

**LE BONHEUR PAR L'ETAT:
LES NON-SENS D'UNE NOUVELLE SCIENCE**

PAR
JOHAN NORBERG
SENIOR FELLOW, CENTRE FOR THE NEW EUROPE

SEPTEMBRE 2006



Il est temps que nous admettions que l'argent n'est pas tout dans la vie, et de nous focaliser non seulement sur le PIB, mais sur le BEG – le bien-être général », dit le leader conservateur David Cameron dans un discours en 2006. Ainsi, il faudrait modifier le rôle des hommes politiques : « Il nous penser non pas aux moyens de mettre de l'argent dans la poche des gens, mais comment leur donner de la joie. »¹

Cameron n'est pas le seul. Le gouvernement travailliste qu'il voudrait remplacer a créé un groupe intergouvernemental sur le thème, le « Whitehall Well-being Working Group ». Ce dernier veut établir un index du bonheur pour guider la politique publique, et pense qu'il faut apprendre aux gens comment être heureux.

Ceci résulte d'un nouvel intérêt pour le bonheur et le bien-être chez les scientifiques et les universitaires, et une nouvelle préoccupation qui consiste à dire que la société moderne en général et l'argent en particulier ne nous aident pas à y parvenir. Si nous sommes riches, pourquoi nous ne sommes pas heureux ? C'est la question qu'on entend de plus en plus souvent. Certains pensent que le cerveau humain, formé pendant le néolithique, est incapable de gérer les technologies du 21^e siècle et le flux constant d'informations, de personnes et de choix. Nous sommes débordés : trop d'options et trop de produits, voire nous devons choisir nos propres identités pour être à la hauteur à nos propres yeux et dans ceux des autres, ce qui engendre stress et anxiété.

La recherche récente sur le bonheur et le bien-être démontre qu'en effet, l'argent n'est pas tout. Selon l'économiste britannique Richard Layard, dont le livre acclamé et bien écrit *Happiness : Lessons from a New Science* est devenu une bible pour de nombreux hommes politiques européens, affirme qu' « à mesure que la société occidentale est devenue plus prospère, les citoyens ne sont pas plus heureux. »²

Il existe plusieurs raisons à cela. Les sondages où les gens évaluent leur propre niveau de bonheur et de satisfaction démontrent que le plaisir que procure une augmentation de salaire diminue rapidement, pour disparaître au bout d'un certain temps. Nos aspirations augmentent avec nos revenus. Alors que nous avons 50 euros, nous pensions que le fait d'avoir 100 euros nous rendrait très heureux.

¹ Discours à Google Zeitgeist Europe 2006, Hertfordshire, le 22 mai 2006 <http://www.conservatives.com/tile.do?def=news.story.page&obj_id=129957&speeches=1> et Mark Easton, « The survival of the happiest », *New Statesman*, April 24, 2006.

² Richard Layard, *Happiness : Lessons from a New Science* (London : Allen Lane, 2005), p. 3. D'autres travaux représentatifs de cette perspective sont Richard Easterlin : « Does economic growth improve the human lot ? Some empirical evidence », dans P A David & M V Reder (éd.), *Nations and households in economic growth* (New York : Academic Press, 1974), Tibor Scitovsky, *The joyless economy* (Oxford University Press, 1976), Robert Frank, *Luxury fever* (New York, Princeton University Press, 2000) et Barry Schwartz, *The paradox of choice : Why less is more* (New York : Ecco, 2004). Mon préféré est Greg Easterbrook, *The progress paradox* (New York : Random House, 2003).

Progressivement, nous nous adaptons à la nouvelle situation pour la considérer comme normale. Maintenant, il nous faudrait 200 euros pour être très heureux.

Les chercheurs soulignent que le bonheur qu'on retire du revenu est relatif : nous nous comparons sans cesse aux autres. Nos 100 euros suffisent si les voisins n'en ont que 50. S'ils en ont 200, nous sommes mécontents. Les riches dans une société sont plus heureux que les pauvres, parce qu'ils ont de l'argent et des opportunités qui ne sont pas pour eux une évidence – ils voient bien que les autres n'en bénéficient pas. Mais au fur et à mesure que la société devient plus prospère, le revenu individuel moyen n'augmente pas par rapport aux autres ; et donc l'individu n'est pas plus heureux. La croissance signifie seulement que le pays atteint un niveau plus élevé de prospérité ; mais les riches ne sont pas plus heureux qu'avant, et les pauvres non plus. Nous sommes tous plus aisés matériellement, mais non plus heureux, étant donné que tout le monde ne saurait être plus riche que les autres.

Cette hausse des revenus est à l'origine de nouveaux problèmes, à cause de l'envie et l'obsession des hommes par leur statut. A mesure que certains s'enrichissent, d'autres sont obligés de travailler davantage pour maintenir leur position relative ; mais s'ils le font, ils s'habituent au revenu plus élevé, et n'en sont pas plus heureux pour autant. La prospérité accrue d'autrui est une externalité négative, une « pollution » selon Layard, qui nous enferme dans une « spirale hédoniste ». Il nous faut constamment des revenus plus élevés pour nourrir notre ancien niveau de bonheur, mais cela a un prix. Nous travaillons trop, et consacrons moins de temps à nos familles, nous faisons beaucoup d'efforts pour des emplois mieux payés, ce qui détruit la communauté et les liens familiaux. L'obsession matérialiste et les signes extérieurs de richesse diminuent en réalité notre bien-être.³

D'une certaine manière, ce raisonnement est Karl Marx à l'envers. Marx disait que le capitalisme privait les gens de la vraie liberté, et que l'exploitation et le gaspillage allaient appauvrir la majorité. Les nouveaux critiques pensent que le capitalisme crée la liberté et la richesse, mais ils affirment que c'est justement le problème, puisque cela nous laisse frustrés, envieux et stressés.

Richard Layard suggère, avec d'autres, que la solution consiste à réduire la croissance, par exemple par une augmentation des impôts marginaux, une réduction de la mobilité et une restructuration de l'économie, puisque ce sont les seuls moyens

³ Il est intéressant de noter qu'Adam Smith ne pensait pas non plus que l'argent fasse le bonheur, mais sa conclusion était à l'opposé – cette illusion est en fait une externalité positive : « Et il est bon que la Nature s'impose ainsi à nous. C'est cette illusion qui réveille et maintient en mouvement constant l'industrie de l'humanité. C'est ce qui les a d'abord incités à cultiver la terre, à bâtir des maisons, à fonder des cités et des communautés, et à inventer et à améliorer l'ensemble des sciences et des arts qui annoblissent et embellissent la vie des hommes ; qui a entièrement changé la face du globe, qui a transformé les forêts rudes de la nature en plaines fertiles et agréables, et qui a fait de l'océan en jachère un nouveau fond de subsistance, et la grande route de communication aux différentes nations de la Terre. » La Théorie des sentiments moraux, partie IV, chapitre 1, section 10.

d'inciter tout le monde à travailler moins pour passer plus de temps avec leur famille et leurs amis, source du vrai bonheur. Layard propose aussi une sécurité de l'emploi plus grande, un programme national de formation aux valeurs, un contrôle public de la télévision et de l'industrie publicitaire pour maîtriser les tentations destructrices et arrêter les modèles à imiter. Après tout, si les gens sont incapables de reconnaître leurs propres intérêts, une politique paternaliste s'impose.

« Ce sont des choses que nous ne pouvons pas décider en tant qu'individus, mais en tant que société, ce qui signifie essentiellement que l'Etat fait partie du jeu », selon la formule de David Halpern, conseiller de l'ancien Premier ministre Tony Blair. Il en conclut entre autres que « l'impôt est susceptible d'accroître le bien-être de la population ».⁴

Inutile d'être paranoïaque pour voir un Etat-nounou, soutenu par la gauche et la droite, dont l'objectif serait d'ajuster nos conditions émotionnelles et d'assurer notre bonheur : on passe de l'Etat-providence à l'Etat de bien-être.⁵

Il convient de se demander si les faits supportent vraiment cette vision misérable de notre situation. Quel est le problème, et faut-il le résoudre ?⁶

1 – Les données

Selon la recherche, le bonheur peut être défini comme une activité importante située dans le cortex préfrontal gauche du cerveau ; les données confirment que quelque chose s'y produit souvent. La majorité des gens se considèrent heureux, et la plupart

⁴ Mark Easton : « The politics of happiness », site de la BBC, le 22 mai 2006 (http://news.bbc.co.uk/1/hi/programmes/happiness_formula/480928.stm).

⁵ Il convient de se demander combien de temps il faudra avant que les populistes de l'extrême droite ne viennent à exploiter les résultats qui suggèrent que les gens sont plus heureux s'ils restent mariés et vivent au milieu de gens qui leur ressemblent, par exemple de la même race – ce qui a été souligné par le président de la commission britannique de l'égalité raciale, Trevor Phillips.

