MS2393 fr 10-03-2003 16:29 Page 1

KEYWORDS:

PROGRESS

FORTUNE

QUALITY OF LIFE

ANAMNESTIC COMPARATIVE SELF ASSESSMENT

Nous définissons le progrès comme l'augmentation de la qualité de vie subjective (QVs). Il peut alors être mesuré comme l'évolution dans le temps des scores de QVs. Les scores de QVs fournis par la '*World Database of Happiness*' montrent de grandes différences entre pays, mais guère d'évolution temporelle dans les études longitudinales. Le manque de sensibilité des méthodes conventionnelles de mesure de la QVs s'explique par leur susceptibilité à divers biais, dont les relativismes de proximité et culturels, et la co-évolution des attentes avec le progrès. Nous proposons deux stratégies pour y remédier. D'abord, nous avons mesuré le progrès à l'évolution des *indicateurs objectifs* qui sont statistiquement corrélés au bonheur. Le bonheur dans le monde se révèle lié à la santé, au revenu, à la sécurité, au savoir, à la tolérance et à l'égalité, en bref, à l'observance de la Déclaration universelle des Droits de l'Homme. Ceci constitue une validation empirique de ses principes comme conditions préalables au bonheur. Or, hormis des exceptions devenues intolérables, telles que l'Afrique, tous les facteurs objectifs liés au bonheur, à l'échelle mondiale, sont en progrès. Le progrès est donc une réalité. Ensuite, nous proposons une mesure directe de la QVs moins sujette à des biais de proximité, et plus sensible: l'auto-évaluation anamnestique comparative (*Anamnestic Comparative Self Assessment – ACSA*), dont la caractéristique est une échelle de bonheur biographique, déterminée par l'expérience de vie. L'ACSA est susceptible de générer des données plus fiables. Nous concluons en esquissant une vision du monde évolutionnaire progressive.

Bonheur et progrès: une exploration

Pr Jan Bernheim, Département d'Ecologie humaine et Groupe de Recherches sur les soins à la fin de la vie, Centre Leo Apostel d'études interdisciplinaires

Pr Francis Heylighen, Centre Leo Apostel d'études interdisciplinaires

Introduction

Le 11 septembre, la destruction de l'épargne à la suite d'une criminalité 'en col blanc', le calvaire interminable de l'Afrique, les problèmes d'intégration des allochtones, ...: que de souffrances dans le monde. Mais l'actualité apporte des mauvaises nouvelles aussi aux *pessimistes.* Selon divers indicateurs, la Belgique est parmi les quelques pays les plus prospères et civilisés au monde. De nombreuses dictatures sont tombées. Le génome humain a été décodé. Le placenta d'une petite sœur génétiquement sélectionnée a sauvé la vie de son frère. Mais aussi: le SIDA fait rage, Israéliens et Palestiniens restent les otages de leurs fondamentalistes et l'intolérance a recueilli 15% des voix en Flandre. Les médias nous saturent de calamités: guerres, corruption, pollution, effet de serre, misère, famine, molestation d'enfants, etc. Des commentateurs de gauche et de droite nous mettent en garde: sans réformes drastiques, le monde va au désastre (1, 2). Ces malheurs sont générateurs d'inquiétude, de pessimisme et de découragement. A l'inverse, les optimistes avancent des statistiques incontournables, selon lesquelles, par exemple, la prospérité et l'espérance de vie ne cessent d'augmenter, tandis que l'analphabétisme et la mortalité diminuent. Qui a raison? Cassandre ou Candide?

Pour répondre à cette question, la juxtaposition de faits ne suffit pas: à chaque évènement positif on peut en opposer un de négatif, et vice versa. Le problème est de déterminer le poids respectif de ces tendances opposées: *dans l'ensemble,* y a-t-il progrès ou recul? Mais quel poids spécifique donner aux divers facteurs? La pollution atmosphérique est-elle plus ou moins importante que la disparition de la poliomyélite? Le nombre d'analphabètes pèse-t-il plus lourd que celui des braquages (3)?

Selon la philosophie *postmoderne,* il n'y a pas de réponses objectives à de telles questions: les hommes et les cultures attachent des importances différentes aux choses. "*Tout dépend de la perspective*". Les valeurs sont relatives selon culture et tradition, et varient donc dans le temps et l'espace. Pour les postmodernistes, il n'existe pas de mesure objective du progrès, et la question même est absurde. Quant au

MS2393 fr 10-03-2003 16:29 Page 2

philosophies orientales, là aussi, la question du progrès est sans intérêt, puisque le temps est circulaire, et les vraies valeurs sont ailleurs que dans le monde.

