



JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Lulumineuse - alias "Petite Luciole"
Virginie Torrenti - les questions de "A."

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Cher Journal,

J'ai décidé de te donner un nom. Je vais t'appeler Petite Luciole. Pourquoi? Parce que tu brilles la nuit! Et ça c'est juste dingue. Je sais pas, c'est peut-être bête de donner un nom à son journal mais je me dis qu'écrire à une luciole c'est mettre de la lumière dans son coeur.

Et j'en ai besoin en ce moment...

J'ai l'impression d'être dans le noir, de plus trouver le chemin de mon coeur parce que j'ai peur.

Alors si toi tu as le pouvoir de briller dans le noir, tu as peut-être le pouvoir de me montrer un autre chemin... Tu pourrais faciliter l'amour en moi parce que quand on est ado on sait pas toujours comment être, comment faire.

Alors peut-être que t'écrire va m'éclairer. Je vais essayer en tout cas. Tu sais Lulu, je crois que j'ai besoin d'ouvrir mon coeur, d'avoir les clefs pour le garder ouvert, avoir moins peur de souffrir. Oui je crois que je veux être un coeur courageux!

A.

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

J'aimerais tellement faciliter l'amour à l'intérieur de moi.

Ne plus me sentir si triste ou empêcher la peur de m'engloutir. Sans parler de cette colère en moi prête à tout casser. C'est vraiment une période à part l'adolescence. Pas encore un adulte mais plus vraiment un enfant... À la fois terrifiant et merveilleux!

Oui il y a pleins de moments incroyables, c'est juste fou! Et ces moments là je les vis intensément. C'est magique si tu savais! Mais j'ai aussi besoin d'exprimer ce qui est lourd.

Tu sais quand ça ne va pas, je me pose toujours cette question.

Dans cette situation,

Concrètement,

Que dirait, que ferait l'Amour?

On m'a toujours dit que j'avais beaucoup d'imagination enfant mais je ne peux m'empêcher de rêver...

Si ce journal était magique? Et si tu avais la possibilité chaque soir de me répondre? Ce serait complètement fou..

A.

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

*La tristesse s'est particulièrement invité il y a deux ans...
Nos parents nous ont réunis pour nous annoncer leur divorce. Le
plus douloureux pour moi, c'est se sentiment que c'est à cause de
moi. Je n'ai pas envie qu'on ne soit plus une famille.*

A.

**“Ce n'est pas à cause de toi. Tes parents ont
leur propre histoire et même si tu en fais
partie, leur séparation concerne leur
relation en tant que couple.**

**Si le couple n'existe plus, la famille reste
toujours. Ils seront toujours ton père et ta
mère.”**

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

*En ce moment, j'enchaîne les mauvaises notes. Pourtant je travaille.
Personne ne le voit. Je me sens tellement pas à la hauteur.*

A.

“Ces notes ne reflètent pas ta valeur. Elles montrent que tu ne penses peut-être pas de la manière que l'on attend de toi, ou que tu fonctionnes différemment. Mais si le poisson nage et que l'oiseau vole, c'est parce que nous ne sommes pas tous les mêmes. Le travail que tu donnes ne sera jamais perdu, tu le gagnes pour toi-même. N'attends pas que les gens voient ce qu'ils ignorent, parfois il faut aussi leur montrer.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

*Je vis un chagrin d'amour. Mon coeur est brisé.
Je ne ferai plus jamais confiance à l'autre.*

A.

“Aimer un être, c'est se permettre de lui ouvrir son cœur. Mais si tu lui ouvres ton cœur et que part ses agissements il n'en prend pas soin, alors toi tu peux prendre conscience que ce n'est pas vers la bonne personne que tu diriges cette intention. C'est en toi-même que tu dois avoir confiance.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

*C'est sûr mes parents préfèrent ma soeur. Elle est si parfaite.
Je vois bien que je leur fais honte.*

A.

“Tes parents t'aiment. Ce que tu ressens, tu peux leur en parler. Dire ce que tu as sur le cœur. Ne garde pas pour toi les histoires que tu te racontes, parfois, entre ce que l'on croit savoir et la vérité, il y a un monde qu'on n'imaginait pas.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

J'ai peur de dire aux autres que je n'ai pas envie de fumer. En même temps si je veux être accepté par le groupe, je dois faire comme eux.

A.

“Si tu t'acceptes comme tu es, le monde entier t'acceptera. Si tu acceptes ce que les autres attendent de toi, alors que ce n'est pas ce que toi tu souhaites, c'est toi qui leur appartient.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

*À cause des réseaux sociaux, on a partagé une photo de moi
personnelle et tout le monde l'a vue.
Je ne pourrai jamais revenir au collègue.*

A.

