

Résumé

Contenu généré par IA – Gemini et ChatGPT.

Cette conférence de **Charles Pépin** apporte une dimension philosophique et existentielle indispensable. Il déplace la question de la force de la « performance » (management) ou du « symptôme » (psy) vers la **relation au monde**.

Voici la synthèse de son intervention, ainsi que les références pour approfondir sa pensée.

Qui est Charles Pépin ?

Charles Pépin est l'un des philosophes français les plus lus aujourd'hui. Professeur de philosophie et écrivain, il s'est donné pour mission de rendre la sagesse antique et moderne accessible pour répondre aux enjeux contemporains (travail, confiance, échec, rencontre).

La philosophie comme outil de vie : Il ne voit pas la philosophie comme une discipline abstraite, mais comme une aide concrète pour mieux vivre.

Un pont entre disciplines : Il dialogue énormément avec la psychologie, la psychanalyse et les neurosciences.

Son crédo : Nous ne sommes pas des îles. Notre force et notre identité ne résident pas « à l'intérieur » de nous, mais dans la qualité de nos liens avec l'extérieur.

Synthèse : "Où trouver la force ?"

Thématique : La force comme ouverture au monde et décentrement de soi.

1. La force n'est pas "en soi" mais "entre nous"

Charles Pépin bouscule le mythe du développement personnel qui voudrait que tout soit à l'intérieur de nous.

Le piège de l'ego : Chercher la force uniquement en soi est une entrave qui nous ferme aux ressources extérieures.

Le décentrement : L'apaisement et la puissance surviennent quand on cesse de se regarder le nombril pour se tourner vers « les bons autres », la nature ou le cosmos.

La relation avant tout : En écho à Boris Cyrulnik, il rappelle que la résilience est relationnelle. La force vient des « tuteurs » (ceux qui nous donnent envie de vivre ou nous aident à ne pas rester figés dans un statut de victime).

2. Contre le volontarisme : La force de la lucidité

Il oppose deux visions de la volonté :

Trop de volonté tue la volonté : Le « bourrage de crâne » et le volontarisme forcé épuisent.

La psychologie positive vs la pensée positive : La pensée positive peut être une fuite. La vraie force réside dans la **lucidité**. C'est être capable de se dire : « C'est difficile, mais je suis heureux d'être vivant malgré tout ». C'est la joie de vivre "tout court", même contrariée.

Synthèse

Contenu généré par IA – Gemini et ChatGPT.

3. Identité, Valeurs et Authenticité

L'identité n'est pas figée : Elle n'est ni une convention, ni un génome. Elle est multiple et évolue. Je suis authentique non pas quand je reste fidèle à une image fixe de moi, mais quand je fais de mon histoire un projet d'avenir.

La tyrannie des valeurs : Il nous met en garde contre les valeurs qui deviennent rigides et tyranniques. Suivre des valeurs par pur principe peut être une fuite de la réalité.

L'intérêt personnel sain : Contrairement à une vision sacrificielle, Pépin souligne qu'il est sain et nécessaire de viser un intérêt personnel, même dans des actions généreuses comme le bénévolat.

Avec Charles Pépin, vous bouclez la boucle : la santé mentale dans les organisations ne se résout pas par plus de "process" ou de "volonté", mais par la qualité des rencontres et la capacité à transformer son histoire en projet.

Références pour soutenir votre réflexion

Bibliographie sélective :

"Vivre avec son passé" (2023) : Très lié à sa conférence, il y explique comment transformer nos traumatismes en forces.

"La Rencontre : une philosophie" (2021) : Pour approfondir l'idée que c'est dans l'autre que l'on trouve sa propre force.

"La Confiance en soi : une philosophie" (2018) : Un best-seller où il explique que la confiance est en fait une confiance en l'autre et en la vie.

"Où trouver la force ?" : Son dernier ouvrage qui reprend et développe tous les points de votre conférence.

Podcast & Vidéos :

Podcast "Sous le soleil de Platon" (France Inter) : Charles Pépin y reçoit des invités pour philosopher sur la vie. Un incontournable.

YouTube : Sa chaîne officielle regorge de "brèves de philo" très accessibles.

Vidéo clé : Sa conférence TEDx *"Pourquoi avons-nous tant de mal à décider ?"* ou ses interventions sur la résilience.

Réseaux Sociaux :

Instagram : [charlespepinphilo](https://www.instagram.com/charlespepinphilo) – Il y partage des citations inspirantes et des réflexions quotidiennes.

LinkedIn : [Charles Pépin](https://www.linkedin.com/in/charlespepin) pour ses actualités littéraires.