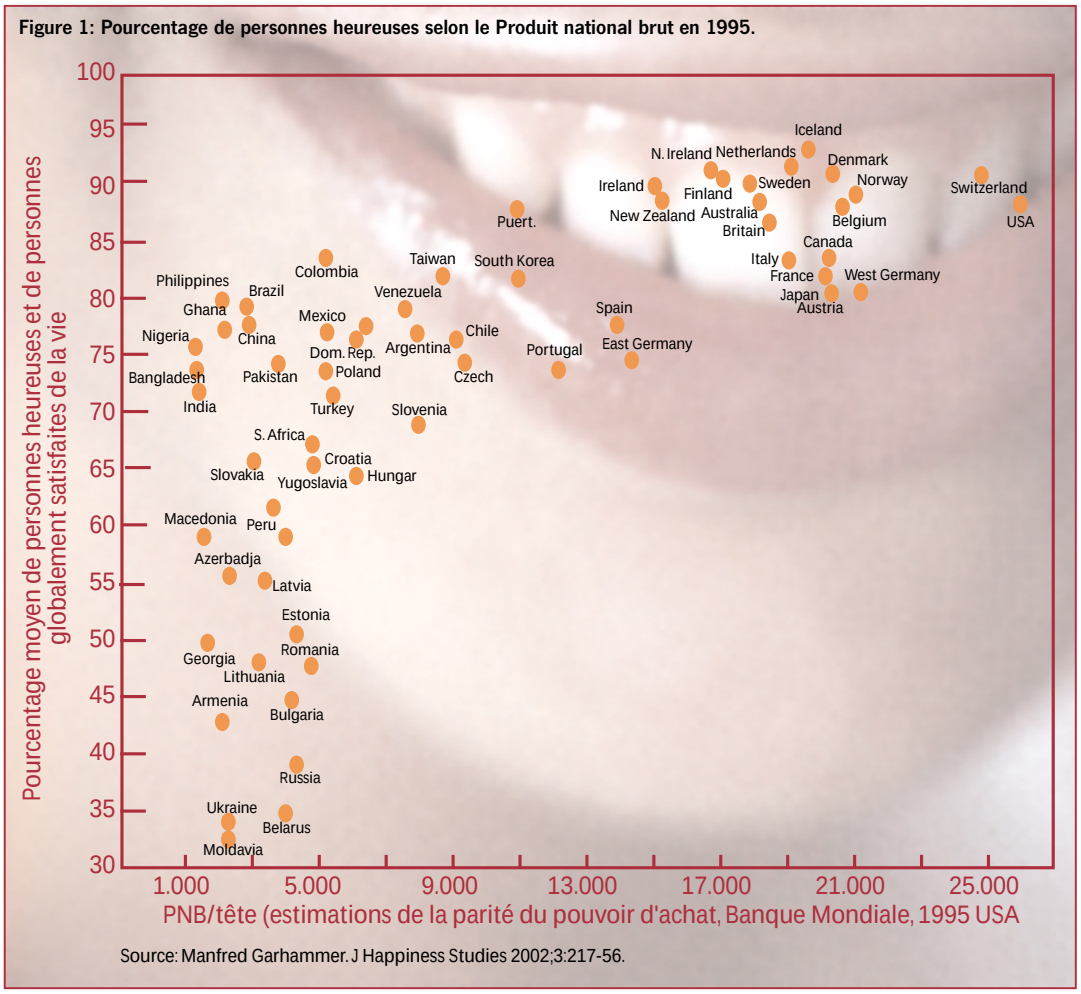
Descartes, par contre, nous a exhorté de mesurer ce qui est mesurable, et de rendre mesurable ce qui ne l'est pas encore. Acceptons ce défi, et faisons en même un impératif. Nous proposons *deux* issues à l'impasse de la non-mesurabilité du progrès: la première fait appel à des données empiriques statistiques; la seconde est expérimentale, et sera discutée à la fin de cet article.

