

## **Avant-propos**

Pour advenir à soi-même, une personne se construit par interaction avec son environnement. D'ailleurs, il ne faut pas l'oublier, « la personne » fait partie elle-même de cet environnement.

C'est-à-dire qu'exprimer qu'une personne se construit avec son environnement implique d'envisager que la personne est dans un lien privilégié à elle-même, aux autres et au monde et qu'elle peut être d'ailleurs très active dans ce processus en partie inhérent à l'espèce.

De nombreux individus, font l'économie de penser ce processus et certains même luttent contre ce processus. C'est pourquoi, il y a si peu d'individus finalement adultes, sur le plan psychoaffectif mais aussi peu en capacité de vivre les petits bonheurs du quotidien ou le Bonheur.

Et pourtant ce processus est là en l'Homme... À l'œuvre ! Il ne peut pas se résumer à simplement avoir par exemple « un-e conjoint-e, des enfants, une maison, un boulot, un puissant et bel ordinateur ». Il n'est pas que surface sociale. Il ne se résume même pas aux activités sociétales : vivre ne se résume pas à faire, une vie d'homme ne se réduit pas à « des activités ».

La prise en considération du processus d'humanisation oblige à ajouter une compréhension dynamique à l'idée de « l'existence ». C'est-à-dire que l'homme doit s'envisager en analysant, ressentant, mûrissant, le processus à l'œuvre en nous-mêmes, pour envisager qu'il existe aussi chez les autres.

Bref, il est primordial pour tous de s'investir, dans un vrai travail de compréhension de l'humain, de son inscription dans le temps et le mouvement de la construction de soi en particulier et de l'être en général.

Ce processus d'Humanisation est inhérent à l'Homme et à la Femme, en prendre conscience, l'accompagner, c'est ce que je nomme l'éducation au bonheur. Une interrogation de « Qu'est-ce que l'éducation au

bonheur ? Comment cela se passe ? Quoi faire ?, etc. » sera l'objet de ce livre.

Ce qui est envisagé dans cet ouvrage, c'est de permettre au plus grand nombre de découvrir l'éducation au bonheur pour s'essayer au chemin de l'élévation de soi.

L'éducation au bonheur et sa reconnaissance, sont au front de la recherche en sciences de l'Homme et pourtant leur acceptation est très difficile pour le grand public et posera aussi certainement débat dans le monde des sciences de l'Homme.

En effet chaque fois qu'une découverte majeure est faite, cela génère ce miso-néisme<sup>1</sup> qui survient chaque fois qu'une vérité sur l'Homme est découverte.

---

<sup>1</sup> Miso (haine, peur, inquiétude) néisme (générée par ce qui est nouveau)