve." Friedrich Hölderlin

Au lieu de nous laisser déprimer par une crise, **allons à sa rencontre avec curiosité** pour voir ce qu'elle nous apporte, ce qu'elle nous apprend, vers quel espoir la fenêtre s'ouvre-t-elle.



4. L'échec pour affirmer son caractère

L'échec est un test de notre désir et de notre motivation : il nous oblige à nous arrêter, à nous poser les bonnes questions, à persévérer.

Charles Pépin nous donne en exemple **la chanteuse Barbara** qui, après s'être fait refuser l'entrée des cabarets, a fait la plonge dans un de ces cabarets avant de connaître le succès dix ans plus tard. Ses échecs et les difficultés de la vie ont façonné son caractère et lui ont permis d'écrire des textes magnifiques. Ou **Abraham Lincoln** qui a essuyé de multiples faillites, non-élections, deuil, dépression, pour finalement être élu président des Etats-Unis à 60 ans et abolir l'esclavage après un long combat.

La philosophie de Hegel parle de "forces à l'oeuvre qui ont besoin de ce qui s'oppose à elles, de ce qui les "nie" [...] pour se révéler à elles-mêmes comme forces". On ne peut prendre pleinement conscience de quelque chose que lorsqu'on est confronté à son contraire, et **cette opposition vient raffermir notre position, ou même l'enrichir et la dépasser**. "L'échec est le contraire de la réussite, mais c'est un contraire dont la réussite a besoin."

5. L'échec comme leçon d'humilité

Humilité → *humilitas* en latin → humus → terre... autrement dit, **l'échec nous fait redescendre sur terre !** Lorsque nous nous sentons supérieurs et intouchables, nous sous-estimons nos adversaires, nous manquons de vigilance et nous prenons la réussite pour acquise. **Retrouver un peu de réalisme** grâce à l'échec est généralement une bonne base pour retrouver la petite part de doute qui nous permet de rester attentif, de nous remettre en question, et de repartir vers l'avant.

Charles Pépin nous propose l'exemple de **Steve Jobs** qui, fort du succès fulgurant d'Apple, s'était totalement déconnecté de la réalité et refusait de se remettre en question. Il fut contraint de démissionner en 1985. Alors, libéré de son arrogance, il a retrouvé sa puissance de création pour retrouver la voie du succès que nous lui connaissons, ce qui lui a fait dire :

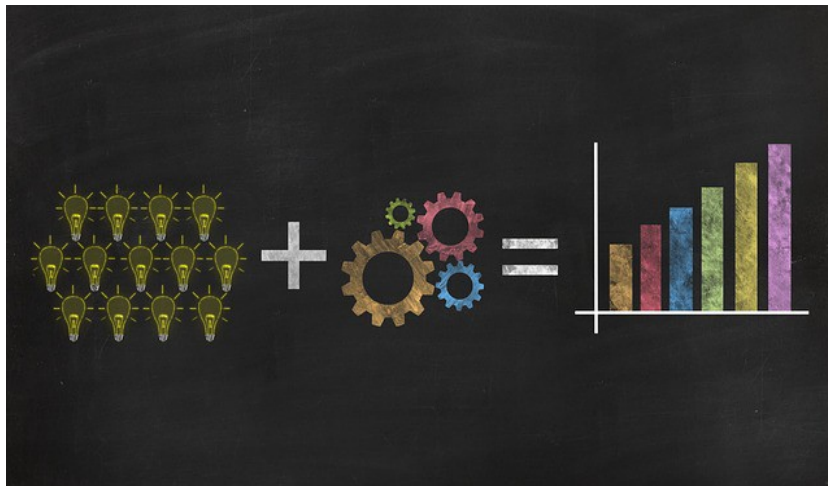
"Le fait d'avoir été renvoyé d'Apple a été la meilleure chose qui me soit arrivée."
Steve Jobs

Comme nous l'avons vu avec Bachelard, les savants échouent sans cesse et ne peuvent donc qu'être humbles face à cette réalité qu'ils cherchent à comprendre encore et encore. **Chaque expérience d'humilité nous apprend quelques chose et nous rend plus sages**, comme les judokas qui en apprennent un petit peu plus sur la technique de leur adversaire à chacune de leurs chutes.