⁶ Le « bonheur » et la « satisfaction générale » sont souvent utilisés comme concepts synonymes dans la recherche sur le bien-être pour mesurer le bien-être individuel subjectif. Je suis cette approche en la matière, même s'il y a une différence importante. On peut ressentir du bonheur et de la joie brièvement en tant que réaction immédiate à certains stimuli – du vin, le sexe, un sketch de Monty Python – malgré un état misérable global. Etre satisfait de sa vie est un état moins hédoniste et de plus long terme par rapport à une vie remplie d'activités positives et utiles. On pourrait peut-être l'appeler le bonheur à long terme. En tout cas, les sondages révèlent une forte corrélation, et les changements d'humeur influencent également les réponses. Les individus font état d'une satisfaction bien plus grande lors d'une journée de beau temps, ou après avoir trouvé une pièce dans la rue (que les chercheurs y avaient placé, une partie de l'expérience). Daniel Kahneman & Alan B Krueger: "Developments in the measurement of subjective well-being", *Journal of Economic Perspectives*, vol 20, 2006, p 6.

d'entre eux vivent peu d'incidents d'émotions négatives au cours d'une journée typique. Les sondages démontrent aussi le secret du bonheur : avoir beaucoup d'amis, un travail, beaucoup d'argent, être en bonne santé et éviter le communisme (on y reviendra). Le mariage est important, mais si le conjoint idéal n'est pas au rendez-vous, un animal de compagnie peut vous donner quasiment les mêmes récompenses émotionnelles. Avoir des enfants est une bonne chose, mais si l'on pouvait éviter d'avoir un adolescent à la maison, ce serait encore mieux. S'impliquer activement pour une religion permet d'améliorer considérablement votre sentiment de bien-être ; pour les non-croyants, de fortes convictions séculières et le travail au sein d'autres associations sociales ont le même effet. Vivre dans un petit pays avec un niveau élevé de confiance, notamment le Danemark ou la Suisse, s'avère un plus. Enfin, et quitte à vous decevoir cher lecteur, ni le niveau d'intelligence, ni celui de l'éducation ne semblent jouer un rôle à ce niveau.

Surtout, il vous faut bien choisir vos parents, afin de naître avec une prédisposition génétique pour le bonheur. Les jumeaux identiques séparés à la naissance démontrent une similarité remarquable dans leur niveau de satisfaction générale, même en ayant des expériences très différentes de la vie.⁷

Et l'argent alors ? Le PIB peut-il acheter le bonheur ? Tout d'abord, il est faux de dire que la croissance économique ne contribue pas au bonheur. Il s'agit ici d'une interprétation suggérée par un des pionniers, Richard Easterlin, et reprise parfois par des journalistes actuellement, souvent fondée sur un seul exemple d'un seul sondage, à savoir que les Nigériens sont plus heureux que les Américains, ou que les Mexicains sont plus heureux que les Suédois.

Easterlin a pourtant abandonné cette interprétation depuis longtemps. Une des rares conclusions à bénéficier d'un consensus dans ce domaine scientifique nouveau est que l'argent produit effectivement du bonheur. Les études démontrent une très forte corrélation entre la prospérité et le bonheur. Des exceptions existent bien entendu,

⁷ La plus grande collection de sondages est incluse dans le World Database of Happiness de Ruut Veenhoven (<http://www1.eur.nl/fsw/happiness>). Sauf mention contraire, les statistiques citées proviennent de cette source. Pour une source régulièrement mise à jour de discussion d'une perspective libérale, voir le blog de Will Wilkinson (<http://happinesspolicy.com>). Un aperçu global des résultats de la recherche est fourni par Ed Diener et Martin E P Seligman, « Beyond money : Towards an economy of well-being », *Psychological Science in the Public Interest*, vol 5, July 2004. Attention aux charlatans dans la recherche de données. Exemple: le Happy Planet Index (New Economics Foundation) prétend que l'île de Vanuatu est l'endroit le plus heureux du monde, et que les Etats-Unis sont misérables. Ceci a été diffusé par les médias autour du globe, malgré deux problèmes qui enlèvent tout sérieux à cette affirmation: a) cet index ne se réfère pas au bonheur, mais au bonheur et à l'espérance de vie divisés par la consommation. Ainsi le résultat démontre que Vanuatu est pauvre, ce qui convient à l'agenda environnementaliste du NEF; b) la NEF n'a même pas disposé d'une étude du bonheur à Vanuatu, mais a extrapolé le résultat d'autres pays. Carl Bialik, "Putting a number on happiness", Wall Street Journal, le 20 juillet 2006. Le rapport : <http://www.neweconomics.org/gen/uploads/dl44k145g5scuy453044gqbu11072006194758.pdf>

mais en moyenne les pays à faibles revenus font état de faibles niveaux de bonheur, les pays à revenus moyens de niveaux moyens et les pays riches de niveaux élevés de bonheur. De même, le schéma se reproduit entre les pays les plus prospères : les Etats les moins heureux de l'Union européenne des 15 sont les plus pauvres, le Portugal et la Grèce.

En revanche, les chercheurs constatent que cette corrélation diminue lorsqu'on atteint un revenu national entre 10,000 et 20,000 dollars par an. Le bonheur subjectif augmente rapidement en passant du Pérou au Chili, ou de la Turquie en Grèce ; ensuite cependant, une augmentation de revenus n'engendre aucun bonheur supplémentaire, selon cette interprétation. Depuis les années 1950, les Occidentaux sont devenus beaucoup plus prospères, mais non plus heureux, nous dit-on.

Ce n'est pas tout à fait exact. Si nous regardons des pays tels que l'Angleterre, l'Allemagne, la France et les Pays-Bas, le bonheur subjectif a augmenté rapidement lorsque la croissance est revenue après la Seconde guerre mondiale. La proportion de la population qui se disait malheureuse fut réduite de moitié entre 1948 et 1975.⁸ Depuis, elle n'a pas progressé aussi vite, mais le bonheur semble augmenter lentement et sûrement. L'Eurobaromètre de la Commission européenne mesure régulièrement le niveau de bien-être depuis 1973. La moyenne des premières cinq études et celle des cinq dernières démontre que le bonheur a augmenté de 0.3 sur une échelle de 10 dans les neuf premiers Etats membres. De même, il semble s'être accru d'autant au moins dans les pays membres plus récents, même si les données ne sont pas aussi bonnes.

Etonnamment, Layard reconnaît ce fait dans la première note de son livre, en indiquant au sujet des sondages européens que « les données depuis lors (1975) démontrent une légère hausse de la tendance du bonheur » (p. 24). Or il ignore entièrement ce fait dans la suite de son livre. Au contraire, il affirme que « pour la plupart des Occidentaux, le bonheur n'a pas augmenté depuis 1950 » (p. 29). A la place, il se concentre sur les Etats-Unis où, selon lui, les gens ne sont pas plus heureux. Il montre un graphique souvent utilisé dans les ouvrages et les études portant sur le bonheur, fondé à l'origine sur des sondages de l'American Institute of Public Opinion and National Opinion Research Center. Il démontre que la proportion des Américains qui se disent « très heureux » reste figée autour des 25-30 pour cent, malgré le fait que les revenus ont été multipliés par trois.

Or quelque chose cloche dans ce graphique. Après de petites évolutions annuelles pendant une longue période, le nombre de personnes qui disaient qu'ils ne sont pas heureux a doublé et le nombre se disant « très heureux » a été réduit d'un tiers – au cours d'une seule année, 1971. Ceci indique un problème avec le sondage. Et il y en a un. Layard n'en parle pas, mais cette année-là, les réponses ont été modifiées. Auparavant, les personnes interrogées avaient le choix entre « très heureux », « assez heureux » ou « pas heureux ». Ces alternatives ont été transformées en « très

⁸ Ruut Veenhoven, *Conditions of happiness* (Boston: Reidel Dordrecht, 1984), p 171.

heureux », « plutôt heureux » et « pas trop heureux » (italiques par l'auteur). Ainsi, la population américaine n'a pas subi une épidémie dépressive au cours d'une seule année. Les Américains ont simplement pensé que les nouvelles réponses étaient mieux adaptées à leur état d'esprit. Il est normal qu'un plus grand nombre de gens pensent qu'ils sont « plutôt heureux » qu'« assez heureux », et il est évident que plus de gens s'estiment « pas trop heureux » que « pas heureux », ce qui est une affirmation plus extrême.

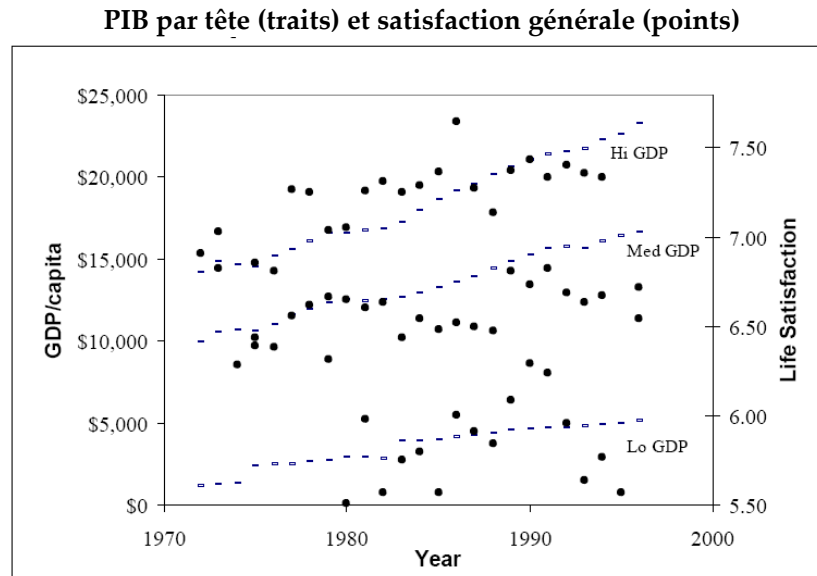
Il est intéressant de constater que le niveau moyen de bonheur enregistré par cette étude a augmenté de 3 pour cent entre 1947 et 1970, et de plus de 7 pour cent de 1971 à 2004-05. Il s'ensuit que la thèse selon laquelle la croissance américaine n'a pas augmenté le bien-être est basée sur une seule année – la même année que le sondage fut modifié. Cela n'est pas un fondement assez solide pour justifier un bouleversement social.