La mesure du bonheur

Notre point de départ est que pour tous les individus et toutes les cultures, le bonheur, la satisfaction ou la qualité de la vie sont les valeurs les plus chères. Dès lors, nous définissons le progrès comme l'augmentation du bonheur pour l'humanité entière (4, 5). Le problème devient donc de mesurer le bonheur. Ceci a été fait à grande échelle. Dans septante pays on a mesuré le "*bonheur national brut*" au moyen de centaines d'enquêtes où on demandait aux gens la simple question combien ils étaient heureux ou satisfaits de leur vie (6-11).

Leurs résultats, colligés en une *World Database of Happiness* (7) par le sociologue néerlandais Ruut Veenhoven sont riches en enseignements. Ils font l'objet de nombreuses analyses dans le très sérieux *Journal of Happiness Studies*, organe de la *International Society of Quality of Life Studies* dont Veenhoven est le rédacteur en chef.

Figure 1: Pourcentage de personnes heureuses selon le Produit national brut en 1995.



Source: Manfred Garhammer. J Happiness Studies 2002;3:217-56.

Echelle du bonheur dans le monde (Figure 1)

Les différences entre pays sont majeures: sur une échelle du bonheur de 0 à 10, les moyennes pour les citoyens des pays les plus heureux sont de 8 à 9, et pour les plus malheureux autour de 5. La majorité des Canadiens, Américains, Australiens et habitants du Nord-Est de l'Europe, dont la Belgique, les Pays-Bas et la Scandinavie, se disent heureux. Ensuite viennent les 'nouveaux tigres économiques' d'Asie.

Le soleil et la convivialité sont-ils promoteurs du bonheur? Ils ne suffisent en tout cas pas: la satisfaction de vie est moindre dans les pays méditerranéens tels la France, l'Italie, l'Espagne et le Portugal. En dessous de ce niveau se situent les pays d'Amérique latine et les quelques pays du Tiers-Monde pour lesquels on dispose de données. Les pays les plus malheureux sont ceux de l'ancien bloc soviétique, comme la Russie, l'Ukraine et la Bulgarie. Tel est l'*instantané* du bonheur de par le monde.

Evolution du bonheur

Ce bonheur, est-il en progrès? Dans les pays pour lesquels on dispose de données longitudinales, on peut chercher les évolutions dans le temps. Au cours des 30 dernières années, le bonheur n'a que très légèrement augmenté (12). En Belgique, par exemple, il a été en recul pendant les crises économiques des années 70 et 80. Dans l'ensemble, s'il n'y a pas recul, peu d'éléments attestent de quelque progrès.

Le bonheur stagnerait donc? Voir. Un premier problème est la paucité de données relatives aux pays pauvres. Le second concerne la qualité des données. La question directe "*Combien êtes-vous satisfaits de votre vie*" est fort générale, et susceptible d'éliciter des réponses ni chair ni poisson ("*Ca va. Couci-couça. Pas mal, ça pourrait aller mieux...*"), et dans le meilleur des cas imprécises. Lorsque j'habitais la Californie (JB), la caissière du supermarché m'accueillait immanquablement

MS2393 fr 10-03-2003 16:29 Page 3

par "*How are you today?*" Un jour, je lui ai répondu "*Lousy*". Inébranlée, elle m'a comme toujours gratifié de "*Fine!*". A question triviale, réponse triviale.

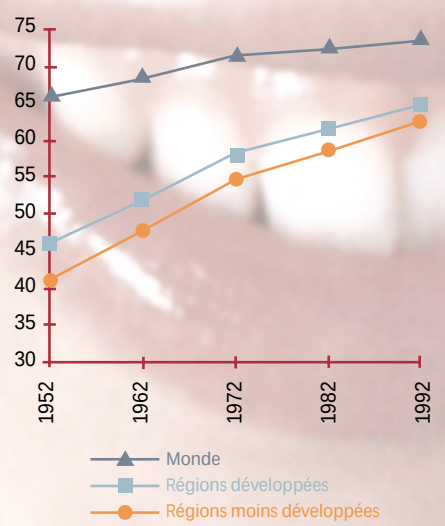
Mais il n'y pas que la trivialisation pour biaiser les réponses. Il y a le phénomène du '*response shift*' ou glissement des échelles Les gens sont portés à mesurer leur satisfaction plutôt à leurs *attentes* qu'à leur situation réelle. Et comme chaque progrès amène de nouvelles attentes, la satisfaction tend à rester constante (4, 13). Quand nous posons la question du progrès, il nous faut des données moins relatives aux attentes que la question conventionnelle sur la satisfaction de vie (5).

