

[Grand-Angoulême](#)[Pays de Cognac](#)[Pays Angoumois](#)[Sud-Barbezieux](#)[Pays Ruffécois](#)[Charente Limousine](#)[Le Charentais de l'année](#)

Elisez le Charentais 2011

[Témoin d'un événement ? AlerteZ-nous](#)

Envoyez vos infos à CL

[Abonnement Gratuit 18-24 ans](#)

Recevez Charente Libre gratuitement

[Supplément éco CL 2011](#)  
Objectif triple E[Auto](#)[Immo](#)[Emploi](#)[Légales](#)24 décembre 2011 | 08h47  
Mis à jour | 09h33

Propos recueillis par Arnel LENY

## L'optimisme: plein de raisons d'y croire

L'année 2011 nous laisse le moral dans les chaussettes. Pour attaquer 2012 avec enthousiasme, il y a mieux que le père Noël: l'optimisme. CL vous offre une séance de coaching avec un spécialiste de la question.

Réagir [Partager](#) [Tweeter](#) [✉](#) [📄](#)



S'il est bien un personnage qui reste une valeur sûre en ce moment c'est bien le père Noël. Les enfants en savent quelque chose. Pour les adultes, il leur reste l'optimisme. Philippe Gabilliet a pour ambition de regonfler leur moral. Il suffit d'y croire. Photo Phil Messelet

Ils ont leur parti, la Ligue française des optimistes, affiliée à l'association internationale «Optimistes sans frontières». Ils se sont fixé une mission: *«Promouvoir l'évolution des mentalités des hommes et des femmes vers davantage d'optimisme et d'enthousiasme dans tous les domaines de la vie, privée ou publique, économique, culturelle ou sociale.»*

Ils ont leurs sites internet spécialisés dans les bonnes nouvelles. Ils ont même leur pays imaginaire, l'Optimistan, à la frontière du Cordoue oecuménique et fécond du Xle siècle et du Bouthan, qui a remplacé le fameux Produit National Brut par un indice beaucoup plus joyeux: le Bonheur National Brut. Mais ils sont loin d'être des illuminés et des irresponsables.

Parmi les adeptes de l'optimisme qui s'affichent, on trouve le généticien Albert Jacquard, le bouddhiste Mathieu Ricard ou les écrivains Jean d'Ormesson, Erik Orsenna et Eric- Emmanuel Schmitt. Sans oublier Philippe Gabilliet, vice-président de la Ligue des optimistes de France, docteur en science de gestion, professeur de «Leadership » dans une grande école de commerce et brillant conférencier spécialisé en remontage de moral.

Auteur d'un manuel sur le sujet, «L'éloge de l'optimisme» (Éditions Saint-Simon, 15 euros), il nous explique pourquoi on n'a pas d'autre choix que d'être optimiste. Et en plus, c'est bon pour la santé!

**Comment rester optimiste en période difficile:**

### AGENDA

 Sélectionnez

+ [Tout l'agenda](#)



**AUTHENTIQUE FE**  
Profitez de notre vérandas VERA  
05 45 69 21 51  
[www.veranda-ve](http://www.veranda-ve)



**OU REVELLONNI**  
Tous les réveillons fêter le passage  
... cliquez ici



**DES IDÉES FARFE**  
Bijoux de créate porter ethnique, maroquinerie. 8 Trarieux à ANG  
[www.lestrouvail](http://www.lestrouvail)



**LA BOUTIQUE CA**  
En vente vaisselle Des produits ne d'occasion... Fa affaires !  
[www.laboutique](http://www.laboutique)



**PRODUITS REGIC LANDES**  
Boutique Chailla: piments d'Espe fromages... BEN CHEQUE CADE Commandez po  
[www.chailla.com](http://www.chailla.com) Bayonne

### PETITES ANNONCES

Vente Maisons / Villas  
**187200 €**  
**MAINZAC (16203)**



[Toutes les annonces](#)

LES + Lus Com

1. **Les forces de l'ordre vont pression pendant les fêtes**
2. **Maison dangereuse: René l'impasse**
3. **Dans le jardin secret du Pi**
4. **Les gens du voyage: comr de sédentarisation**
5. **Le corps d'Enzo a été retru**

A lire en intégralité dans  ou en [cliquant ici](#).