**“Il n'y a qu'une chose sur laquelle tu peux
agir. C'est ton attitude face à la situation.
Plus tu te focaliseras dessus et
plus le problème grossira. En revanche, si
tu apportes de la légèreté et de l'auto-
dérision, alors le problème diminuera. Se
moquer des autres est petit, rire de soi-
même est grand.”**

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Je n'ai pas vraiment d'ami.e. Les autres m'isolent. On dit que c'est du harcèlement. Le but des autres c'est que je sois solo. C'est réussi, je suis solo. Pourtant moi la solitude cela ne me déplaît pas mais apparemment c'est mal vu, ça craint.

A.

“Tu es ton meilleur ami. Ceux qui harcèlent ne comprennent pas cela. Ils sont leur meilleur ennemi. Aujourd'hui c'est toi qui est seul, mais demain, toi seul sera à l'origine de ton bonheur quand les autres l'attendront encore.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

*On a jamais d'argent. Les autres partent au ski, à la mer, ils ont des belles voitures et des grandes maisons.
Une vie sans argent ça sert à rien.*

A.

“Tout ce que tu ne peux pas faire aujourd'hui, cela ne veut pas dire que tu ne pourras pas le faire demain.

Tout ce que les autres font aujourd'hui, cela ne veut pas dire qu'ils pourront le faire demain. Chacun doit profiter de ce qui lui est donné. Aujourd'hui c'est toi qui envie les autres, mais peut-être que demain se sont les autres qui t'envieront.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Je vois ma frère prendre un chemin bien noir. J'essaie de l'aider mais il ne m'écoute pas. Je ressens l'impuissance.

A.

“Les graines que tu sèmes sur une terre aride ont besoin de pluie pour pousser. Ce que tu lui apportes lui servira un jour, quand il sera prêt.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Je souffre mais je préfère montrer que tout m'est égal. J'ai créé un personnage qui s'en moque, au moins, je suis tranquille.

A.

“Ce que tu décides de montrer aux autres est une chose, mais dans le fond, c'est à toi-même que tu mens. Et c'est à toi-même que tu devras pardonner.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Il ne faut surtout pas écouter son coeur. Cela te mène dans le mur.

A.

“Si tu confonds le cœur et les sentiments, alors tu as raison. Tu ne peux pas passer ton temps à écouter uniquement tes émotions.

Mais quand on dit "écouter son cœur" on ne parle pas de cela.

On parle d'écouter l'intelligence de ce que tu ressens profondément, pas l'émotion qui te traverse et qui est changeante.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Il faut travailler dur pour y arriver. Je sais pas si c'est ce que je pense mais autour de moi tout le monde dit cela.

A.

“Il faut s'écouter profondément pour déployer ses efforts vers la bonne direction. C'est seulement dans la bonne direction que le travail porte ses fruits.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

J'aime tellement chanter. Il n'y a rien de mieux pour sentir mon coeur vivant. Mais mes parents m'ont dit que je ne trouverai jamais un travail en chantant, qu'il vaut mieux que je bosse mes maths.

A.

“Tes parents t'aiment et veulent le meilleur pour toi. Mais ce que tu as dans le cœur, ce que tu ressens profondément, cela t'appartiendra toujours. Un jour viendra où tu sera amené à en décider.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

*Le sport c'est toute ma vie. Et là je viens de me blesser.
Tout est fini. Mes rêves, mes espoirs...*

A.

“Tu ne peux pas décider du courant de la Vie. Penses-tu que les gens ont décidé de tout perdre dans un tremblement de terre ? Et pourtant, la vie trouve toujours un moyen de continuer.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Pourquoi harceler? Se moquer? Faire du mal? Pourquoi tant de méchanceté entre nous? Je préfère être seul que continuer d'assister à cela.

A.

“Parce que la faiblesse a pris le pas sur le courage. Mais il n'y a que les êtres courageux qui apportent leur lumière au monde.

Le soleil qui rayonne sur tout le monde, peu importe ce qu'on pense ou dit sur lui.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Le collège, le lycée ça sert à rien.

A.

“Dans tout ce que l'on vit chaque jour, il y a des choses qui nous servent. Dans ce que tu vis aujourd'hui, cela pourra servir les enfants de demain. Car c'est vous demain, qui déciderez de ce qui est réellement utile. Car vous en aurez fait l'expérience. Et vous pourrez être de ceux qui façonnent le monde au lieu de laisser le monde vous façonner.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

J'ai peur de demain. Peur de la guerre. D'une prochaine épidémie. J'ai tellement peur si tu savais. Je sens bien qu'il n'y a rien de plus beau que la vie, pourtant la peur emporte toute sa beauté...

A.