Approche indirecte du bonheur

Tentons donc une approche *indirecte.* Nous pouvons chercher quels facteurs *objectifs* sont associés au bonheur, et ensuite rechercher leur évolution. Quels facteurs concrets caractérisent les pays heureux et malheureux? Dans ce but, nous pouvons comparer le bonheur moyen de divers pays à leurs caractéristiques statistiques (4, 6, 8). Celles qui se révèlent significativement associées au bonheur sont les suivantes:

- le premier facteur est la **santé**. On la mesure par des indicateurs tels l'espérance de vie et la mortalité infantile. Les pays à grande longévité sont les plus heureux;
- un autre facteur évident est la **prospérité ou richesse**. Plus élevé le pouvoir d'achat, et plus grand le bonheur;
- le suivant est la **sécurité**. Ses indicateurs sont le nombre de personnes tuées par accidents, meurtres et guerres. Sécurité va de pair avec bonheur;

Figure 2: Evolution de l'espérance de vie.



Source: Heylighen F, Bernheim J. Global Progress I: empirical evidence for increasing quality of life. Journal of Happiness Studies 2000;1:323-49.

Tableau 1: Indicateurs de bonheur.

Domaine	Variable	Correlation avec QVs	Augmentation dans le temps	Progrès
Physique	Mortalité infantile	-	—	++
	Espérance de vie	++	++	++
	Alimentation adéquate	+	+	+
Securité	Accidents léthaux	—	—	++
	Taux d'homicides	-	-	+
	Décès par guerre	-	-?	+?
Economique	Pouvoir d'achat	++	++	++
	Productivité	+?	++	++?
Social	Libertés	++	++	++
	Egalité	+	+?	+?
	Corruption	—	-?	+?
Cognitif	Niveau d'éducation	++	++	++
	Taux d'alfabétisation	+	++	++
	Quotient d'intelligence	+?	++	++?
	Accès à l'information	+	++	++
Psychologique	Ouverture à l'experience	+	+?	+?
	Santé mentale	+	+?	+?

Les signes dans les trois dernières colonnes dénotent la corrélation entre chaque variable et le titre de la colonne. "+" signifie corrélation positive, et "-" négative. Un signe double indique une forte corrélation. "?" signifie que la corrélation est supputée, mais manque encore de données dures à l'appui.

Une corrélation positive avec la QVs implique que le facteur mesure le bonheur. Une corrélation positive avec le temps signifie que ce facteur est en augmentation. Si les deux colonnes comportent le même symbole (un facteur de satisfaction qui augmente et un facteur d'insatisfaction qui diminue), le facteur indique la présence d'un progrès.

Source: Heylighen F, Bernheim J. Global Progress I: empirical evidence for increasing quality of life". Journal of Happiness Studies 2000;1:323-49.

- le **niveau de connaissances** est corrélé au bonheur. Les citoyens de pays à haute scolarité, faible analphabétisme et haute pénétrance des médias d'information sont les plus satisfaits;
- peut-être moins évident est le rapport entre le bonheur et les **libertés**. Les pays démocratiques, où règne la liberté d'expression sont plus heureux;
- un dernier facteur fondamental est l'**égalité**. Dans les pays où les femmes et groupes minoritaires sont moins discriminés et où prévaut plus de tolérance vis-à-vis des homosexuels, les gens sont plus heureux.

Somme toute, les conditions du bonheur au niveau des pays sont: santé, prospérité, savoir, liberté et égalité. Ces facteurs ne sont autres que les éléments essentiels de la Déclaration universelle des Droits de l'Homme. A notre connaissance, cette observation constitue une première validation empirique de la DuDH. Son observance dans les pays n'est sans doute pas une recette du bonheur, mais en constitue la condition préalable. Les facteurs contributifs au bonheur identifiés sont à considérer comme des indicateurs de progrès: s'ils augmentent, il y a progrès.

Progrès?

Or, pour autant que nous disposons de statistiques, tous ces facteurs *objectifs*, à l'échelle du monde dans son entièreté, sont effectivement en progrès. D'abord, l'espérance de vie (la mesure par excellence de la santé) augmente chaque décennie de 3 ans, et un enfant qui naît aujourd'hui, selon certaines extrapolations, vivra 120 ans. Le retard des pays du tiers monde est scandaleux, mais la pente ascendante de la courbe d'espérance de vie est plus forte, et au rythme actuel, rejoindra la notre vers 2050 (**Figure 2**) (4).