Tout ceci démontre qu'il est imprudent de s'appuyer sur une poignée d'exemples, ou sur les résultats d'une seule série statistique pour tirer des conclusions sur le bonheur et la croissance. Le chercheur néerlandais Ruut Veenhoven a créé la plus grande collection d'études dans une « Base de données mondiale sur le bonheur » (World Database of Happiness), et à partir de celle-ci, lui et Michael Hogarty concluent que :

« Le bonheur ne retourne pas à sa valeur d'origine [après une hausse de revenu]. L'effet d'adaptation tend plutôt à réduire le bonheur jusqu'à environ la moitié de son augmentation optimale. En résumé, les effets d'utilité absolus et relatifs sont à l'œuvre, puisque le bonheur d'un pays varie en fonction du revenu national. A la différence des modèles strictes d'utilité relative, le bonheur n'est pas un jeu à somme nulle. Au contraire, accroître le revenu de tous permet effectivement d'augmenter le bonheur de tous, mais l'adaptation réduit son taux de croissance à environ la moitié de son apogée. »⁹

En d'autres termes, le bonheur n'est pas un jeu à somme nulle, pas plus que l'économie. Le profit de Pierre n'est pas la misère de Paul, pas plus que le bonheur de Jacques est la misère de Jean. Il existe des rendements décroissants et un effet d'adaptation, mais il reste possible d'accroître le bien-être global. Il n'y a pas d'explosion de misère dans les pays occidentaux qu'il faut expliquer. En revanche, le bonheur augmente moins rapidement que ce que nous aimerions voir, et son niveau est peut-être moins important qu'attendu. Pourquoi ? Est-ce que cela signifie que la croissance économique est inutile ?

⁹ Michael R Hagerty & Ruut Veenhoven, 'Wealth and happiness revisited', *Social Indicators Research*, 64 (2003), <http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/work-chronological.htm>, p 14.



Source : Hagerty & Veenhoven, "Wealth and happiness Revisited", 2003.

2 – Hypothèses alternatives

Que ce soit bien clair : je reste convaincu que l'utilité relative et l'effet d'adaptation évoqués par Layard et d'autres jouent un rôle important. Or là n'est pas la question. Il s'agit au contraire de se demander si ces facteurs sont importants au point d'annuler le rôle de la croissance économique. Avant de répondre à cette question, je voudrais évoquer certaines hypothèses alternatives, sans les développer, qui sont susceptibles d'expliquer pourquoi le bien-être subjectif avéré n'a pas augmenté davantage.

D'abord, trois raisons qui expliquent pourquoi le bonheur a augmenté, même si ceci n'est pas visible dans les sondages.

1) A qui pose-t-on la question ? L'économiste Tyler Cowen souligne que les personnes interrogées sont des gens menant une vie ordinaire. Il ne s'agit pas ici de personnes affamées, gravement malades, des soldats en temps de guerre, des victimes de séismes ou de tsunamis. Etant donné que la prospérité et la démocratie contribuent à réduire l'étendue de ce type de problèmes et leurs effets, il se peut que les questionnaires sur le bonheur passent à côté de certaines des plus importantes améliorations du bien-être provenant de la croissance économique. Les sondages ne tiennent pas non plus compte des avantages d'une augmentation de l'espérance de vie (les morts ne sont pas interrogés).¹⁰

¹⁰ Tyler Cowen, "Does money make you happier?", http://www.marginalrevolution.com/marginalrevolution/2005/02/does_money_make.html

2) Le vieillissement de la population. Malgré certains indices du contraire, il est probable que nous nous disions moins heureux passé l'âge de 50 ans.¹¹ Au fur et à mesure que l'espérance de vie augmente, il faut nous attendre à voir baisser un peu le niveau moyen de bien-être. (Ceci pourrait aussi expliquer la stagnation du bonheur au Japon (qui a surpris certains observateurs), où la population vieillit rapidement.) Or une meilleure espérance de vie est une bonne chose, et puisque les personnes âgées se disent encore heureux, il faut croire que le nombre d'années de bonheur augmente, même si le niveau de bonheur moyen n'a pas évolué.

3) Changements de définition. Peut-être est-il impossible de mesurer le bonheur en interrogeant les gens sur leur état d'esprit, puisqu'aucune définition ou norme objective n'existent. Dans une large mesure, les interrogés se contentent probablement de comparer leur état actuel à ce à quoi ils sont habitués. Si l'année en cours n'a été que bonheur et excitation, ceci devient rapidement l'état normal des choses. Dans ce cas, je demande plus avant de pouvoir me dire « très heureux », par rapport à ce que j'aurais exigé si l'année n'avait offert que la misère et le chagrin. A mesure que la vie s'améliore, nous sommes peut-être plus heureux, mais nous nous attendons à plus avant d'appeler cette expérience le bonheur ? Dans ce cas, il faudrait au moins prendre en considération les objectifs pour les quels nous faisons des efforts, nos préférences révélées (le fait de travailler dur pour un revenu plus élevé, par exemple) plutôt que ce que nous affirmons dans les sondages, et non l'inverse, comme le disent les paternalistes du bonheur.

Voici trois hypothèses alternatives pour expliquer pourquoi le bonheur n'a pas augmenté davantage :

- 1) Les rendements décroissants. C'est l'explication la plus évidente, et souvent avancée par les chercheurs : le premier million d'euros nous est plus important que le 15^e million. Un des meilleurs aspects de la prospérité est qu'il nous laisse moins obsédés par l'argent et plus intéressés par les aspects non matériels. On peut imaginer qu'une personne serait prête à vendre sa mère pour le premier million, mais rares sont ceux qui le feraient pour le 15^e million. Les milliardaires tels que Bill Gates et Warren Buffet semblent tirer plus de plaisir de la charité que de gagner de l'argent.¹²
- 2) Des râleurs chroniques. Il se peut aussi que l'effet d'adaptation ne se limite pas à la prospérité et aux revenus. L'humanité est une espèce qui résoud des

¹¹ Un problème posé par la méthodologie est que les jeunes sont plus « heureux », alors que les personnes âgées sont plus « satisfaites ».

¹² Comme dit l'auteur de Dilbert, Scott Adams, en discutant avec ceux qui pensent que la guerre est le fait des capitalistes: "Ma théorie est que seuls les gens qui n'ont jamais été riches pensent que les riches sont prêts à tuer les gens en masse pour devenir plus riches. Personnellement, j'ai été pauvre et riche. Et je peux vous dire que cela vous change. Je suis beaucoup moins sanguinaire maintenant." "Motivated by money", <http://dilbertblog.typepad.com/the_dilbert_blog/2006/04/motivated_by_mo.html>.

problèmes, parce que nos ancêtres qui l'ont fait ont survécu. Lorsqu'on résout un vieux problème, on ne s'arrête pas pour se réjouir de cette réussite. Le charme de la nouveauté disparaît rapidement, et nous commençons à chercher une solution aux nouveaux problèmes. Le fait d'avoir vaincu la polio et la tuberculose ne nous empêche pas de dormir, mais la grippe aviaire si. Ceci est une bonne chose, car cela nous pousse à améliorer notre niveau de vie et le monde, mais cela signifie aussi que nous sommes constamment préoccupés par des problèmes, et percevons le monde comme étant pire qu'il ne l'est. Dans le pire des cas, nous devenons des râleurs chroniques. Au lieu de nous réjouir que l'espérance de vie augmente, les coûts des retraits nous inquiètent, en somme.¹³

- 3) Les améliorations sont limitées. Une comparaison entre les jumeaux identiques et fraternels par David Lykken (Université du Minnesota) a conclu qu'environ la moitié de la satisfaction générale d'un individu est génétique. Lykken n'attribue que 8 pour cent à des circonstances telles que le revenu, le statut matrimonial, l'éducation et la religion, et le reste aux « traits poignants de l'injuste fortune ».¹⁴ Si tel est effectivement le cas (et il existe des estimations à la fois supérieures et inférieures), un revenu plus élevé pourrait grandement accroître le bonheur que nous tirons de facteurs circonstanciels, alors qu'ils ne sont presque pas visibles dans notre niveau de satisfaction générale.

3 – Pourquoi la croissance est plus bénéfique qu'elle n'en a l'air

Retournons au point de départ : la croissance économique est-elle sans importance pour notre bien-être ? Si oui, pourquoi les individus émigrent-ils de pays pauvres massivement vers les pays plus prospères, où ils seront parmi les plus pauvres, tout en étant beaucoup plus riches que dans leur pays d'origine ? Faudrait-il peut-être inverser le flux pour que les gens soient plus heureux ?

Regardons les événements récents suivants, et rappelons que le bien-être subjectif change rarement rapidement : en 1990, les Etats-Unis étaient au milieu d'une récession, et dix ans plus tard dans un boom. Au cours de cette décennie, le bonheur américain a augmenté de 10 pour cent. De 1999 à 2002, l'Argentine est passée d'une croissance élevée à une crise profonde. Le niveau de bonheur a baissé de 16 pour cent. L'Europe centrale et orientale a enregistré une réduction rapide du bonheur au début des années 1990, lorsque la production s'est effondrée. Avec le retour de la croissance, le niveau de bonheur a rapidement augmenté.¹⁵

¹³ Cf. mon exposé John Bonython "The wealth of generations", CIS Occasional Paper 98, 2005.

¹⁴ Claudia Wallis, "The new science of happiness", *Time*, January 2005.

¹⁵ Et il a augmenté le plus dans les endroits où la réforme était profonde et la croissance économique forte, tels que l'Estonie et la Slovaquie. Cf. Peter Sanfey & Utku Teksoz, "Does

Ces épisodes ne traitent pas du changement de positions relatives dans l'économie – la plupart des gens se sont soit enrichis, soit appauvris. Si la théorie de l'utilité relative tient (nous nous comparons aux autres seulement), le niveau de bonheur ne changerait pas beaucoup. Or ce n'est pas ce qui se passe, au contraire. La conjoncture est un des facteurs les plus déterminants pour l'état d'esprit des gens. Lorsque l'économie va bien, nous sommes heureux ; quand elle va mal, nous sommes malheureux.

