

<https://demilitarisation.org/spip.php?article133>

***APRED***

# The Science of Happiness / La science du bonheur

- PEACE AT YOUR SERVICE / LA PAIX A VOTRE SERVICE
- YOU ARE PEACE if you want it VOUS ÊTES PAIX si vous le voulez !
  - INDIVIDUAL PEACE / PAIX INDIVIDUELLE
  - PAIX ET BONHEUR / PEACE AND HAPINESS

Date de mise en ligne : samedi 25 janvier 2014

---

Copyright © APRED - Tous droits réservés

---

Peace and happiness are reciprocally necessary.

This article is a good scientific overview of what happiness is and how it functions. Amazing !

<https://demilitarisation.org/local/cache-vignettes/L64xH64/pdf-b8aed.svg>

### The new science of hapiness. Time magazine

To summarize :

Happy people have thrills and joys every day, small ones but regularly.

They have passions, whatever these are they drive them.

They have ideals greater than themselves, they care !

---

*La paix et le bonheur sont complémentaires, réciproquement nécessaires.*

**Ci-dessus** un très bon article de vulgarisation scientifique, non-traduit, sur ce qu'est le bonheur et comment il fonctionne. Étonnant et excellent !

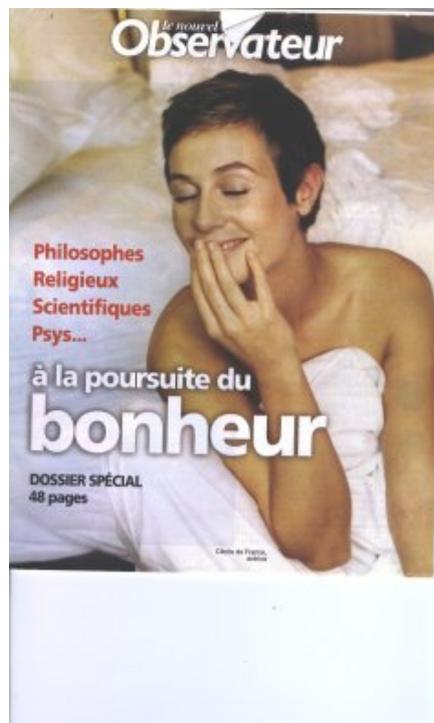
Pour résumer :

Les gens heureux ont des plaisirs et des joies tous les jours, petits bonheurs peut-être mais régulièrement.

Ils ont des passions, quelles qu'elles soient, mais qui les animent.

Ils ont des idéaux plus grands qu'eux-mêmes, ils pensent aussi au bien d'autrui !

*Ci-dessous un extrait du numéro hors-série du Nouvel Observateur, décembre 2008, consacré au même thème. Le dossier complet peut être acquis en ligne ou en nous contactant.*





**Psy**

## Un entretien avec la nouvelle star de la psychologie positive

### Ainsi parle Tal Ben-Shahar

Ce jeune brésilien de 38 ans est devenu la coqueluche de Harvard, où il enseigne « l'apprentissage du bonheur ». Son ambition ? Aider chacun à donner un sens à sa vie

**Le Nouvel Observateur** — Comment est né votre intérêt pour la psychologie positive ?

**Tal Ben-Shahar** — J'ai toujours été intéressé par la psychologie positive. C'est un domaine qui me passionne. Je suis convaincu que la psychologie positive peut nous aider à vivre une vie plus épanouissante et plus satisfaisante. Je suis convaincu que la psychologie positive peut nous aider à vivre une vie plus épanouissante et plus satisfaisante.

**N.O.** — Pourquoi est-ce que vous êtes si populaire à Harvard ?

**Tal Ben-Shahar** — Je pense que c'est parce que je suis jeune et que je suis brésilien. Je pense que c'est parce que je suis jeune et que je suis brésilien.

**N.O.** — Comment voyez-vous l'avenir de la psychologie positive ?

**Tal Ben-Shahar** — Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur. Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur.

**N.O.** — Comment voyez-vous l'avenir de la psychologie positive ?

**Tal Ben-Shahar** — Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur. Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur.

### Un enjeu de société

#### La psychologie positive n'est pas seulement douçâtre les individus. Elle peut aider à améliorer les politiques publiques

La psychologie positive n'est pas seulement douçâtre les individus. Elle peut aider à améliorer les politiques publiques. La psychologie positive n'est pas seulement douçâtre les individus. Elle peut aider à améliorer les politiques publiques.

**N.O.** — Comment voyez-vous l'avenir de la psychologie positive ?

**Tal Ben-Shahar** — Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur. Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur.

**N.O.** — Comment voyez-vous l'avenir de la psychologie positive ?

**Tal Ben-Shahar** — Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur. Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur.

### Questions Aupres\*

#### « Ce qui nous rend plus costauds »

En fait, ce qui nous rend plus costauds, c'est ce qui nous rend plus costauds. En fait, ce qui nous rend plus costauds, c'est ce qui nous rend plus costauds.

**N.O.** — Comment voyez-vous l'avenir de la psychologie positive ?

**Tal Ben-Shahar** — Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur. Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur.

**N.O.** — Comment voyez-vous l'avenir de la psychologie positive ?

**Tal Ben-Shahar** — Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur. Je pense que l'avenir de la psychologie positive est très prometteur.