La prospérité (nonobstant d'épouvantables inégalités) est en hausse également dans la plupart des pays du tiers monde. Le risque de mort violente diminue.

MS2393 fr 10-03-2003 16:29 Page 4

Au cours de la seconde moitié du vingtième siècle, le nombre moyen par décennie de décès à la suite de conflits armés est resté constant, alors que la population mondiale triplait (14).

La scolarité, l'alphabétisme, et même le quotient d'intelligence (4) ne cessent d'augmenter. Le pourcentage de pays démocratiques a doublé depuis 1980, et quintuplé depuis 1900. L'égalité entre hommes et femmes et entre diverses sous-populations augmente.

La conclusion est évidente: si nous définissons le progrès comme *l'augmentation des facteurs qui contribuent au bonheur humain* (**Tableau 1**), alors le monde avance. Nous pensons avoir répondu à la question: objectivement, les optimistes ont raison. Ce n'est pas Cassandre, c'est Candide.

Si donc les choses vont plutôt bien, nous devons nous demander pourquoi il y a tant de pessimisme. Quand dans les pays évolués on interroge les gens sur leur propre situation, ils la jugent plutôt bonne, tout en étant convaincus que la société dans son ensemble va mal.

Ceci est bien évidemment paradoxal: si le citoyen moyen va bien, comment la société, c.-à-d. l'ensemble de ces individus, peut-elle se porter mal? L'explication principale du phénomène est qu'ils jugent leur propre situation d'expérience personnelle, alors que celle des autres est 'd'ouï-dire'. Et cet ouï-dire provient surtout des médias. Or, celles-ci se donnent pour but d'apporter 'des nouvelles', c'est-à-dire d'attirer l'attention. Les mauvaises nouvelles le font nettement mieux que les bonnes. Des psychologues ont démontré que le cerveau est plus sensible à l'information négative qu'à celle qui est positive (15). L'explication est simple: il peut être mortel de ne pas percevoir un danger, alors que ne pas être informé d'une situation favorable au pire nous prive d'une opportunité de plaisir. Le premier risque est décisivement plus sérieux que le second.

C'est au fait que notre cerveau est *programmé* surtout à la perception des informations négatives que nous devons notre survie. Les médias se conforment à ce besoin évolutionnaire. Les guerres, les braquages, les scandales, les rapts d'enfants et les poulets à la dioxine attirent mieux l'attention. Les bonnes nouvelles, par contre, ne sont pas sexy. Le théoricien des médias Marshall McLuhan a résumé le phénomène par '*Bonnes nouvelles, pas de nouvelles*'.

Loin de nous de vouloir dire que tout est pour le mieux dans le meilleur des mondes. Les scandales mondiaux sont lancinants. Certains problèmes, tel l'effet de serre ou la réduction de la biodiversité, ne sont d'ailleurs autres que les conséquences de progrès, et empirent. L'énorme innovation de la modernité, toutefois, est notre intolérance de ce qui va mal et notre capacité d'y remédier.

Le bonheur individuel

Après ces considérations sur l'ensemble du monde, voyons les données sur le bonheur des individus dans leurs pays respectifs. Lesquels parmi les Belges, Polonais ou Nigérians, par exemple, sont les plus heureux?

D'abord, un *revenu* plus élevé est nécessaire au bonheur dans le Tiers Monde, mais n'y contribue guère dans les pays prospères comme le nôtre: les corrélations entre richesse et bonheur des individus sont fortes dans les pays pauvres et quasi nulles dans les pays riches. En jargon économique: l'utilité marginale de l'argent est majeure quand il y en a peu, et minime quand il y en a beaucoup.

Pour les *libertés,* nous trouvons l'inverse: elles contribuent peu au bonheur dans les pays pauvres, et beaucoup dans les pays riches. Faisant appel à la théorie des besoins humains de Maslow (16), l'explication est la suivante. A mesure que les besoins physiques comme l'alimentation et l'abri sont mieux satisfaits, les besoins *immatériels* acquièrent de l'importance. Ces valeurs ne se limitent pas aux libertés politiques et économiques, mais comportent le développement individuel au niveau intellectuel, affectif, esthétique, ludique, érotique et spirituel. Elles sont devenues essentielles dans notre société moderne post-industrielle.

