

**CROIRE.**

Le lien entre foi et confiance en soi est évident.

CHOISIR OU DÉCIDER ?

La confiance en soi peut se nichier dans des moments du quotidien, sans que l'on n'y prenne garde. Par exemple, dans la différence entre décider et choisir. « *Quand on choisit – entre deux métiers, par exemple –, on a analysé la situation et l'une des deux options se dégage*, explique Charles Pépin. *C'est un choix rationnel. On n'est pas libre puisque c'est la rationalité qui produit A ou B. Un robot ou un logiciel aurait pu le faire pour nous. Mais quand on n'en sait pas assez pour pouvoir trancher assurément, quand on hésite, qu'il y a de l'incertitude, la décision que l'on prend relève de notre liberté. On s'écoute et on se fait confiance. La confiance en soi, c'est apprendre à user de sa liberté, à ne pas en avoir peur, à l'appriivoiser. Ce sont deux rapports au monde différents.* » Le philosophe Kierkegaard utilise cette distinction pour définir sa propre foi : pour lui, il n'y a aucune « raison » de croire en Dieu, cela ne relève pas d'un choix, ni d'arguments rationnels, mais de sa propre liberté.

LES VERTUS DE L'ÉCHEC

La confiance en soi peut également s'acquérir en ratant. Dans *Les vertus de l'échec*, son ouvrage précédent, Charles Pépin cite plusieurs exemples. Thomas Edison a échoué plusieurs fois avant d'inventer l'ampoule électrique. C'est suite aux échecs dans ses études que Charles Darwin a effectué le voyage qui décidera de sa vocation. Jeune, Rafael

Nadal a perdu beaucoup de matchs et avait des problèmes avec son coup droit. « *La vraie confiance en soi, c'est sa capacité à s'aventurer dans le réel malgré sa complexité et sa résistance. Elle n'existe pas sans une connaissance de ce réel, qui nous est enseignée par l'échec, davantage que par le succès. La répétition des échecs n'est pas un problème s'il existe une marge de progression. Il faut rater de mieux en mieux. Jusqu'au jour où on réussit.* »

Mais l'époque actuelle, marquée par « *le poison de la comparaison* » sur les réseaux sociaux ou avec la télé-réalité, rend encore plus difficile l'acquisition de la confiance en soi. « *Elle en sape les fondements, tout en demandant d'avoir plus que jamais confiance en soi*, déplore le philosophe. *Une solution est d'apprendre à se connaître. Si je sais à quoi j'aspire, je ne vais pas me comparer à tout le monde. Mais si je ne me connais pas, si je ne sais pas qui je suis, tout va m'agresser, je vais être jaloux de tous. C'est ce que j'appelle la sagesse d'Ulysse qui met dix ans à revenir de Troie. Alors qu'il parcourt un chemin peuplé d'embûches et de tentations, il ne succombe pas, car il sait qui il est et quel est son désir : rentrer chez lui.* » ■



Charles PÉPIN, *La confiance en soi*, Paris, Allary Éditions, 2018. Prix : 21,40€. Via *L'appel* :- 5% = 20,33€.

*Au-delà
du corps*



GUÉRISON SPIRITUELLE

Que faire quand guérir est impossible ? Envisager la guérison spirituelle, recommande Antoine Sénanque, nom de plume sous lequel se cache un neurologue français, chef de service en hôpital. Allant « *du placebo au miracle* », ces guérisons comprennent toutes ces situations où le corps réagit

sous l'effet de l'esprit. L'auteur passe ici en revue toutes ces guérisons improbables pour un esprit rationaliste, concluant en disant qu'« *il n'y a pas de mode d'emploi pour les guérisons impossibles, mais simplement un terrain à offrir pour faciliter leur venue* ». (F.A.)

Antoine SÉNANQUE, *Guérir quand c'est impossible*, Paris, Marabout, 2018. Prix : 22,35€. Via *L'appel* :- 5% = 21,23€.

Amélie Nothomb

« JE ME SUIS BRICOLÉ UNE MYSTIQUE PERSONNELLE »

Propos recueillis par Michel PAQUOT

Personnalité insolite, l'écrivaine belge entretient des rapports singuliers avec ses lectrices et lecteurs. À travers ses livres, qu'elle publie à chaque fin d'été depuis vingt-six ans, mais aussi en répondant personnellement à leurs lettres et en les rencontrant en librairie. Dans son nouveau roman très abouti, *Les prénoms épicènes*, il est question de vengeance.



Amélie NOTHOMB, *Les prénoms épicènes*, Paris, Albin Michel, 2018. Prix : 20,00€. Via *L'appel* : - 5% = 19,00€.