6. L'échec comme expérience du réel

Il ne sert à rien de s'acharner à vouloir changer ce qui ne dépend pas de nous...

Agissons plutôt sur ce sur quoi nous avons prise et changeons ce qui peut l'être. Cela semble évident, mais, forts de nos succès, nous avons tendance à oublier que **le réel n'est pas toujours malléable selon nos souhaits**. L'échec nous met malgré nous face à cet état de fait. A chaque échec, nous comprenons mieux les forces en présence : celles que nous pouvons modifier et celles avec lesquelles nous devons composer.



A l'exemple de **Roger Federer** qui, à la sortie d'un match de finale de Coupe Davis qu'il avait perdu, a dit "J'ai perdu mais je sais ce que je voulais savoir." Avait-il appris quelque chose sur son adversaire, sur les conditions de jeu, sur ses propres capacités ? En tout cas, il a profité de la défaite pour emmagasiner des informations qui lui ont peut-être permis de modifier son jeu. Il a ensuite gagné les deux matchs suivants, donnant la victoire à la Suisse contre la France.

Cette manière stoïcienne de penser nous libère d'un échec "juste ou injuste". **Le réel est ce qu'il est, ni juste ni injuste**. Parler d'injustice est subjectif et n'apporte rien de constructif. En thérapie, le patient fait d'ailleurs un grand pas en avant lorsqu'il est capable d'accepter sa condition sans se sentir victime et de dire "c'est comme ça : à moi de faire avec et de bâtir dessus".

"Ce qui dépend de toi, c'est d'accepter ou non ce qui ne dépend pas de toi."
Epictète

Cette phrase d'Epictète illustre parfaitement la vie de **Ray Charles**. Il est parvenu à accepter ce qui ne dépendait pas de lui (le fait d'être aveugle et d'avoir perdu sa mère et son frère à un jeune âge) et à agir sur ce qui dépendait de lui (développer son talent de musicien et choisir de vivre dans la joie). Il ne s'agit donc pas de se résigner, mais **d'accepter ce qui est et de construire à partir de là**.

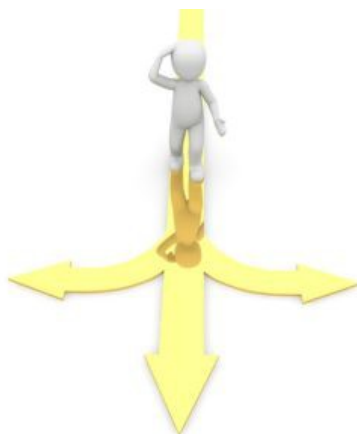
7. L'échec comme chance de se réinventer

Les philosophes de l'essence, comme Parménide, qui l'ont emporté sur les existentialistes dans notre culture, nous poussent à penser que **l'échec nous renseigne sur ce que nous sommes** : il y a quoi retourner l'échec contre soi ! Nous sommes nuls, nous ne sommes pas assez ceci ou cela...

"L'existence précède l'essence." disait Sartre.

Au contraire, **les philosophes du devenir**, comme Héraclite ou Sartre, nous disent que **nous sommes libres de nous réinventer en permanence**. Nous ne sommes pas "prédéfinis" par Dieu, par notre génétique ou par notre situation sociale. Pour vraiment arriver à devenir ce que nous sommes, il nous faut souvent du temps et des échecs qui nous permettent de nous questionner sur ce que nous pourrions devenir. L'échec n'est pas vu ici comme un jugement de valeur, mais comme **un tremplin pour se réinventer**. Si l'échec ne nous rend pas forcément plus sage ou plus humble comme ci-dessus, il peut **nous rendre plus disponible pour autre chose**.

Comme **Charles Darwin** qui, ayant échoué dans ses études de médecine puis de théologie, s'est rendu disponible pour le long voyage qui lui permettra de développer sa théorie de l'évolution. Ou comme **J. K. Rowling** qui, ayant touché le fond suite à une série de déconvenues familiales et professionnelles, a pu enfin trouver les circonstances pour exprimer ses talents d'écrivain avec le succès que nous lui connaissons.



8. L'échec comme acte manqué ou heureux accident

Comme acte manqué....