“Chaque jour il y a des miracles, mais le monde n'en parle pas. Parce qu'il est trop occupé à avoir peur. Préoccupe-toi de la vie, du beau et du bon, car chaque jour est un miracle et le monde l'a oublié.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

J'ai peur de lui dire que je l'aime. C'est sûr ce n'est pas réciproque.

A.

“Si tu ne lui dis rien, c'est toi-même que tu rejettes.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

J'ai envie de voyager avant de travailler. Découvrir le monde. Mais autour de moi on me dit de rester et de trouver du travail, que je voyagerai plus tard.

A.

**“La vie entière est un voyage.
Et personne n'a la même carte pour le
parcourir.”**

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Je vis une addiction. Je ne m'en sors pas. J'aimerais mais c'est plus fort que moi, je replonge.

A.

“Ce n'est pas l'addiction qui est plus forte que toi. C'est le sentiment attaché à celle-ci qui est sensible pour toi. C'est celui-ci que tu dois chercher à définir et à comprendre.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

On me reproche de ne pas être compétitif. On me dit que la seule loi à suivre c'est celle du plus fort.

A.

**“Et qu'est ce que ton cœur te dit ?
Car c'est lui qu'il te faut écouter.”**

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

*On me reproche d'être trop sensible, trop sympa.
Apparemment la gentillesse est une faiblesse.*

A.

**“Seuls les faibles de cœur considèrent la
gentillesse comme une faiblesse.”**

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

J'ai pas envie de coucher pour coucher. Je sens que ce moment doit être sacré. Mais si j'en parle en ces mots, c'est sûr on va se moquer de moi.

A.

“Celui qui veut te juger te jugera quoi que tu fasses. Si tu es prisonnier du regard des autres, c'est de toi que la libération doit venir.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Je ressens une injustice terrible. J'ai envie de tout casser.

A.

“Il y a une autre justice qui travaille. Plus Grande. C'est en celle-ci que tu dois avoir confiance.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Quand je ressens du rejet, j'ai envie de disparaître. Je ne vais pas vers les autres de peur que le rejet recommence. Je préfère la solitude. Enfin je crois...

A.

“Si ta peur d'être rejeté t'empêche de t'ouvrir aux autres, alors c'est toi-même que tu rejettes et c'est la peur qui décide de ta vie. Pas toi.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

C'était mon ami d'enfance et il m'a trahi.

A.

“Alors ce n'était pas ton ami. Merci à lui de te l'avoir montré. Maintenant tu sais.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

*J'ai tellement honte. De mon corps? De mes boutons, mes poils...
Je suis tellement moche.*

A.

**“Si tu ne regardes que les nuages,
tu ne vois jamais le soleil.
De même si tu ne te focalise que sur ce que
tu juges êtres laid, tu ne peux pas voir
ce qui est beau.”**

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

On me dit que pour y arriver je dois faire preuve de volonté, de mental. Que je dois muscler mon mental.

A.

“La volonté est une force supérieure qui vient de l'intérieur. Le mental doit servir la volonté. Sans volonté, le mental n'est rien. C'est la volonté qui nourrit le mental. Alors pour arriver à ce que tu souhaites dans la vie, il faut que tu le veuilles profondément.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

Au collège une fille nous a confié être adoptée. Elle nous a dit se sentir indigne d'être aimée alors que ses parents l'ont abandonnée. J'aimerais tellement avoir les bons mots à lui partager. Être là pour elle.

A.

“Ses parents biologiques ont leur histoire, mais cela ne signifie par pour autant qu'ils ne l'aimaient pas et ne l'aiment pas aujourd'hui dans leur cœur.

De même, ses parents actuels l'ont adoptée par Amour et l'aiment.

Qu'elle ne construise pas sa vie sur une pensée dont elle n'a aucune certitude. Et qu'elle n'oublie pas tout l'amour qu'elle a reçu et qu'elle reçoit chaque jour.”

JOURNAL

Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

L'empathie ça s'apprend?

A.

“Ça s'écoute, ça se ressent.”

JOURNAL


Pas-sages d'adolescence

Chère Lulu,

C'est quoi la sororité? Parce qu'au collège les filles entre elles c'est compliqué...

A.

La fraternité allie les femmes et les hommes. La sororité est le nom donné au lien qui unie les femmes entres-elles. Mais tous les humains, hommes et femmes, sont liés entres eux. Peu importe le nom de ces liens, s'ils ne sont pas sincères, ils sont toxiques. Quand ils sont sincères, ils sont réels.



**Ouvrir d'autres portes,
d'autres possibles... dans
des moments difficiles.**

**Faciliter la métamorphose
de l'Adolescence.**

**Pour que la chenille puisse
devenir papillon avec joie
et douceur.**

**Merci de tout coeur
Lulumineuse.**

@virginietorrenti