Des études américaines démontrent que les gens ne semblent pas tirer un plus grand bonheur de leur revenu lorsqu'ils sont originaires de catégories plus pauvres (ce qui serait le cas si leur joie provenait de la comparaison). Un revenu donné engendre le même niveau de bonheur, que la personne habite un endroit pauvre ou aisé.¹⁶

Ceci démontre que nous nous comparons aux autres, mais aussi avec notre propre passé et avenir. Si nous faisons des progrès rapides, nous sommes heureux que la vie soit meilleure qu'hier, et si nous vivons dans une société prospère, nous croyons dans l'avenir, ce qui augmente notre bonheur. Or ce phénomène est difficile à capturer pour les chercheurs. Voici pourquoi.

Imaginez un instant que vous êtes heureux, parce que vous allez assister à de nombreux dîners et fêtes dans les mois prochains. Une fois qu'ils sont finis, un chercheur pourrait vous interroger et décider que vous n'êtes pas plus heureux qu'avant – et en conclure que vous devriez renoncer à faire la fête, puisqu'apparemment cela n'accroît pas votre bonheur.

Ce serait une conclusion bizarre. Car après tout, auriez-vous été aussi heureux s'il n'y avait pas eu ces dîners et fêtes ? Probablement pas. Dans ce cas, le même raisonnement pourrait-il s'appliquer à la prospérité ?

Brian Knutson, professeur de psychologie et de neuroscience à Stanford, utilise l'IRM pour suivre l'activité cérébrale, et il conclut que :

« Lorsque les gens pensent au bonheur, ils pensent au bien-être, mais une grande part du bonheur consiste à se réjouir d'événements futurs. »¹⁷

Le fait que la hausse des revenus n'augmente pas beaucoup le bonheur ne signifie pas qu'elle est inutile. Il est possible que ce soit la croissance économique potentielle

transition make you happy?" London: European Bank for Reconstruction and Development, Working paper nr 91, April 2005.

¹⁶ Ed Diener, Ed Sandvik, Larry Seidlitz, and Marissa Diener, "The relationship between income and subjective well-being: Relative or absolute?," *Social Indicators Research*, vol 28, 1993.

¹⁷ Michael D Lemonick, "The biology of joy", *Time*, 17 January 2005.

qui nous permette de croire dans l'avenir et de continuer à bénéficier d'un niveau élevé de bonheur. Les critiques qui pensent que la stabilité du bonheur indique que la croissance zéro (ou l'équivalent) est préférable, oublient que la perte de revenus sape le bonheur. De même, nous avons tendance à attacher plus de valeur aux pertes qu'aux profits.

Les sondages nous enseignent que l'espoir est fortement corrélé avec le bonheur. Pour rencontrer un Européen heureux, il faut préférer celui qui pense que sa situation dans cinq ans sera meilleure qu'aujourd'hui. Pour voir un Australien heureux, choisir quelqu'un qui pense qu'il sera en mesure d'améliorer son niveau de vie. Le même principe s'applique lorsqu'on compare les Américains aux Européens. Selon un sondage Harris, 65 pour cent des Américains – contre 44 pour cent seulement dans l'Union européenne – pensent que leur situation sera meilleure dans cinq ans. De même, 58 pour cent des Américains sont très satisfaits de leur vie, contre 31 pour cent seulement des Européens.¹⁸

Voilà une raison pour être optimiste quant au bonheur dans notre vie personnelle. Dans une société dynamique et de bonne santé, la plupart des gens peuvent s'attendre à un avenir meilleur – plus de connaissances, de meilleures technologies et des revenus plus élevés. Il y a de quoi s'en réjouir, dès aujourd'hui.

L'Irlande fournit exemple récent. Ce pays faisait état de niveaux de satisfaction générale dans l'Eurobaromètre en baisse entre le début des années 1970 et la fin des années 1980. L'Irlande ne s'est pas appauvrie pendant cette période, mais la croissance était faible et le chômage élevé. Le manque d'opportunités pour les jeunes a nourri l'émigration. Pendant la période de stagnation 1975-1988, le niveau de bonheur a décliné de 16 pour cent. Dans les années 1990, la situation s'est retournée. Les libéralisations rapides, l'investissement étranger et les nouvelles technologies ont doublé le PIB par tête irlandais en dix ans. Il est devenu facile de monter son entreprise ou de trouver un emploi. Le chômage a baissé de 15 à 5 pour cent, et des émigrés sont revenus. En même temps, le niveau de bonheur subjectif a augmenté de 13 pour cent.

Le même type de processus pourrait aider à expliquer pourquoi le bonheur était élevé dans le monde occidental après la Seconde guerre mondiale, lorsqu'il était proche de la situation irlandaise. La croissance économique rapide aidant, les parents pensaient que leurs enfants seraient mieux lotis qu'eux. Que la croissance depuis n'ait pas beaucoup contribué au niveau de bonheur ne veut pas dire qu'elle est inutile – il se peut que le fait que la croissance ait persisté nous permette de croire encore dans l'avenir, et d'avoir de tels niveaux de bonheur.

¹⁸ Eurobarometer, Report number 53, Brussels: European Commission, Oct 2000, chap 1; Rachel Gibson et al, *The Australian Survey of Social Attitudes*, (Canberra: The Australian National University, 2003), "Americans remain more optimistic and satisfied with life than Europeans". The Harris Poll #55, July 20, 2005, <www.harrisinteractive.com/harris_poll/index.asp?PID=585>.

Pour des raisons pédagogiques, on pourrait le comparer aux gains statiques du libre-échange. Lorsqu'un pays s'ouvre à la spécialisation du travail, il bénéficie d'une augmentation exceptionnelle de ses richesses, puisqu'il produit désormais davantage dans les secteurs de sa spécialisation. On pourrait objecter qu'il n'y a pas de différence en termes de croissance d'une année sur l'autre après l'ouverture, mais en réalité le niveau plus élevé n'est possible que grâce au libre-échange.

Nous voyons le contraire de l'expérience européenne dans les pays les plus pauvres et les plus mal gouvernés, où les sociétés dans leur ensemble sont plongées dans le désespoir. Pour un individu moyen, il y a peu d'opportunités, peu de conviction qu'il est dans son pouvoir de changer sa situation, pas d'espoir d'un avenir meilleur. L'espoir renaît lorsque les pays pauvres commencent à vivre la croissance, lorsque les marchés s'ouvrent et les revenus commencent à augmenter. C'est pourquoi un pays qui va de la situation du Pérou à celle du Chili vit un envol du bien-être. Si la croissance continue, le bonheur se situera au niveau plus élevé.

Nous savons également qu'un système où les individus n'étaient pas libres d'améliorer leur situation, et restaient dépendants de l'Etat – le communisme – fut désastreux pour le bien-être.

On a dit bien des choses sur le fait que les pays ex-communistes ont fait état d'un niveau de bonheur plus faible au lendemain de la chute du Mur de Berlin – ceci n'est pas étonnant, puisque l'instabilité d'un pays nuit au bonheur de ses habitants.¹⁹

En revanche, on s'est moins intéressé au fait que ces pays étaient bien plus misérables que d'autres avant la chute du communisme. Le World Values Project de Ronald Inglehart a effectué deux études de pays communistes au début des années 1980, à savoir la Hongrie et une région représentative de l'URSS, le Tambov Oblast. L'absence de liberté et de croissance de ces pays n'était en rien compensée par des niveaux plus élevés de bien-être avéré. Au contraire, leurs habitants étaient moins heureux, voire plus misérables que d'autres pays ayant un niveau de revenus équivalent, ou même plus pauvres. Apparemment, ceci représente un schéma plus général :

« La quasi-totalité des pays ayant vécu un régime communiste font montre de niveaux assez faibles de bien-être subjectif, même par rapport à des sociétés ayant un niveau de développement économique encore plus faible, tels que l'Inde, le Bangladesh ou le Nigéria. Les pays qui ont subi un régime communiste pendant une période relativement longue font état de niveaux plus faibles

¹⁹ Le niveau le plus bas jamais enregistré – 1.6 sur 10 – provient de la République dominicaine après la chute de la dictature brutale de Trujillo (cf. le roman de Mario Vargas Llosa).

que les pays dans le même cas depuis la Seconde guerre mondiale. »²⁰

En vérité, les endroits les plus heureux et satisfaits de la planète sont les plus dynamiques, individualisés et prospères : l'Amérique du Nord, l'Europe du Nord et l'Asie australe. Veenhoven en conclut que « plus une société est individualisée, plus les citoyens sont heureux », et « probablement, nous vivons désormais plus longtemps, en meilleure santé et plus heureux que jamais auparavant ».

Le World Values Survey conclut que les sociétés avancées sont les plus heureuses : « au moins les trois quarts de la population se disent soit 'très heureux' ou 'plutôt heureux' ». Après avoir effectué une comparaison de 178 pays en matière de bien-être subjectif, Adrian White, psychologue social analytique de l'Université de Leicester, souligne que :

« Les frustrations de la vie moderne et les angoisses de l'époque semblent bien moins importantes par rapport aux besoins en matière de santé, de finances et d'éducation dans d'autres parties du monde. La préoccupation actuelle concernant les niveaux de bonheur en Royaume-Uni pourrait bien s'avérer un cas de 'maladie de bien-être'. »²¹

4 – L'échec des préjugés anti-marché

S'il est vrai que nous sommes débordés par l'embaras du choix, que nous travaillons et voyageons sans cesse et essayons de trouver le temps de tout faire, comment se fait-il que nous soyons malgré tout heureux ?

Il se peut tout simplement que cet état des choses a de quoi nous plaire.

De nombreux arguments comme quoi le travail à outrance et la mobilité nuisent au bien-être sont fondés sur une corrélation indirecte. Un exemple : Layard affirme que le travail mine la vie de famille, et que le fait de déménager dans un nouveau quartier diminue le sentiment de confiance et augmente la criminalité. Et puisque nous savons que l'éclatement familial, l'absence de confiance et la criminalité nuisent

²⁰ Ronald Inglehart & Hans-Dieter Klingemann, "Genes, culture, democracy, and happiness", in E Diener & M Suh (Eds.): *Culture and subjective well-being* (Cambridge: MIT Press, 2000), p 171. La Chine semble être une exception, selon les auteurs.