"L'acte manqué, dit en substance Freud, **c'est l'inconscient qui réussit à s'exprimer.**"
Pourrions-nous parfois **causer nous-même notre propre échec**, inconsciemment, afin de nous permettre de prendre un autre chemin que nous désirons sans le savoir ?

Comme **Soichiro Honda** qui fut tellement mauvais lors de son entretien d'embauche chez Toyota qu'il n'eut évidemment pas le job d'ingénieur et se retrouva au chômage. Durant cette période de vide, il eut l'idée de fabriquer lui-même des scooters et Honda était né...

Dans ce cas, il y a **à la fois échec et réussite** : échec de ce que nous avons voulu faire consciemment mais réussite de ce que nous désirons inconsciemment. C'est l'occasion de regarder en face ce que nous ne voulons pas voir, d'autant plus si les échecs sont à répétition et que nous nous retrouvons constamment dans le même schéma !

Les échecs peuvent donc être des réussites, tout comme certaines réussites peuvent être en fait des échecs. Notamment **lorsque cette réussite se fait au détriment de ce que nous sommes vraiment** : nous nous sentons mal malgré le succès et cela peut mener à la dépression.

Comme heureux accident...

Un échec peut se révéler une réussite lorsque **son résultat inattendu devient finalement un succès** ! Telle la tarte Tatin, née de l'oubli de la pâte par Madame Tatin qui se dépêcha de la rajouter par-dessus en cours de cuisson pour finalement donner quelque chose de délicieux. Ou la découverte du Viagra qui n'eut pas l'effet attendu (dans le traitement des angines de poitrine...) mais un effet secondaire bien utile contre l'impuissance !

9. Rater, ce n'est pas être un raté

Dans notre société où l'échec n'est pas valorisé, **nous confondons "avoir un raté" et "être un raté"**. En effet, les philosophes principaux de notre tradition occidentale l'expliquent comme cela : **Descartes** nous dit que l'échec dépend de notre volonté, ce qui est très culpabilisant. Et **Kant** nous dit que l'échec vient de ne pas écouter notre raison... Dans les deux cas, l'échec fait de nous un raté !

Comme nous l'avons vu plus haut, **les philosophes existentialistes**, au contraire, nous expliquent que **l'échec ne nous renseigne pas sur ce que nous sommes** (sur notre essence), mais seulement sur un évènement de notre histoire personnelle. Cet évènement



est la réunion de diverses circonstances et il est important de chercher pourquoi cela n'a pas donné le résultat attendu. Nous avons probablement une responsabilité dans cet état de fait, mais **cet échec n'est pas celui de notre être fondamental.**

Parfois, l'échec peut être déstabilisant car **il fissure l'image réductrice que nous nous étions faite de nous-mêmes.** Cela fait mal, mais c'est une bonne chose car cela peut nous ouvrir aux dimensions de nous-mêmes que nous ne connaissons pas encore.

10. Oser, c'est oser l'échec

Avant de réussir, nous devons **prendre le risque** de réussir... ou d'échouer !

Soit nous ne faisons que des **choix**, c'est-à-dire choisir entre deux options en ayant toutes les données nécessaires pour choisir la meilleure option. Soit nous prenons une **décision**, car nous n'avons pas toutes les données permettant de faire un choix rationnel. **Nous prenons alors le risque de décider quelque chose malgré la possibilité de se tromper.**

La décision est donc **un art basé sur notre expérience**, notre intuition. Elle peut faire un peu peur puisqu'elle comporte une part d'inconnu. Mais cette angoisse est normale, elle est **le signe de la liberté** que nous manifestons en prenant la décision ! Il s'agit simplement de ne pas se laisser paralyser par l'angoisse au risque de ne jamais passer à l'action. Soyons audacieux mais pas téméraire ! **Sachons prendre un risque mais pas n'importe lequel.** Sinon, "voilà la vraie menace : à force de ne pas oser échouer, échouer tout simplement à vivre."



11. Comment apprendre à oser ?

Quelques pistes...

