**Ta putain de vie commence maintenant : lettre aux adolescents**

**Louise Pasteau**

Albin Michel

9782226398673

94 pages

7,90 euros

Date de parution : 01/03/2018

*04 mars 2018*

**Rédigé à l’attention des jeunes, dans une langue orale et familière adaptée, ce petit guide de développement personnel écrit par Louise Pasteau, actrice, auteure et professeure au Cours Florent, elle-même plutôt jeune, se lit d’une traite.**

D’une écriture fluide, d’un rythme énergique et d’un style direct, le texte, enrichi d’images et de formules insolites parfois drôles, semble assez singulier dans sa forme pour qu’on s’y attarde.

Maintenant, sur les conseils qu’il délivre pour mieux vivre l’adolescence, rien de bien révolutionnaire, en apparence. Mais l’avis d’un adulte et la distance qu’il opère à la lecture ne le rendent pas totalement légitime. Sur ce point en tout cas.

A travers cette lettre, organisée en courts paragraphes, où les mots essentiels, répétés, figurent en gras, où chaque expression, chaque référence culturelle un peu obsolètes (de la génération de leurs parents), sont expliquées, l’adolescent ne rencontre donc aucune difficulté qui pourrait freiner son ardeur à lire. Hyper accessible (trop ?), on pourrait penser qu’elle élude la capacité du jeune lecteur à aimer la subtilité et la nuance.

*“La vie, ça doit être viscéral. Quand t’exprimes une idée, quand tu ressens quelque chose, tout ton corps doit l’exprimer et le ressentir en même temps que ta tête.”*

Quoi qu’il en soit, l’ouvrage insiste sur la nécessité d’assumer ce que l’on est, sur le caractère unique et singulier (donc intéressant) de chaque être. Etre en harmonie avec soi-même, s’inspirer des autres sans les envier, apprendre à réfléchir, s’impliquer, avoir une idée sur le monde qui nous entoure, goûter à tout pour faire des choix ensuite, donner ce que l’on a envie de recevoir, osez, apprendre à lâcher prise pour être libre et surtout vivre le présent intensément*. “En gros faut être ton propre meilleur pote.”*

Des concepts larges précisés par des exemples concrets liés à l’amour, aux études, aux loisirs, aux conduites à risques… au sein desquels chacun peut aisément se retrouver et ajuster, au besoin, un comportement moins adapté au départ.

*“Vous êtes tous un putain de Trésor. Parce que vous Existez.”*

Absolument pas ambigu sur les conseils qu’il donne, plein de bon sens et d’attention, énergique et positif, il exprime sans doute mieux ce que les parents ont à dire à leurs enfants pour qu’ils s’épanouissent avec les autres dans la société qu’ils sont en train de construire.

*“Les neurones, ils s’usent et meurent vachement plus vite si on s’en sert pas. Et ouais, le cerveau c’est comme un muscle. Si tu fous rien tu deviens con. Alors faut l’entraîner […] Faut le stimuler. Et plus on le fait, mieux on le fait. C’est comme tout. Comme le cul : plus on baise, mieux on baise.”*

Aussi, parents d’ados, si les mots vous manquent pour parler de puberté, de sexualité, de travail avec votre progéniture, faîtes confiance à Louise Pasteau, ce “*bordel*”, elle sait le raconter *! “On a l’impression d’habiter dans une baraque qu’on n’a jamais vue et qu’on ne connaît pas. Tout le délire de la puberté, quoi […] C’est en repoussant tes limites et en explosant tes capacités que tu maîtriseras vraiment le bordel.”*

Cécile Pellerin

**Ta putain de vie commence maintenant : lettre aux adolescents, Louise Pasteau,** Albin Michel**,** 9782226398673

Développement personnel, France

jeunesse

*Louise Pasteau - Ta putain de vie commence maintenant -  Albin Michel - 9782226398673 – 7,90 euros.*