²¹ Ruut Veenhoven, "Quality of life in individualistic society : A comparison of 43 nations in the early 1990's", in M J deJong & A C Zijderveld (eds) *The gift of society* (Enzo Press, Nijkerk, 1997), <<http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/work-chronological.htm>>, p 9, and "Is life getting better?", *European Psychologist*, vol 10, 2005, p15. Ronald Inglehart & Hans-Dieter Klingemann, "Genes, culture, democracy, and happiness", in E Diener & M Suh (Eds.): *Culture and subjective well-being* (Cambridge: MIT Press, 2000), p 170. "The world map of happiness", <<http://www.le.ac.uk/pc/aw57/world/sample.html>>.

au bien-être, il convient d'éviter tout cela. Or la conclusion n'est pas valable, puisque d'autres avantages résultent du fait de choisir ses horaires de travail et son lieu de résidence, et qui sont susceptibles de compenser ces risques.²² A moins que Layard et d'autres ne trouvent un lien direct entre le travail et la mobilité d'une part, et le mal-être d'autre part, cet argument est bidon. Cela revient à dire qu'il ne faut pas se soumettre à une intervention chirurgicale parce qu'elle peut être douloureuse.

Un tel lien direct n'a pas été identifié. En réalité, les sociétés les plus dynamiques sont aussi en moyenne les plus heureuses. De plus, les sondages de l'OCDE démontrent que des marchés du travail plus flexibles favorisent un sentiment de sécurité, puisque les travailleurs sont susceptibles de retrouver rapidement un emploi s'ils sont licenciés. Ils se sentent plus en sécurité dans les pays où le marché du travail est plus libéral et les contrats sont de durée moins longue, tels que les Etats-Unis ou le Danemark. Ils le sont moins en Suède ou en Italie, et moins encore dans les pays dont la législation est la plus rigide : la France, l'Espagne ou le Portugal. Il est donc erroné de croire que flexibilité égale insécurité. Une fois de plus, les attentes raisonnables importent plus que la stabilité en tant que telle.²³

Bien entendu, tout le monde ne cherche pas à avoir un style de vie stressant, mais c'est là un argument supplémentaire pourquoi une société libérale favorise le bien-être, parce qu'elle offre la liberté de choisir l'identité et le style de vie qui conviennent à chacun. Et si nous nous habituons à évaluer des options et à choisir, nous serons d'autant mieux à même de choisir les modes de vie, de travail et de socialisation qui nous intéressent. A l'inverse, dans les sociétés traditionnelles, l'individu doit s'adapter à des rôles et des demandes préconçus. La liberté signifie en revanche le droit de dire non. Si vous pensez que votre bonheur ne réside pas dans un travail ardu et une grande mobilité, il suffit de choisir autre chose. Une étude a démontré qu'au cours des cinq dernières années, 48 pour cent des Américains avaient réduit leur semaine de travail, renoncé à la promotion, révisé à la baisse leurs attentes matérielles ou déménagé vers des endroits plus tranquilles.²⁴ Fast food ou entrée, plat, dessert ? No logo, ou produits de marque ? Dans une société libérale, vous avez le choix.

Les théoriciens nous font parfois croire que de telles décisions sont impossibles lorsque le choix est grand. Comment en effet faire un choix rationnel entre 340 marques différentes de céréales sans y passer la journée ou s'épuiser ? Réponse : ce n'est pas ce qui passe. Cela revient à une mauvaise compréhension de notre manière

²² Jan Arild Snoen in 'Lykkeligere som sosialdemokrater?', Civita le 13 juin 2005, <<http://www.civita.no/civ.php?mod=content&id=1>>.

²³ OECD: Employment Outlook 2004 (Paris: OECD, 2004), chap 2.

²⁴ Robert Fogel, *The escape from hunger and premature death, 1700-2100* (New York: Cambridge University Press, 2004), p 72. Angus Maddison, *The World Economy: A millennial perspective* (Paris: OECD 2001) p 347. Theodore Caplow, Louise Hicks & Ben J Wattenberg, *The First Measured Century: An Illustrated Guide to Trends in America 1900-2000* (Washington, DC: AEI Press 2001), p 88f.

de prendre des décisions. Au niveau conscient et inconscient, nous mettons au point des stratégies pour simplifier nos choix. Lorsque j'achète des céréales, je ne passe pas en revue les 340 options : je choisis ma marque habituelle. De même, je ne fais pas chaque matin un itinéraire pour me rendre au travail : je prends mon trajet habituel. Il n'y a rien d'irrationnel à économiser ainsi son énergie mentale. Ce serait au contraire irrationnel de passer des semaines à analyser l'ensemble des variétés et alternatives. Tant que je suis content de mon choix normal, il est probable que je m'y tiens. Ce n'est que lorsque je suis mécontent pour une raison ou une autre que je commence à chercher des alternatives en vue de trouver une nouvelle solution préférée.

Cela ne signifie pas que la liberté de choix est sans importance, bien au contraire. La liberté de choisir est justement ce qui oblige chaque option à rester aussi bonne et attrayante que possible pour que je n'aie pas à craindre la déception. Voire, j'utilise cette liberté largement lorsqu'il s'agit de choix qui m'intéressent particulièrement. Untel est peut-être amateur de bière, et sera content de déguster toutes les options exotiques d'un pub, tout en étant satisfait de n'importe quelle chemise, tant qu'elle ne gratte pas. Un autre individu sera content d'une bière à peu près buvable, mais va passer des heures à essayer des chemises différentes.²⁵

Et pour ceux qui ne savent pas trop choisir, l'industrie de consommation a mis au point une excellente méthode qui a fait ses preuves : il suffit de demander conseil au vendeur.

5 – Quelques notes sur la nature humaine

Est-il possible que nous soyons heureux non pas malgré des choix incessants et un niveau élevé d'individualisme, mais grâce à eux. Peut-être notre cerveau de « l'âge de pierre » est-il en réalité très bien adapté à ce mode de vie.

De grands sociologues tels que Marx et Weber ont déploré le déclin de la communauté dans la société moderne, mais ils l'ont comparé aux traditions des sociétés horticoles et agricoles ayant des hiérarchies et des structures sociales rigides. C'est ce que nous avons vécu pendant environ 10,000 ans ; mais ce n'est ni notre origine, ni le lieu où notre nature s'est formée. En revanche, c'est là où bon nombre de nos systèmes moraux et religieux se sont développés : ainsi, utiliser leur rejet de la société moderne comme argument ne semble pas pertinent.

Il semblerait que l'être humain ne soit pas collectiviste par nature. En réalité, l'ancêtre commun de l'homo sapiens et des singes ne semble pas avoir vécu en

²⁵ Virginia Postrel, "Consumer vertigo", *Reason*, June 2005, et *The substance of style: how the rise of aesthetic value is remaking commerce, culture and consciousness* (New York: HarperCollins, 2003).

groupe de manière continue : les rapports étaient flottants et adaptés aux circonstances, et les rejets mâles et femelles quittaient leurs communautés à la puberté pour éviter l'endogamie. Pendant des centaines de millénaires, les humains évoluaient grâce à la chasse et la cueillette. Leurs habitats ne permettaient pas la survie de grands groupes stables. Les sociétés étaient probablement petites, flexibles et flottants, adaptés à une écologie ouverte. En cas de conflit, les groupes éclataient, comme en cas de périodes difficiles, pour accroître la chance de survie d'au moins une partie de la population.

Les sociologues Alexandra Maryanski et Jonathan H. Turner sont de ceux qui pensent que ceci fait partie de notre nature :

« ... en tant qu'homonides ayant un grand cerveau, nous sommes par nature un peu individualistes, avec une tendance à la mobilité spatiale et résistant aux hiérarchies ... Le fait que les acteurs modernes de la chasse et de la cueillette restent individualistes et mobiles rend plus crédible l'hypothèse que les espèces homonides ont gardé l'héritage des singes fondé sur l'autosuffisance, l'autonomie et l'individualisme ».²⁶

Les communautés et les structures sociales stables – telle que la famille et les royaumes – sont des constructions plus récentes pour gérer les besoins de communautés agricoles établies ayant une population plus nombreuse, une coopération à grande échelle, des investissements de long terme et une défense contre le désordre interne et les ennemis extérieurs. Ils ont servi des desseins importants,²⁷ mais en même temps ils ont introduit une tension entre les individualistes biologiques et leurs structures socio-culturelles.

Lorsque l'humanité eut besoin de groupes plus forts, il est probable que le développement des fonctions cérébrales et le langage permettant l'émergence d'organisations sociales flexibles ait rendu inutile une reprogrammation génétique dans une direction communale et hiérarchique. L'évolution culturelle s'est avérée bien plus importante que l'évolution génétique au cours de cette période courte.

Cette nature humaine pourrait expliquer pourquoi la société moderne et individualiste semble nous plaire, malgré tout ce qu'on raconte sur l'aliénation et la solitude. Une partie de notre nature de chasseur-cueilleur doit s'y sentir très à l'aise. Cela explique aussi pourquoi les humains partout fuient l'agriculture de subsistance et l'oppression politique à la première occasion. Certes, l'homme cherche l'appartenance à un groupe ou une communauté. Or il veut aussi choisir lui-même son groupe, pouvoir y échapper et bouger librement. Il existe toujours une tension

²⁶ Alexandra Maryanski & Jonathan H Turner, *The social cage : Human nature and the evolution of society* (Stanford University Press, 1992), p 165.