- **Accroître sa compétence.** Le footballeur Zlatan Ibrahimovic est capable de gestes incroyablement acrobatiques pour mettre le ballon au fond du but, mais s'il en est capable c'est qu'il a longtemps pratiqué le taekwondo dans sa jeunesse. Des années d'entraînement lui permettent une liberté du geste dans l'improvisation du moment présent. C'est ce qu'il nous faut pour oser : emmagasiner de l'expérience, des compétences, maîtriser notre sujet, pour avoir l'audace de dépasser toute cela le moment venu.
- **Admirer l'audace des autres.** On apprend aussi à oser grâce à l'exemple des

autres qui nous montrent que c'est possible. Il ne s'agit pas de les copier mais de s'en inspirer. "Ceux qui sont vraiment grands vous font comprendre que vous aussi pouvez le devenir" a écrit Mark Twain.

- **Ne pas être trop perfectionniste**, au risque de ne jamais se lancer sous prétexte que ce ne sera pas parfait. Le monde numérique est une bonne école pour cela : fini les longues études de marché et les produits testés jusqu'à la perfection avant leur lancement. Sur le web, on propose quelque chose, on adapte à la réaction du public, et on abandonne si cela ne correspond finalement pas, avant de rebondir avec autre chose. L'échec fait partie du processus normal de création : plus on essaie, plus on a de chance de réussir.
- **L'échec sans audace fait particulièrement mal**. "Les échecs rencontrés sans avoir rien osé sont encore plus difficiles à vivre." Un sportif qui perd en ayant tout tenté le fait avec les honneurs, au contraire de celui qui n'aura rien essayé !

12. L'échec de l'école ?

Malgré les qualités nombreuses des enseignants et leur motivation, **l'école n'enseigne pas les vertus de l'échec**. Non pas l'échec qui vient de ne pas avoir travaillé, mais celui qui vient de s'être laissé emporter hors sujet ou se s'être trompé en inventant quelque chose d'original. **L'échec qui vient d'avoir laissé s'exprimer sa singularité**. De tels échecs ne sont pas honteux ou humiliants, mais drôles ou intéressants.

En France, l'école impose une méthode, une manière de faire ou de penser à tous les enfants. Ce n'est pas le cas dans d'autres pays comme la Finlande où la pédagogie est plus individualisée et l'épanouissement de l'élève prime. En France, on met l'accent sur les faiblesses, **en Finlande** on met l'accent sur les forces ou les talents. A la base, l'école française a été conçue pour offrir une égalité de chance à tous, ce qu'elle a réussi par le passé. Aujourd'hui ce n'est plus le cas et l'enseignement n'est plus le même partout. Charles Pépin s'interroge alors sur l'opportunité de passer d'une école de l'égalité des savoirs à celle de la singularité qui encouragerait le talent, la créativité et le sens de l'initiative !

Pour cela, il faudrait revoir les préjugés véhiculés sur le monde de l'entreprise et encourager les jeunes dans cette voie. Il faudrait également **valoriser les "savoirs utiles"**. La connaissance acquise à l'école n'est pas une fin en soi, elle n'est utile que parce qu'on pourra la mettre en pratique dans la vie. La question n'est pas "que sais-tu ?" mais "que vas-tu faire de ton savoir ?"

13. Réussir ses succès

Il est tout aussi important de réussir ses succès que de "réussir" ses échecs, et de **ne pas se sur-identifier ni à l'un ni à l'autre**. Ne pas se reposer sur ses lauriers, mais continuer à s'interroger, car tout est impermanent et on ne peut jamais être sûr de ce qu'il adviendra ensuite.



"Si tu peux rencontrer Triomphe après Défaite, et recevoir ces deux menteurs d'un même front [...]" Rudyard Kipling

Si l'échec nous ment en nous faisant croire que nous sommes des ratés, le succès nous ment également si nous croyons qu'il nous définit.

L'entraîneur de l'équipe française de handball (multiple champions du monde !) analysait chaque victoire avec soin et une pointe d'inquiétude. On pourrait se demander pourquoi ? Parce qu'il était conscient qu'il ne pourrait pas gagner deux fois en jouant de la même manière. Il devait constamment renouveler le jeu pour prendre de court les équipes adverses qui, bien sûr, analysaient le jeu des Français avec minutie dans l'espoir de les battre. Si les Français s'étaient reposés sur leurs victoires, ils n'en auraient pas décroché autant !

