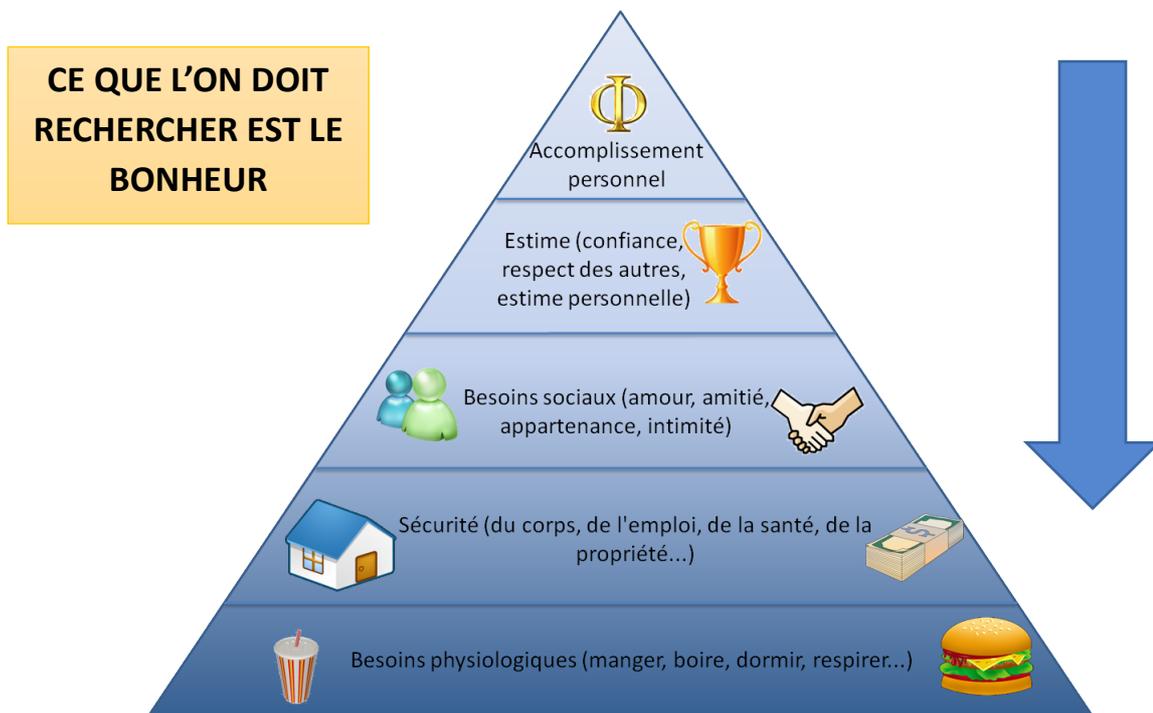


# NOUVELLE LECTURE DE LA PYRAMIDE DE MASLOW



La pyramide de Maslow ou La pyramide des besoins est une représentation pyramidale de la hiérarchie des besoins, une théorie de la motivation élaborée à partir des observations réalisées dans les années 1940 par le psychologue Abraham Maslow qui partaient du principe qu'il fallait partir du bas pour arriver éventuellement tout en haut.

## L'Equation du bonheur par Julie Turcotte – Livre Tout Simplement

« Les générations précédentes nous ont appris à FAIRE (travailler fort) pour AVOIR (de l'argent, des biens, des services, mettre de côté...) et tout cela pour ETRE (heureux, en sécurité, satisfait, épanoui...)

**FAIRE -> AVOIR -> ETRE**

En occident, nous ne sommes plus en mode survie comme l'étaient beaucoup de nos ancêtres. Nous vivons plutôt dans le confort. Les besoins primaires étant comblés, nous avons davantage envie de satisfaire les besoins secondaires tels que le sentiment d'appartenance, l'estime de soi et la réalisation de soi afin de ressentir la joie, la satisfaction & la paix intérieure.

Donc depuis la fin du 20<sup>ème</sup> siècle, une nouvelle équation est apparue :

**ETRE -> FAIRE -> AVOIR**

**FAITES ce qui vous permet d'ETRE heureux, épanoui et serein**

**et le reste viendra tout seul »**



En donnant un sens à votre vie, vous commencez par le ETRE et pouvez ainsi répondre à cette nouvelle équation. Elodie Bardot