Ensuite, toujours au niveau non plus des pays, mais des individus, d'autres facteurs distinguent les personnes heureuses. Pas le sexe: femmes et hommes sont également heureux. Par contre, les personnes ayant un partenaire et celles participant activement à la vie associative sont plus heureuses que les solitaires. Les plus satisfaits de leur vie sont les 'managers' qui prennent leurs propres décisions, plutôt que les subalternes qui exécutent les instructions d'autrui. Et qu'en est-il du douloureux choix entre carrière et famille? Les résultats sont neutres: dans les pays avancés, les gens sans enfants ne sont pas plus malheureux que les autres. Ceci ne veut pas dire que les enfants n'apportent pas de bonheur. Ils rendent heureux ceux qui en veulent. La religiosité, dans les quelques pays où ses relations avec le bonheur a été étudiée, est légèrement associée au bonheur. La relation de causalité n'est toutefois pas univoque: la foi rend-elle heureux, les gens heureux ont-ils plus de latitude pour la religiosité ou Dieu est-il aimé par ceux qu'il favorise?

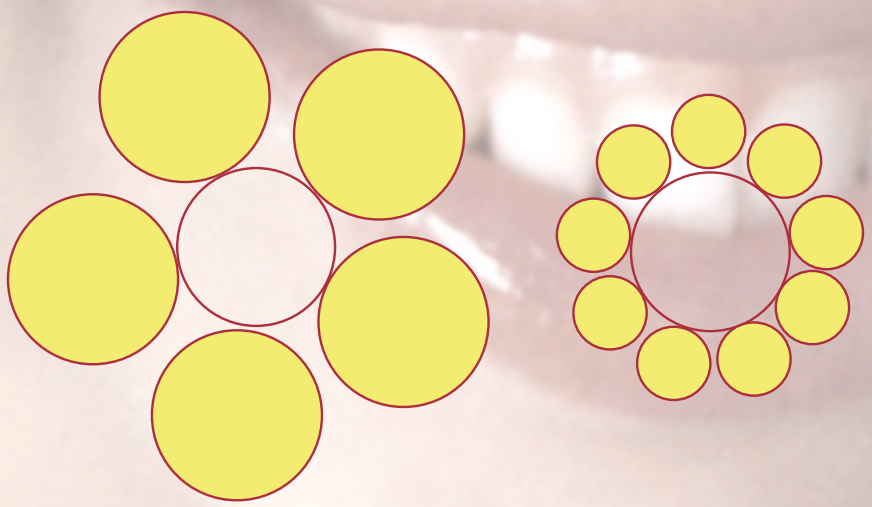
En résumé, les individus les plus heureux sont ceux qui, au lieu d'être soumis à des forces incontrôlables, décident eux-mêmes de leur sort, et sont soutenus par un réseau de contacts sociaux.

La méthode ACSA

Quelle étape suivante dans cette recherche? Comme nous avons vu, les *indicateurs objectifs* du bonheur sont plutôt faciles à mesurer. Pour les *indicateurs subjectifs* du bien-être aussi, il existe des instruments