14. La joie du combattant

Contrairement au bonheur qui est plus durable, **la joie se manifeste dans l'instant**, ponctuellement, parfois de manière irrationnelle. C'est ce que Charles Pépin appelle la joie du combattant qui se manifeste **sous différentes formes que l'échec permet** :

- **La joie de revenir de loin** : c'est la joie d'un succès difficile qui succède aux échecs. Plus on a dû se battre, plus la joie est grande.
- **La joie de vivre** : ce n'est pas une joie qui dépend d'un critère ou d'une situation particulière. C'est la joie d'être, tout simplement, que la traversée des épreuves rend plus évidente et savoureuse.
- **La joie dans l'adversité** : c'est l'élan vital, le courage dans la difficulté, et la joie

face à ce qui pourrait justement menacer cette joie.

- **La joie du "progreadiens"** : être un progreadiens, c'est progresser un peu chaque jour. Les échecs, nous aidant à progresser, permettent le développement de cette joie.
- **La joie mystique** : c'est l'approbation de tout ce qui est, sans aucune lutte, qui s'atteint dans le dénuement auquel l'échec peut nous mener.

15. L'homme, cet animal qui rate

Comparé aux animaux qui, portés par leur instinct, ne "ratent" pas ou très peu, **l'homme questionne, essaie, doute et progresse**. "Moins déterminés par notre code naturel, nous rencontrons plus d'obstacles mais, en les franchissant, nous allons plus loin que s'ils n'avaient existé."

Même le bébé humain naît partiellement terminé en comparaison d'autres espèces, ce qui pourrait être identifié comme un échec de la nature. Après la naissance, il passe des mois à développer et apprendre énormément de choses dont les bébés animaux sont presque immédiatement capables. Un bébé humain tombera environ deux mille fois avant de savoir marcher, alors qu'un poulain en est capable en quelques minutes...

Charles Pépin nous dit que c'est parce que nous sommes des animaux qui ratons (et des animaux "ratés") que **nous sommes libres**.

Les animaux ont des besoins, et une fois ceux-ci satisfaits, il ne leur manque rien. Au contraire de l'homme dont le désir est insatiable : dès que nous obtenons ce que nous désirons, nous nous mettons à désirer quelque chose d'autre. **Le fait que nous échouons constamment à combler totalement notre désir nous permet de rester créatifs, curieux, audacieux.**



16. Notre capacité de rebond est-elle illimitée ?

Selon la vision existentialiste de l'échec, oui, notre capacité de surmonter l'échec est illimitée. Comme nous ne sommes pas définis par notre "essence", nous pouvons constamment progresser grâce à l'échec.

Selon la vision essentialiste de l'échec, non, car comme nous sommes déterminés par notre essence, nous pouvons nous en rapprocher mais pas la dépasser.

Alors, que penser ? On peut prendre parti pour un camp. Ou alors, comme nous le suggère l'auteur, on applique la vision existentialiste dans notre jeune âge, lorsque l'infini des possibles est exaltant, et on garde la vision essentialiste pour plus tard, lorsqu'on est revenu de l'idée de liberté totale. Ou alors, **"tenter un dépassement de l'opposition.** Essayer de se réinventer le plus possible, mais dans la fidélité à son désir." "Désir" voulant dire ici "ce dont nous héritons".

"Deviens ce que tu es." Nietzsche



La minute bibliothérapie

Comment utiliser ce livre "Les vertus de l'échec" dans un cadre bibliothérapeutique ? Comment apprendre à mieux surmonter nos échecs ?

Je vous propose un petit exercice d'écriture : prenez une feuille et un crayon et faites la liste des "échecs" de votre vie. Bien sûr, cela peut ne pas être très rigolo... mais ça peut devenir très intéressant ! Notez donc **une dizaine de ces échecs** dont vous vous souvenez. Puis, pour chacun, **développez** en décrivant :

- la manière dont vous avez **réagit**
- la manière dont vous avez réussi à **surmonter** cet échec (cela peut être rapidement ou sur le plus long terme)
- ce que vous avez **découvert** sur vous-même grâce à ces situations
- les **opportunités** qui ont suivi, les portes qui se sont ouvertes, bref toutes les **conséquences positives** qui ont découlé de chaque situation identifiée comme un échec.