²⁷ Steven Pinker's *The Blank Slate : The Modern Denial of Human Nature* (London: Penguin, 2003).

entre notre nature et notre culture : une société plus libre permet de soulager en partie cette tension.

Les premiers homo sapiens étaient des innovateurs. Ils n'avaient de cesse de développer des outils nouveaux et d'élargir leur habitat, de mettre au point une division du travail au sein des tribus et un commerce sur de longues distances. Les Neanderthal, avec qui ils étaient en concurrence, n'ont rien fait en la matière. Ils habitaient des cavernes et ne connaissaient point la division du travail. Tout au plus, ils exploitaient des ressources naturelles, ramassées à 50 kilomètres de leur lieu d'habitation (contre 300 km pour les homo sapiens). Les Neanderthal étaient plus grands, plus forts et probablement meilleurs chasseurs. Or ils n'ont pas survécu. Les humains si, parce qu'ils étaient innovants et aventureux, constamment à la recherche de solutions meilleures.²⁸

Regardons une journée typique de nos ancêtres. Les tribus s'entremêlaient sans cesse afin d'éviter l'endogamie. Les cueilleurs parcouraient de grandes distances pour ramener peut-être une centaine de plantes comestibles, de fraîches carcasses et quelques dizaines de petits animaux et insectes, tout en s'occupant des enfants. C'était un monde où les gens traitaient sans cesse de nouvelles informations pour prendre des décisions dans un environnement complexe et en évolution constante.

On pourrait penser que cela ressemble à une soirée en ville ou à une journée au travail, ce qui n'est pas faux. Retournons au shopping. De nombreux magasins ont aboli la pratique de coupons de réduction pour favoriser le « discount » permanent : le résultat fut des ventes en baisse. La plupart des acheteurs cherchent l'excitation. C'est pour cette raison qu'Amazon et d'autres entreprises ont recours à des offres exceptionnelles et ciblées, afin de nous offrir un sens de découverte et d'opportunités à saisir.²⁹ Il semblerait que le fait de chasser et de cueillir des livres nous plaise. Apparemment, l'évolution nous a laissé une nature qui apprécie l'exercice intellectuel, tout comme notre corps bénéficie de l'effort physique. En vérité, les niveaux les plus élevés de bonheur sont enregistrés par ceux qui ont une vie active, travaillent beaucoup en ayant plein d'options et un degré important de liberté.

Le psychologue d'origine hongroise, Mihaly Csikszentmihalyi, a capturé ce fait lorsqu'il observe que les gens interrogés à différents moments de la journée ont rapporté un niveau de bonheur plus élevé au travail que pour le temps de loisir consacré à leur famille. Il s'avère ainsi que les gens ont davantage de satisfaction dans leur activité créatrice en mettant leurs compétences en œuvre, lorsqu'ils sont absorbés par une activité à la fois difficile et faisable. Si l'on me demande d'écrire un essai sur un sujet complexe que je ne maîtrise pas, cela me donne des inquiétudes,

²⁸ Lasse Berg, *Gryning över Kalahari* (Ordfront, 2005), pp 186-191. Richard D Horan, Erwin Bulte & Jason F Shogren, "How trade saved humanity from biological exclusion : an economic theory of Neanderthal extinction". *Journal of Economic Behavior & Organization*, vol 58, September 2005.

²⁹ Thomas Hine, *I want that! How we all became shoppers* (New York: HarperCollins, 2003).

voire des angoisses. A l'inverse, si le sujet est trop simple, il m'ennuie. Or si je parviens à trouver le bon équilibre – un sujet compliqué que je comprends – je ressens la sensation que Csikszentmihalyi appelle « flux ».³⁰

Le monde du travail offre de nombreuses opportunités à cet égard, car il nous propose une structure de défis, d'incitations et de feedback qui nous permet de nous sentir maîtres de la situation, et que nos actes ont un objectif. On peut comparer cet état au temps de loisir qui souvent se déroule devant la télévision. La passivité, ou un travail extrêmement monotone est non seulement ennuyeux, mais constitue un risque pour la santé. C'est ainsi que les humains s'efforcent de rendre leur loisir plus « compliqué », par exemple en lisant des ouvrages difficiles, en faisant des jeux ou en cuisinant de nouveaux mets étranges ou exotiques. Il suffit de regarder jouer les enfants qui inventent de nouvelles règles : cela augmente le plaisir du jeu. C'est pourquoi nous nous efforçons d'en apprendre davantage sur des sujets complexes, ou de rendre des tâches simples plus exigeantes, par exemple en essayant de les chronométrer.

Le chômage de longue durée s'avère avoir un effet très sérieux sur notre bien-être subjectif, bien davantage que le manque à gagner correspondant, ce qui suggère qu'une perte d'amour propre et un sens de maîtrise est en jeu. La présence d'allocations sociales ne permet pas de compenser l'effet psychologique du chômage d'un individu. (Ainsi, la recherche sur le bonheur semble indiquer qu'il faut tout faire pour un retour à l'emploi, même mal rémunéré, plutôt que prolonger la période de chômage.)³¹

Notre besoin de « flux » pourrait aussi expliquer notre désir pour les jeux informatiques. Comme l'a souligné le critique culturel Steve Johnson, leur succès fantastique démontre que notre cerveau exige des problèmes et des défis, et il reçoit des récompenses neurologiques lorsque nous avons l'impression de maîtriser et de naviguer un environnement nouveau, et nous le ferons même lorsque celui-ci est entièrement fictif.³² Les données démontrent également que, plus nous sommes proches de contrôler l'appareil politique – par l'intermédiaire de l'autonomie locale et la démocratie directe – plus le bien-être subjectif augmente. La Suisse décentralisée compte parmi les pays les plus heureux au monde, et les cantons suisses ayant la démocratie la plus directe sont les plus heureux.³³

³⁰ Mihaly Csikszentmihalyi (prononcer *cheek-sent-me-high*), *Flow: The psychology of optimal experience* (New York: Harper Perennial, 1991). Daniel Kahneman & Alan B Krueger: "Developments in the measurement of subjective well-being", *Journal of Economic Perspectives*, vol 20, 2006, p 6.

³¹ Bruno S Frey & Alois Stutzer, "What can economists learn from happiness research?", *Journal of Economic Literature*, vol XL, June 2002, chap 4. Piet Ouweneel, "Social security and well-being of the unemployed in 42 nations", *Journal of Happiness Studies*, vol 3, 1997.

³² Steven Johnson, *Everything bad is good for you* (London: Penguin, 2005).

³³ Bruno S Frey & Alois Stutzer, "What can economists learn from happiness research?", *Journal of Economic Literature*, vol XL, June 2002.

Il semble que le sentiment réuni de compétence et d'efficacité nous permette d'accéder au bonheur – un sentiment de pouvoir contrôler des situations complexes. Ceci ne doit pas surprendre, étant donné qu'il est difficile d'imaginer un autre trait de caractère supérieur qui nous ait permis de survivre et de nous multiplier ainsi. De surcroît, cela sauve l'observation des chercheurs selon laquelle l'argent n'est pas tout dans la vie ; ce qui est vrai. Les études démontrent clairement que les entrepreneurs sont plus heureux que les autres, quels que soient leurs revenus. Ce n'est pas l'argent qui leur procure du bonheur ; mais la liberté, les défis et le sens de maîtrise. Ceci pourrait aussi expliquer pourquoi la focalisation sur les récompenses visibles, telles que l'argent et le statut plutôt que la performance personnelle, semble préjudiciable au bien-être.³⁴

Une énigme classique de la littérature sur le bonheur est que les gagnants du Loto ne sont pas beaucoup plus heureux que le reste de la population. Il est vrai aussi que nous avons tendance à surestimer nos réactions à de bonnes ou de mauvaises nouvelles pour notre vie personnelle, car ce qui importe plus est la manière dont nous pensons et vivons notre vie quotidienne. Souvent, les sentiments négatifs résultant de la peur de malheurs futurs (par exemple un diagnostic de santé) sont plus forts que ce que nous ressentons une fois que nous avons reçu la mauvaise nouvelle, et que nous commençons à nous adapter au mieux à la nouvelle situation. Nos actions sont plus importantes que nos réactions.³⁵

Il n'y a pas que l'argent qui fait que les mieux payés sont plus heureux que les mal payés. Leur style de vie est un facteur plus important : être actif, créatif et avoir la sensation de maîtriser son destin. Nous produisons le bonheur, plutôt que de le recevoir. Un point donc pour Aristote qui a expliqué que le bonheur n'est pas une destination, mais une manière de voyager. Ce qui donne quelques implications politiques intéressantes.

6 – L'argent public ne fait pas le bonheur

De nombreux chercheurs pensent qu'une expansion de l'Etat-providence, davantage d'allocations sociales et des congés plus longs pourraient accroître le bonheur. C'est étrange. Car s'ils considèrent que la croissance n'est pas source de bonheur en niant qu'il a augmenté depuis les années 1950, ils nient en même temps que le bonheur s'est accru pendant la période qui a vu la construction de l'Etat-providence dans les pays occidentaux.

³⁴ En ce qui concerne les entrepreneurs, cf. Matthias Benz & Bruno S Frey, "Being independent raises happiness at work", *Swedish Economic Policy Review*, vol 11, 2004.

