

Aller jusqu'au bout**** ***En restant soi-même***

Une critique de Marie-Jeanne

Aller jusqu'au bout est le livre-confiance de Clémence Castel, la seule double gagnante du jeu télévisé « KOH-LANTA ».

Dans ce livre mêlant passages autobiographiques et conseils, elle nous raconte ce qu'elle a vécu, les bons comme les mauvais moments, mais surtout, ce qui lui a permis de surmonter toutes les épreuves auxquelles elle a dû faire face.

Entre sa famille, ses passions et son travail, elle nous explique ce qu'il faut faire et comment aborder les obstacles tout en restant soi-même.

Ce livre est bien construit, avec les citations et phrases de sagesse des auteurs et philosophes qui peuvent nous guider, les encouragements et les astuces encadrées pour nous aider. Il est court et très facile à lire.

Il parle des difficultés que l'on peut avoir dans la vie, des petits objectifs qu'il faut se fixer, et du sens qu'on doit trouver dans nos activités quotidiennes et dans nos projets.

À conseiller dès 15 ans.

Clémence Castel, Flammarion, 182 pages, 18euros.

