



COLLECTION

Happython



Mon HappythonBook

« Joyeux anniversaire 1 jour, Émilie ! »

Thierry

L'association Multidimensionnel soutient le projet Happython de Thierry Vermont. C'est une association artistique et culturelle de type loi 1901 à but non lucratif. Son but consiste à favoriser l'expression des potentiels individuels par la communication sous des formes les plus diverses, notamment par les expositions, les spectacles, les livres, le multimédias, la diffusion de nouvelles méthodes et également soutenir la création de fonctions sociales originales. Cette présentation du Happython est amenée à progresser dans le temps, elle est gratuite, et également protégée par les droits d'utilisateurs.

Ce présent projet est titré « Mon Happython Book » dans la « Collection Happython ».

Ce livret est une sélection personnalisée de témoignages heureux issue de la dynamique du Happython. Le Happython est un Virus du Bonheur qui se propage depuis janvier 1998 avec cette simple question : « Qu'est-ce qui vous rend, ou vous a rendu, heureux ? ». Il existe à ce jour des dizaines de milliers de réponses venant de personnes âgées de 2 à 108 ans, issues de + de 100 pays (et de nombreux portraits vidéos) !

Pour l'exposition, un des modèles consiste à créer des installations de séchoirs à linge sur lesquels sont épinglés des témoignages heureux nommés « Porte Bonheurs » pour l'occasion : après avoir lavé son linge sale en famille, peut-être qu'il est temps de le faire sécher proprement ! Et tout cela est visible sur internet sur ce site : www.happython.com

Nous vous souhaitons une heureuse lecture et une inspiration grandissante.

Thierry Vermont, l'auteur du projet

Le plus beau
bonheur que j'ai
reçu, c'était le jour
de mon anniversaire,
c'était une surprise, il
a fait un effort d'être
dans la même ville
que moi au moment
où je m'y attendais le
moins.

Si un jour, ou peut-être une nuit, vous n'avez pas la pêche, alors il vous faudra trouver l'idée magique pour vous réconcilier avec un instant de bonheur. Pour cela prenez plusieurs bougies et installez les dans votre salle de bains autour de la baignoire et puis mettez un CD genre bruits de la mer et puis mettez un peu de douceur dans l'eau de votre baignoire: une huile essentielle diluée ou autre produit détente, ou tonique selon - et plongez vous dans une eau chaude, mais pas trop - et puis fixez une bougie - ne pensez plus - écoutez le bruit des vagues - là vous êtes prêt pour un petit moment de tendresse avec vous - vous pouvez aussi vous faire un bon thé: thé à l'orange ou bergamote et vous prenez le temps de savourer - petit bonheur garanti!

Je suis heureuse de repenser à mes trois baignoires anglaises: la première avait la même taille que la mienne en France: trop petite. La deuxième était pile-poil comme il me fallait (c'était super bien, chez Richard!!), et la troisième, je me suis tout de suite dit Hou qu'elle est petite!! Mais elle était en fait trop grande pour moi! Illusion d'optique! Je m'étirais tout ce que je pouvais pour ne pas couler! Hihi!

Je suis heureuse,
quand je vis un
moment de
communication
avec la nature:
sentir un vent léger,
écouter le chant des
oiseaux, admirer les
reflets du soleil
dans un cours
d'eau...

Ce qui me rend
heureux, c'est de
concrétiser un
projet, c'est-à-dire
passer du
conceptuel au
concret et réussir
cette opération.

Ce qui m'a rendue
heureuse, c'est le
jour où j'ai eu mon
attestation de
Graisseur, et
Spécialiste lubes,
car ce dernier
m'ouvrait les portes
de l'emploi.

Ce qui me rend
heureux, c'est le
fait de savoir que
je ne suis pas
seul au monde et
qu'il y a des gens
qui m'écoutent.

Je suis heureux,
parce que Dieu
m'aime et parce
que je suis
capable de
prendre soin de
moi-même.

Prendre un
bain plein de
mousse.

Me détendre
dans un
bain.

Être dans
mon bain en
humant des
huiles
essentielles.

Pour être
honnête, c'est
quand je fais du
shopping ou
quand je mange
du chocolat dans
mon bain.

Quand je suis
dans mon
bain, c'est
toujours un
heureux petit
moment.

Des questions ?

Si vous souhaitez créer et envoyer un Happython Book à quelqu'un...

Si vous souhaitez contribuer à développer un Record du Monde des Moments Heureux...

Si vous souhaitez propager le Virus du Bonheur dans toutes les villes du monde...

Si vous souhaitez devenir Agent du Bonheur...

Si vous souhaitez voir tous les témoignages heureux...

Si vous souhaitez savoir ce que les média en pensent...

Si vous souhaitez en savoir plus...

Bienvenue sur www.happython.com