³⁵ Philip Brickman, Dan Coates & R Janoff-Bulman, "Lottery winners and accident victims : Is happiness relative?", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol 36, 1978

Le chercheur néerlandais Ruut Veenhoven s'est penché sur la question. Pour commencer, il a cherché une corrélation entre les politiques sociales et le bonheur, dont il était convaincu de l'existence :

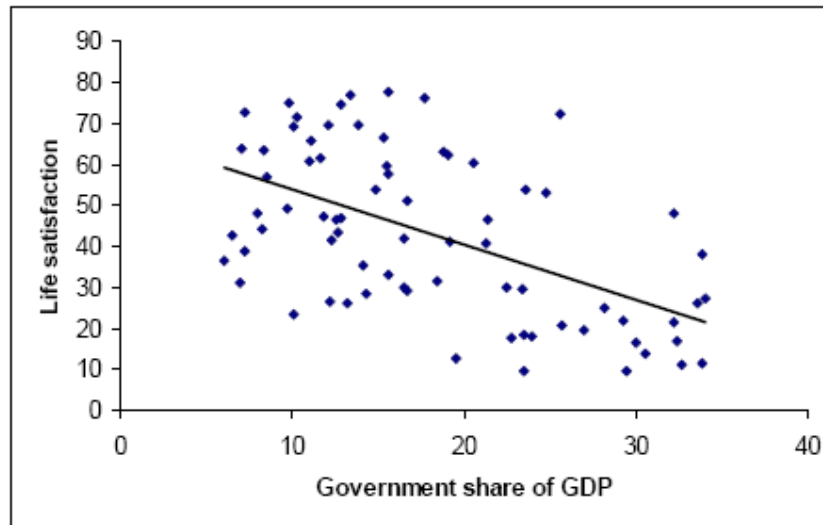
« La première étude de cette série fut à l'origine menée pour estimer le surplus de bien-être que l'Etat-providence engendre. Mon ambition était de contrecarrer les économistes qui à l'époque avaient convaincu l'opinion publique que la politique sociale avait un effet négatif sur la croissance économique. Mon espoir était de lui opposer un gain en termes de bien-être psychologique. Or le résultat n'était pas celui que j'attendais. Il s'est avéré qu'il n'y avait pas de bien-être supplémentaire. J'ai résisté à la tentation d'ignorer ce résultat. »³⁶

Les résultats de Veenhoven démontrent aussi que la redistribution n'a même pas réussi à créer une répartition plus égale de bonheur ; le fait d'accroître ou de réduire les dépenses publiques n'avait pas non plus d'impact. Une étude récente de l'Institut fédéral suisse de technologie (Zurich) est arrivée à une conclusion similaire après avoir examiné les données du World Values Survey pour 74 pays. Le résultat : d'une manière statistiquement signifiante, « la satisfaction générale décroît à mesure que les dépenses publiques augmentent ».³⁷

³⁶ Ruut Veenhoven, 'Wellbeing in the welfare state', *Journal for Comparative Policy Analysis*, vol 2, 2000, <<http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/work-chronological.htm>>, p 3. Veenhoven finds it odd that these results have not been followed up by other researchers, and suggests this explanation, which should be kept in mind when looking at this field: "The majority of the experts in this area earn their living conducting research in the service of the welfare state. They are unlikely to be enthusiastic", p 21. See also Ruut Veenhoven & Piet Ouweneel, "Livability of the welfare state : Appreciation-of-life and length-of-life in nations varying in state-welfare-effort". *Social Indicators Research*, vol 36, 1995.

³⁷Christian Bjørnskov, Axel Dreher & Justina A V Fischer, "The bigger the better? Evidence of the effect of government size on life satisfaction around the world", Economics Working Paper Series, Technical University of Zurich, 2005.

"Livability of the welfare state : Appreciation-of-life and length-of-life in nations varying in state-welfare-effort". *Social Indicators Research*, vol 36, 1995.



Source : Bjørnskov, Dreher & Fischer, "The bigger the better?", 2005.

Une raison pourquoi l'opinion publique affirme le contraire est le bonheur subjectif élevé systématiquement relevé dans les pays nordiques. D'aucuns supposent que la raison en est l'Etat-providence. En réalité, la tendance à faire confiance aux autres dans ces pays semble mieux à même d'expliquer ce niveau de satisfaction. Lorsqu'on compare la Suède, la Norvège et le Danemark à d'autres petits pays européens tels que la Suisse, l'Iceland et l'Irlande (où le niveau des dépenses sociales est moins que la moitié), le niveau de bonheur des premiers n'est pas plus élevé.

Ces résultats ont de quoi surprendre, puisque de nombreux vulgarisateurs supposent que l'inégalité sociale exerce un effet négatif sur la société. Or cette interprétation n'est pas supportée par les faits. Une comparaison globale a même démontré que l'égalité salariale a un effet négatif sur le bien-être national, même si cela provient largement du fait que les pays de l'Amérique Latine inégalitaires sont heureux. Une autre étude démontre que l'effet de l'égalité sur le bonheur varie en fonction des attitudes idéologiques. Les Européens ont une vue négative de l'inégalité, à la différence des Américains. Voire, l'effet sur les pauvres aux Etats-Unis semble vaguement positif, probablement à cause de la perception d'une mobilité sociale possible. La seule catégorie aux Etats-Unis pour qui l'inégalité est une chose négative est en réalité les riches ayant des sympathies de gauche !³⁸

L'absence de bonheur dans les Etats-providence pourrait s'expliquer par le fait que l'Etat marginalise les initiatives sociales privées qui auraient pu contribuer à la fois à la sécurité, et à un sentiment d'engagement et de communauté. Il se peut que l'Etat-providence omniprésent ait écarté le rôle de la famille et des organisations de la

³⁸ Christian Bjørnskov, "The happy few : Cross-country evidence on social capital and life satisfaction", *Kyklos*, vol 56, 2003. Alberto Alesina, Rafael Di Tella & Robert MacCulloch, "Inequality and Happiness: Are Europeans and Americans different?", Harvard Institute of Economic Research Paper No 1938, June 2002.

société civile, ce qui mine certaines des plus importantes sources de relations sociales intimes et de direction morale.

De plus, nous pouvons rapprocher ces résultats aux notions de « flux » et de créativité. Quand bien même les Etats redistributifs ont créé un accès plus égal aux ressources et aux services sociaux, il est possible que ces avantages soient sapés par le fait que nous les recevons sans contrepartie. L'Etat-providence fait du bénéficiaire un gagnant au Loto, en somme. Les prestations n'ont pas pour effet de rendre le citoyen plus actif, plus engagé ou davantage maître de sa situation – bien au contraire – et l'adaptation aidant, le bonheur n'en est pas plus élevé avec des ressources supplémentaires.

Si le bonheur provient d'un sentiment de compétence et d'efficacité, alors l'Etat-providence est pire que le Loto. Un Etat minimum est probablement en mesure d'inciter les individus à être actifs et productifs, en garantissant l'état de droit et le bon fonctionnement de l'infrastructure et de l'éducation. Mais si l'Etat-providence commence à faire de la redistribution à grande échelle, à abolir problèmes et risques pour nous garantir un certain niveau de revenu quels que soient nos efforts, il nous prive d'un grand nombre de défis et de responsabilités qui forment une dimension importante de nos vies. La psychologie cognitive démontre systématiquement que le fait de se fixer des objectifs et de savoir que nous sommes capables de surmonter des difficultés sont nécessaires pour l'estime de soi et la satisfaction. Or si l'Etat s'occupe de nous du berceau jusqu'au tombeau, nous ne le ferons pas. Que les actes soient suivis de conséquences, à la fois des récompenses et des punitions, est une bonne chose, car cela nous aide à prendre les bonnes décisions. Mais c'est aussi important parce que cela nous donne un sentiment de contrôle. Il nous montre que nos actes ont un sens et qu'ils font une différence. Sans ce feedback direct, notre sentiment de désespoir et de frustration ne peut que s'accroître.

Une fois de plus, l'analogie avec les jeux d'ordinateur est pertinente. Steven Johnson souligne que leur grand secret est que pour la plupart, ils sont ennuyeux et frustrants, à mesure que le joueur cherche des solutions et se prépare à la prochaine étape : « Si ceci revient à de l'escapisme écervelé, c'est une version étrangement masochiste. Qui voudrait s'enfermer dans un monde qui l'irrite 90 pour cent du temps ? »³⁹ Bien entendu, ce sont les problèmes et les défis que pose le jeu qui en font une activité plus intéressante. Nous apprécions davantage les récompenses qui demandent des efforts.

L'Etat peut tout nous donner, sauf la conviction que nous avons obtenu le résultat par nous-mêmes. Ainsi, l'Etat peut nous donner de l'argent, mais il ne peut pas nous rendre heureux. Thomas Jefferson a eu raison de formuler le droit de poursuivre le bonheur dans la Déclaration américaine de l'Indépendance, et non le droit au bonheur. Car le bonheur est ce que nous avons lorsque nous sommes maîtres de la

³⁹ Steven Johnson, *Everything bad is good for you* (London: Penguin, 2005), p 26.

situation et en assumons la responsabilité. Une manière de voyager, et non une destination.

La recherche nous enseigne que l'optimisme fonctionne.⁴⁰ Ceux qui pensent qu'ils contrôlent leur destin ont plus de succès que d'autres, alors que ceux qui se prennent pour des victimes et rejettent sur d'autres la responsabilité de leurs problèmes ont le plus souvent raison d'être pessimistes. La création d'institutions paternalistes chargées de nous guider vers les objectifs que l'Etat choisit, en redistribuant les ressources du travail et du risque vers la passivité et la dépendance de subventions, revient à nous priver de liberté, du sentiment de contrôle, et donc probablement aussi du bonheur.