Repassez ensuite en revue les 16 sections de ce livre et essayez d'identifier dans quelle catégorie placer chacune des situations d'échec. Était-ce un échec qui vous a permis d'apprendre, qui vous a ouvert des portes, qui vous a appris quelque chose sur vous-même, qui vous a permis de mieux comprendre le réel, etc. ? Vous vous rendez probablement compte qu'un échec entre souvent dans plusieurs de ces catégories...

Il est souvent difficile de penser de cette manière lorsqu'on est en plein échec, le nez dans la situation douloureuse. Mais y réfléchir *a posteriori*, lorsque la situation est résolue ou lorsqu'elle a donné naissance à autre chose, permet de l'envisager sous un angle différent et plus positif ou, du moins, plus constructif. En apprenant de nos échecs passés, nous pourrons vivre différemment la situation présente : en prenant un peu de recul et, qui sait, en envisageant même que ce soit une bonne chose ! Nous pourrons alors **surmonter les échecs plus facilement lorsqu'ils se présentent et en faire quelque chose au lieu de les subir.**

Mon avis personnel

Ce livre m'a enthousiasmée :) Un vrai message d'espoir constructif ! A notre époque où le statut de victime est à la mode, où se plaindre est monnaie courante, ce livre est un bol d'air frais. Non, rien n'est inutile. Tout à un sens, tout peut être constructif, même les échecs. Cette manière de penser me plaît particulièrement, probablement car je suis de caractère plutôt positif et optimiste. Lorsque je regarde en arrière les échecs de ma vie, je peux toujours identifier plusieurs conséquences positives, peut-être difficiles à envisager sur le moment mais évidentes avec le recul.

Même si j'ai pour habitude de vivre dans le présent, dans le cas de situations difficiles et d'échecs, j'essaie de ne pas me laisser happer par le présent. En prenant un peu de recul et en se souvenant que tout est impermanent, nous pouvons nous projeter dans le futur en nous disant que d'ici quelques semaines, mois ou années, quelque chose de positif aura émergé de ces difficultés. Nous en sortirons plus sages, plus expérimentés, mieux "armés" face au réel et pour surmonter les futurs échecs, comme nous le montre Charle Pépin dans ce livre.

Vous avez aimé cette présentation ? Vous avez déjà lu ce livre [Les vertus de l'échec](#) ? **Partagez vos impressions dans les commentaires du blog !** Et rendez-vous le mois prochain pour un nouveau livre de développement personnel.

Si vous aimez les réseaux sociaux, venez me dire bonjour par ici :

Facebook <https://www.facebook.com/aline.bibliotherapie/>

Instagram <https://www.instagram.com/deslivrespourcheminer/>

Twitter <https://twitter.com/deslivrespurch>



Vous désirez prendre soin de vous par la lecture ? Je vous offre gratuitement mon guide « Les 7 étapes de la lecture consciente » !

Pour le télécharger, cliquez ici : [Mon guide gratuit de bibliothérapie à la maison](#)



Table des matières

“Les vertus de l'échec” :	1
le livre de développement personnel de décembre.....	1
Et maintenant, place au livre de développement personnel de décembre, un livre pour nous aider à surmonter l'échec !.....	1
1. L'échec pour apprendre plus vite.....	3
2. L'erreur comme seul moyen de comprendre.....	3
3. La crise comme une fenêtre qui s'ouvre.....	4
4. L'échec pour affirmer son caractère.....	5
5. L'échec comme leçon d'humilité.....	5
6. L'échec comme expérience du réel.....	6
7. L'échec comme chance de se réinventer.....	7
8. L'échec comme acte manqué ou heureux accident.....	8
.....	8
Comme acte manqué.....	8
Comme heureux accident.....	8
9. Rater, ce n'est pas être un raté.....	8
10. Oser, c'est oser l'échec.....	9
11. Comment apprendre à oser ?.....	9
12. L'échec de l'école ?.....	10
13. Réussir ses succès.....	11
14. La joie du combattant.....	11
15. L'homme, cet animal qui rate.....	12
16. Notre capacité de rebond est-elle illimitée ?.....	13
Comment utiliser ce livre "Les vertus de l'échec" dans un cadre bibliothérapeutique ? Comment apprendre à mieux surmonter nos échecs ?.....	14
Mon avis personnel.....	15