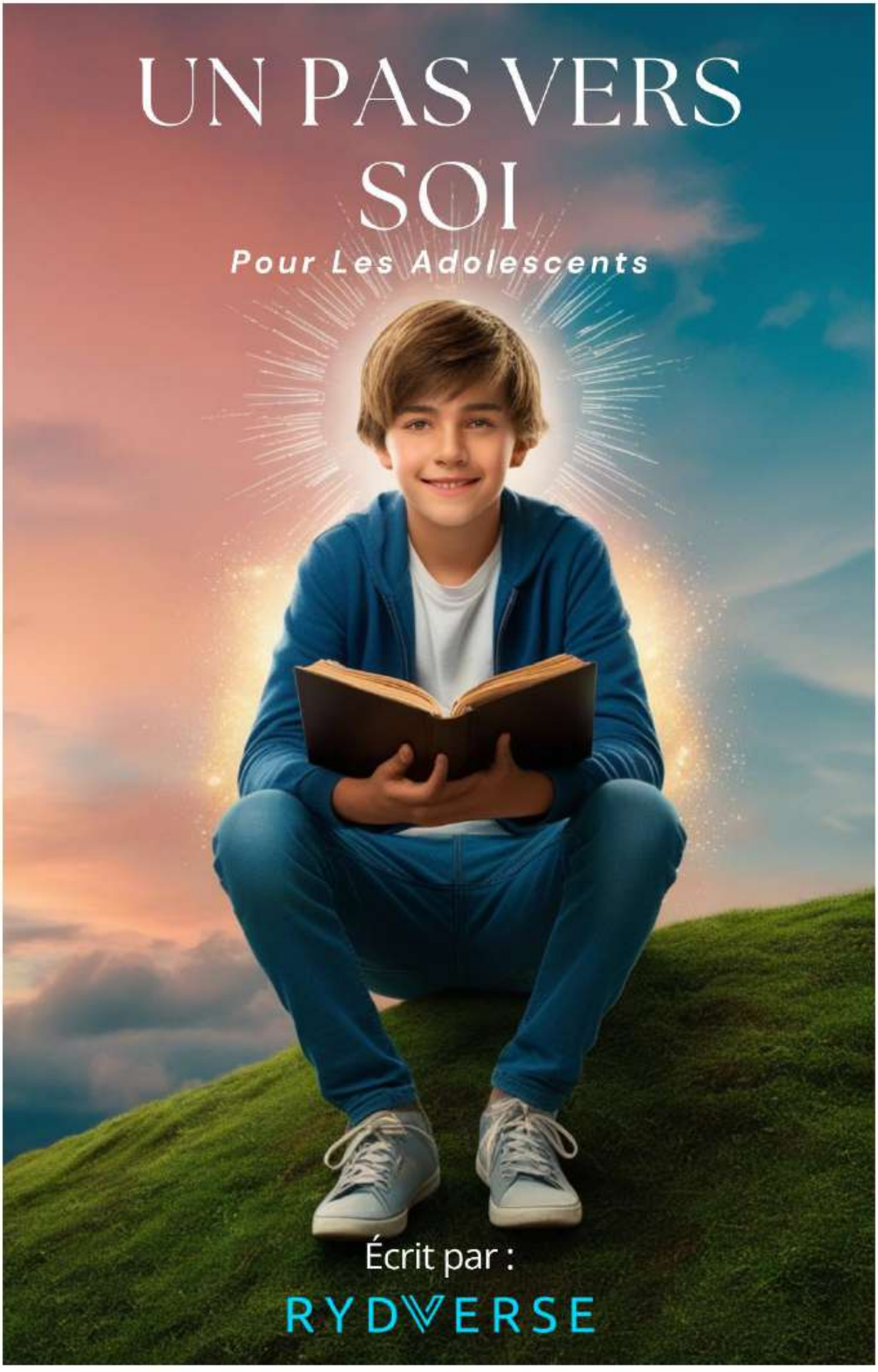
UN PAS VERS SOI

Pour Les Adolescents



Écrit par :

RYDVERSE

L'Éveil de Mathieu

Au-Delà des Rêves Brisés

Par

RYDVERSE

Date de Publication :

Janvier 2025

Copyright :

© 2024 Rydverse

Tous droits réservés.

Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite ou transmise sous quelque forme que ce soit sans l'autorisation écrite de l'auteur, sauf pour des citations dans le cadre de critiques.

Édition :

Première Édition Numérique

Contact :

Email : bookinfo@rydverse.com

Table de matières

Prologue : 1

Introduction 3

Chapitre1 : 6

Le point de rupture 6

Chapitre 2 : 10

Accepter le chaos 10

Chapitre 3 : 14

Déconstruire les mythes du succès 14

Chapitre 4 : 18

Bâtir un socle solide 18

Chapitre 5 : 23

L'importance des petites victoires 23

Chapitre 6 : 29

L'entourage comme pilier 29

Chapitre 7 : 34

Se libérer du perfectionnisme 34

Chapitre 8 : 39

Redécouvrir ses passions 39

Chapitre 9 : **44**

L'art de l'adaptation *44*

Chapitre 10 : **50**

Donner un nouveau sens à sa vie *50*

Chapitre 11 : **57**

L'impact sur les autres *57*

Chapitre 12 : **64**

Un voyage continu *64*

Épilogue **69**

Le reflet d'un voyage *69*

Résumé **72**

Prologue :

Chaque vie est une collection d'histoires. Certaines brillent de bonheur, d'autres sont teintées de doutes, de douleurs, ou de pertes. Pour beaucoup, il existe un moment où tout semble s'effondrer, où l'avenir devient flou, où les repères disparaissent. Peut-être avez-vous vécu un tel moment. Peut-être vous y trouvez-vous encore. Ce livre est pour vous.

Imaginons une scène : un adolescent, Hugo, est accroupi au bord d'un lac. Dans ses mains, un carnet froissé qu'il serre fort. Chaque page raconte une lutte : des amitiés brisées, des échecs scolaires, le sentiment écrasant d'être invisible. Aujourd'hui, il est venu au bord de l'eau pour se demander s'il peut encore avancer. C'est une journée ordinaire, pourtant, pour lui, elle pourrait tout changer.

Hugo ferme les yeux et se rappelle un conseil que sa grand-mère lui avait donné : « Chaque pas, même minuscule, compte. L'important n'est pas la vitesse, mais