Les études de Veenhoven supportent cette thèse : la liberté économique est fortement corrélée à la satisfaction générale, en particulier « pour ceux qui sont en état de pauvreté et de faibles capacités ». Dans les pays pauvres, la liberté économique est beaucoup plus appréciée que la liberté politique et individuelle – un résultat que Veenhoven qualifie de « décevant ». ⁴¹ L'économiste danois Christian Bjørnskov conclut aussi qu'un climat libéral pour l'entreprise et l'ouverture au commerce extérieur sont fortement associés à la satisfaction générale.⁴²

Autrement dit, la leçon de 1819 du libéral français Benjamin Constant tient toujours :

« Les dépositaires de l'autorité (...) sont si disposés à nous épargner toute espèce de peine, exceptée celle d'obéir et de payer! Ils nous diront : 'Quel est au fond le but de tous vos efforts, le motif de vos travaux, l'objet de vos espérances? N'est-ce pas le bonheur? Eh bien, ce bonheur, laissez-nous faire, et nous vous le donnerons.' Non, Messieurs, ne laissons pas faire. Quelque touchant que soit un intérêt si tendre, prions l'autorité de rester dans ses limites. Qu'elle se borne à être juste; nous nous chargerons d'être heureux. »⁴³

⁴⁰ Cf. Barbara Fredrickson, "What good are positive emotions?", *Review of General Psychology*, vol 2, 1998, and Charles Murray's *In pursuit of happiness and good government* (New York: Simon & Schuster, 1988). Ed Diener & Martin E P Seligman, "Beyond money : Towards an economy of well-being", *Psychological Science in the Public Interest*, vol 5, July 2004.

⁴¹ Ruut Veenhoven, "Freedom and happiness : A comparative study in 46 nations in the early 1990's", in E Diener, E. & E M Suh (eds), *Culture and subjective well-being* (Cambridge, MA: MIT press, 2000), <<http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/work-chronological.htm>>, p 14.

⁴² Christian Bjørnskov, "Life satisfaction : Is there a role for policy?", Policy Paper, European Enterprise Institute, October 2005.

⁴³ « De la liberté des anciens », discours prononcé à l'Athénée Royal, Paris, 1819 (http://www.libres.org/francais/fondamentaux/liberte/liberte_constant.htm).

Conclusion

Ainsi, ce qui semblait une conclusion naturelle d'un niveau relativement stable de bonheur en Occident – qu'il faut moins nous soucier de la croissance et de la mobilité économiques – s'avère une menace potentielle pour le bonheur et le bien-être. Le fait que des revenus plus élevés ne nous rendent pas plus heureux ne signifie pas que nous serions plus heureux si nos revenus stagnaient. Je ne serai pas plus heureux après le dîner la semaine prochaine, mais je serais triste s'il était annulé.

Il est également probable qu'une croissance réduite ne résolve pas du tout les problèmes d'envie et de comparaisons sociales, mais ne les aggrave. Nous nous comparons à deux niveaux : avec d'autres, mais aussi avec nous-mêmes – dans le passé et à l'avenir. Si notre propre position devient plus statique, et que nous ne voyons pas les choses s'améliorer au cours de notre vie, il nous faudrait probablement consacrer encore plus de temps à regarder les revenus et les vies de nos voisins et de nos parents, pour nous sentir inférieurs par rapport à eux. Nous avons besoin de contrastes, et si les contrastes plus bienveillants disparaissent, il nous faudra nous débrouiller avec ceux qui le sont moins.

Un monde de croissance inférieure risquerait aussi de créer davantage d'hostilité et de conflits entre les peuples et les groupes. Dans une société de croissance, une personne peut réussir sans faire échouer autrui. Si nous créons moins de richesses, le gain de Pierre sera plus souvent la perte de Paul. Avec une analyse historique détaillée, l'historien Benjamin Friedman (Harvard) a démontré que les périodes de croissance économique solide aux Etats-Unis, en Angleterre, en France et en Allemagne furent aussi des périodes de progrès en matière de tolérance, d'ouverture et d'égalité, puisque la majorité avait le sentiment qu'elle pouvait faire de la place à de nouvelles catégories sans abandonner leurs propres positions. A l'inverse, les périodes de faible croissance s'accompagnent d'intolérance, de discrimination et de xénophobie, puisque les gens ont l'impression que le progrès des uns est la perte des autres.⁴⁴

Il est possible d'arguer qu'il est absurde et indigne de chercher sans cesse la croissance, même si cela ne nous donne aucun avantage réel, mais uniquement une sensation émotionnelle de progrès. Mais si c'est le cas, vous devez dire que les attitudes devraient s'adapter à une société de croissance faible ou zéro. Chacun est libre de défendre cette idée, mais il doit alors logiquement abandonner la thèse que la croissance n'a pas de corrélation avec le bonheur. Et c'est cette hypothèse même qui a conféré tant d'attention et de légitimité à la version politisée de la recherche sur le bonheur.

Une raison de cette attention soutenue est bien sûr qu'il s'agit d'un domaine scientifique nouveau et très intéressant, et l'hypothèse selon laquelle la croissance et le bonheur étaient incompatibles s'est avérée la plus digne d'intérêt. Or une autre

⁴⁴ Benjamin Friedman, *The moral consequences of growth* (New York: Knopf, 2005)

raison y a peut-être contribué. Le politologue américain Charles Murray, un des pionniers en matière de bonheur et de politique publique, se plaint que ce nouveau type de recherche sur le bonheur :

« s'intéresse à ce que j'appellerai une version européenne du bonheur. C'est dire que le but de la vie est de se la couler douce. Le pays qui a plus de vacances est le meilleur. »⁴⁵

Bien entendu, il existe des Américains qui ont tiré de telles conclusions « européennes » aussi, mais il reste vrai que la version « vacances » du bonheur est plus appréciée en Europe, alors que la version « flux » est plus proche du rêve américain : Benjamin Franklin, Horatio Alger, se lever tôt, travailler dur et être entrepreneurial.

On a souligné qu'il existe une manière facile de toujours faire mouche : on tire d'abord, et on appelle ce qu'on a atteint la cible, quelle qu'elle soit. Est-il concevable que les études politisées sur le bonheur sont appréciés par les hommes politiques européens parce qu'il est évident que l'Union européenne n'atteint pas ses objectifs économiques ? Si l'Europe ne parvient pas à concurrencer l'Amérique du Nord et l'Asie, il pourrait être tentant de dire que le progrès matériel n'est pas tout dans la vie, qu'en réalité il n'accroît pas le bonheur et qu'ainsi la société est meilleure si elle n'est pas trop obnubilée par ces valeurs.

Le problème d'une telle stratégie est qu'il ne suffit pas d'étudier les relations indirectes, ni de parler de la qualité de vie, puis de souligner les longues vacances. D'une manière générale, il semblerait que l'Europe ne soit même pas en mesure de mieux atteindre cet objectif que les Etats-Unis. Comme nous l'avons vu, 58 pour cent des Américains contre 31 pour cent seulement des Européens se disent « très satisfaits » de leur vie, en réponse à la même question (Eurobarometer). Un seul pays européen affiche une satisfaction plus élevée que les Etats-Unis : le Danemark.

Et si ceci a quelque chose à voir avec la croissance plus élevée, plus d'emplois, davantage d'activités entrepreneuriales et un sens d'opportunité et de progrès aux Etats-Unis, il est probable qu'un paternalisme accru, des impôts plus élevés et une réduction de la croissance en Europe (en vue d'accroître le bonheur) ne débouchent non seulement sur moins de prospérité et d'opportunités, mais aussi sur moins de bonheur.

⁴⁵ John Lloyd, "What price happiness? How economics is learning to lighten up", *Financial Times*, 1 May 2006.

Dans la préface de son livre *Man's search for meaning*, le psychiatre autrichien Viktor Frankl écrit :

« Ne visez pas la réussite – plus vous visez, plus vous allez manquer la cible. Car la réussite, comme le bonheur, n'est pas à poursuivre ; elle doit s'ensuivre. »

CAVEATS

A titre personnel, j'apprécie le fait que la psychologie ait évolué de l'obsession avec les problèmes et la paranoïa (notamment sous l'influence de la psychothérapie) vers davantage de considération pour les conditions qui facilitent l'épanouissement individuel. Un bon médecin doit étudier non seulement la maladie, mais aussi la santé.

Néanmoins, on peut évoquer certaines critiques contre la recherche politisée sur le bonheur que je mentionnerai ici, sans les développer.

D'abord, il est possible de mettre en cause le concept même de vouloir mesurer le bonheur. Puisque le bonheur et la satisfaction sont par définition des concepts extrêmement subjectifs, nous ne savons pas avec certitude comment interpréter les déclarations des gens sur leur propre bien-être. L'attitude des interrogés par rapport à ces termes est aussi susceptible de varier fortement en fonction de la famille, de la culture et de l'époque, ce qui ne facilite pas les comparaisons. Afin d'obtenir des résultats, il est nécessaire d'ignorer les discussions philosophiques et psychologiques de long terme sur la définition du bonheur, et nous contenter de ce qu'affirment les gens sur leur propre niveau de bonheur. Un exemple : une humeur positive est-elle égale à l'épanouissement ? Si tel est le cas, pourquoi certains individus préfèrent-ils la performance et le développement personnel aux plaisirs ? Faut-il en conclure qu'ils sont aveuglés par l'évolution ou par la recherche du prestige ? Ou est-ce que cela signifie que les objectifs humains ont plus de facettes que ne le pensent certains chercheurs ?

Et même si nous étions capables de mesurer parfaitement le bonheur, ceci ne résoud pas le vieux débat pour savoir si un bonheur optimal doit être un objectif politique. Rien dans la recherche sur le bonheur ne saurait supporter, même théoriquement, l'idée utilitariste qu'il faut sacrifier le bonheur d'un individu pour accroître le bonheur d'un autre, ni la joie d'une personne pour la joie de deux. Quel que soit le niveau de nos connaissances sur le bonheur, il ne nous apprend rien sur la manière de l'atteindre. L'utilitarisme présuppose une prémisse éthique selon laquelle il est bon de tout sacrifier pour le bonheur, et qu'il ne s'agit pas d'un choix individuel, mais d'une fin collective qu'il faut imposer à tous.

En revanche, cet essai n'est pas censé faire une critique exhaustive de la recherche politisée sur le bonheur. J'ai choisi de laisser de côté ces problèmes pour critiquer les conclusions en utilisant les arguments, les méthodes et les données du champ d'étude.