#### PLUS d'infos:

La Ligue française des optimistes: [www.liguedesoptimistes.fr](http://www.liguedesoptimistes.fr)

Le site officiel de l'Etat d'Optimistan: <http://optimistan.org>

Le site d'Optimistes sans frontière: <http://optimistessansfrontieres.org/>

TAGS [santé](#)

Réagir

[Partager](#)

[Tweeter](#)



#### 13 COMMENTAIRES / RÉAGISSEZ



**duppont**

24 Dec 2011, 23:23

avec les articles qui paraissent dans la charente libre et qui nous relatent les faits de l'année 2011, viols, meurtres, agressions, chômage, suicide, pauvreté, etc.... tous ceux qui ont échappé a tous ça en 2011, peuvent être optimiste, mais attention à 2012. vous n'aurez peut être pas la même chanc



**rude boy**

24 Dec 2011, 21:33

bon , pour assurer il faut être opportuniste !!

[www.youtube.com/watch?v=M6SsRZ0fSNY](http://www.youtube.com/watch?v=M6SsRZ0fSNY)



**pointofview1**

24 Dec 2011, 20:30

Il est certain qu'il est plus facile d'être optimiste quand on est généticien , philosophe , professeur en leadership dans une grande école de commerce ( celles qui forment les cohortes de têtes pensantes prêtent à nous ruiner ) . Finalement la majorité des Français vit tout juste correctement mais une minorité vit avec opulence sur le dos des premiers et il ya encore de la misère pour d'autres , est ce la constitution normale de toute société ? avec son lot d'injustices , de supériorités , de minorités , de nantis sans état d'âme .



**Jean Louis Vignaud**

24 Dec 2011, 19:00

"se penser et être"

ou plutôt l'inverse Balbal ? ;)  
donc "se penser" est le luxe de l'animal  
et pour cela nul besoin "d'y croire"  
juste vivre le temps qui passe en n'en loupant aucun instant  
en cela, croire n'est même qu'un frein



**Jean Louis Vignaud**

24 Dec 2011, 18:52

"Qu'on m'explique quels sont les motifs de réjouissances "

"la vie est belle"  
c'est le premier des pléonasmes  
puisque la vie est, donc belle

sinon tu tu te flingues  
ou tu continues à cultiver ton masochisme mais ce sera donc alors encore ta  
vie souhaitée donc belle



**globul16**

24 Dec 2011, 18:34

bien sur qu'il faut être optimiste ! et je précise ont pourra l'être sans avoir le pitit  
tout la haut , ce n'est surement pas une obligation ...



**rude boy**

24 Dec 2011, 17:12

je te rassure Léon , moi ma fille ne risque pas de taper dans le budget  
vacances ....

juste on a pris un crédit pour pouvoir financer logement et bouffe ...

mais bon , mon chômage me rend optimiste !!!!

et l'autre andouille en rouge ne vas même pas venir fourrer mes gros souliers  
de gros billets ....

pas grave , pour ce soir j'ai un casier de "villageoise" , et ça vas être la fête ...

en plus , ma pépette bosse aujourd'hui et demain ...

et je doit garder mon fils de 16 ans ...

aller ZOU !! on vas sortir les guitares et foutre le boxon dans tout le voisinage !  
!!!!



**Philippe**

24 Dec 2011, 17:11

Il faut regarder les choses en face, avoir des solutions pour les pires  
situations et faire en sorte qu'elles n'arrivent pas.

Et surtout être en situation de ne rien attendre des autres et de la société en  
générale, ainsi complètement autonome, il ya toutes les raisons d'être  
optimisme.



**Wicker**

24 Dec 2011, 16:08

@Léon KLAKMUF bien d'accord.

Et je crois qu'un peu de lucidité ne ferait pas de mal à ces gens , car même  
sans problèmes particuliers comment être indifférent à la misère des autres ,  
à l'insolence de ces grands groupes qui prennent la planète pour une  
poubelle, ou l'empoisonnent, et les gens pour des pions qu'on déplace au gré  
de ses envies ou de ses nécessités.( et je ne parle pas des politiques !)  
.alors , ne pas être triste,ni pessimiste,et chercher des solutions pour un  
avenir meilleur, c' est une chose .....afficher un optimisme béat, c'en est une  
autre et me semblerait presque indécent...

Qu'on m'explique quels sont les motifs de réjouissances

Mais, disons qu'aujourd'hui, je crois au Père Noël...!



**Léon KLAKMUF**

24 Dec 2011, 14:24

Parmi les raisons d'être personnellement optimiste je vais vous donner une  
des miennes: depuis deux ans j'aide financièrement ma fille à boucler ses  
fins de mois en tapant dans mon budget vacances ....vous pouvez pas savoir  
combien ça me rend optimiste ! Tous les gentils coaches qui donnent des  
conseils, ils n'ont qu'a échanger leur situation avec ceux qui rament on vera  
bien si ça les rend optimistes, eux. A la manière de Coluche qui disait :  
"écrivez-nous pour nous dire de quoi vous avez besoin et vous dira comment  
vous en passer" .



**rude boy**

24 Dec 2011, 13:45

bon ben :  
[www.youtube.com/watch?v=c7QCbCwmTxc](http://www.youtube.com/watch?v=c7QCbCwmTxc)

ou alors ;  
[www.youtube.com/watch?v=16u0wwCfoJ4](http://www.youtube.com/watch?v=16u0wwCfoJ4)



**balbal**  
JLV, se penser et être !.....

24 Dec 2011, 13:40



**Jean Louis Vignaud**  
"on n'a pas d'autre choix que d'être optimiste"  
d'autant moins que se penser malheureux est en effet déjà un luxe

24 Dec 2011, 11:56

Pour réagir à cet article, merci de vous identifier

OK

Me connecter avec Facebook

[Pas encore de compte ? Inscrivez-vous !](#)

Laisser un commentaire

[Être alerté à chaque commentaire sur cet article](#) | [Charte des commentaires](#)

ENVOYER

**LES ATELIERS CULINAIRES DE DIGITAL**



Apprenez à cuisiner comme un chef aux côtés des plus grands cuisiniers de la Région. Cours de cuisine hebdomadaires.

[www.cardinaud-hall.com](http://www.cardinaud-hall.com)

**DES IDÉES FARFELUES PAR MILLIER**



Bijoux de créateur et fantaisie, prêt à porter ethnique, chapeaux, maroquinerie. 8 /10 rue Ludovic Trarieux à ANGOULEME

[www.lestrouvaillesdemarie.fr](http://www.lestrouvaillesdemarie.fr)

**OU REVEILLONNER EN CHARENTE**



Tous les réveillons en Charente pour fêter le passage en 2012

.... cliquez ici

**DES MAISONS MOINS**



Les cons ou c Cha Mari

[www.batisseursdici.fr](http://www.batisseursdici.fr)

**LES PRINCIPAUX TITRES**

[Actualité](#)

[Sports](#)

[Faits-divers](#)

[Loisirs](#)



**santé**  
**L'optimisme: plein de raisons d'y croire**



**Famille**  
**Dans le jardin secret du Père Noël**



**Charente**  
**Les forces de l'ordre vont accentuer la pression pendant les fêtes**

**LA CHARENTE LIBRE**

**ABONNEMENT**  
**20% de remise**  
sur le prix au numéro

**JE M'ABONNE**