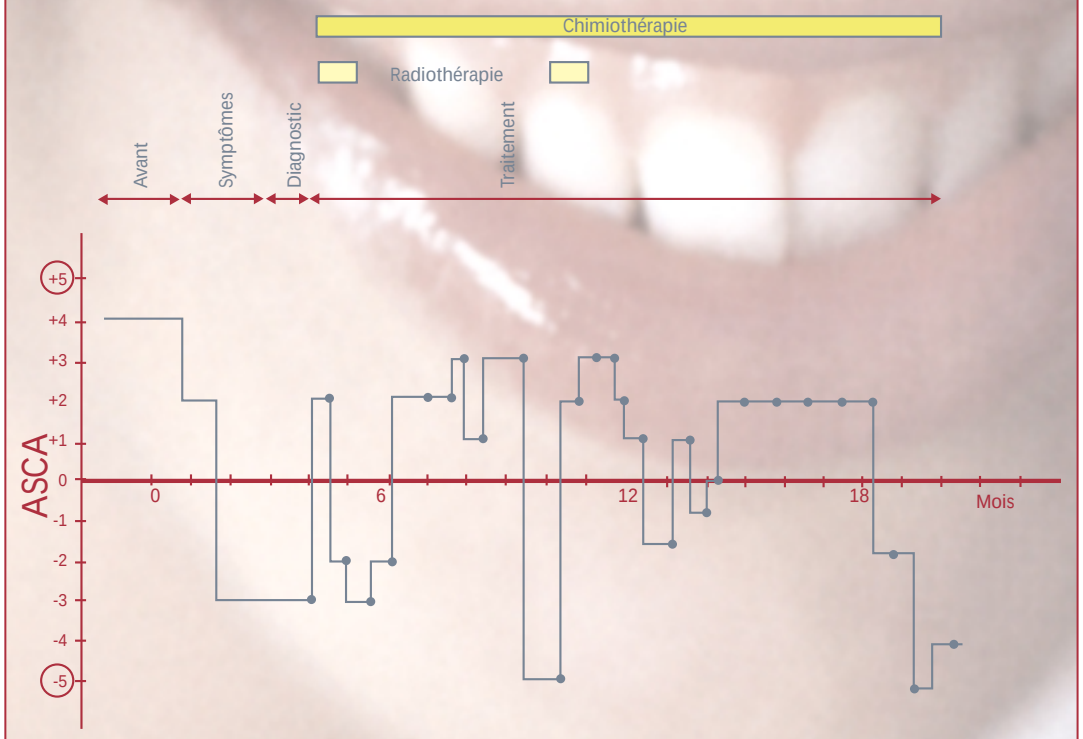
MS2393 fr 10-03-2003 16:29 Page 5

Figure 3: Relativité de proximité, une illusion perceptuelle.
Les deux cercles centraux sont égaux, mais celui de droite parait plus grand.



Source: Heylighen F, Bernheim J. Measuring Global Progress through Subjective Well-Being. Proceedings 3rd ISQOLS Conference. U. of Girona Press; 2001.

Figure 4: Exemple du décours de la qualité subjective de la vie, mesuré par ACSA.



Décours des 16 mois de survie de Mr B, sexagénaire atteint de cancer pulmonaire traité successivement par radiothérapie et chimiothérapie. Le score +5 représentait le moment où il avait établi son affaire, et -5 son emprisonnement pendant la guerre. La période précédant le début de sa maladie était celle de la reprise de son affaire par son fils, et très heureuse. Les points représentent les moments d'expression d'un score ACSA représentant la QVs au cours de la période écoulée depuis la dernière mesure.

Source: Bernheim J, Buyse M. Anamnestic Comparative Self Assessment (ACSA): A method to measure the subjective quality of life of cancer patients. J Psychosoc Oncol 1984;1:25-38.

conventionnels. La satisfaction de vie est alors la somme des scores en réponse à des questions itemisées sur des aspects indicateurs de la qualité de la vie: facteurs physiques, psychologiques et sociaux. L'instrument américain SF36, avec 36 questions explorant ces divers facteurs, mérite d'être appelé le MacDonald's de la recherche en qualité de vie. Or, le plus souvent, les scores totaux ne font pas la distinction entre, par exemple, grands malades et leurs homologues en bonne santé. Ces instruments à items multiples sont en fait descriptifs d'où se situent les problèmes, ce qui est bien utile, mais ils ne sont pas vraiment évaluatifs de la qualité de la vie.

Comment mieux quantifier la qualité et objectiver ce qui est subjectif? Cette question nous mène à la deuxième issue à l'impasse de la prétendue non-mesurabilité des évolutions dans le bonheur. Il possible de mesurer le bonheur *directement*, et dès lors aussi son évolution, sans faire le détour de la mesure de ce que ne sont que des indicateurs. Toutes les données de la *World Database of Happiness* discutées ci-dessus ont été obtenues en réponse à la question grossière du bonheur global ou de la satisfaction globale. Trop souvent, réponses à '*Comment ça va?*' sont biaisées par la référence à des étalons *externes*. Les Européens de l'Est se comparent à ceux de l'Ouest, et les malades âgés à d'autres malades âgés. Le phénomène de relativité de proximité est fort répandu (**Figure 3**) (17).

Bien des biais sont culturels. Les Français tendent à 'rouspéter', les Américains à se vanter, et pour les Asiatiques il est malséant de trop se distinguer des autres. Beaucoup d'Africains trouvent qu'ils doivent répondre ce qui leur semble pouvoir faire plaisir à l'interrogateur. Certains croyants *doivent* être heureux parce que la vie est un don de Dieu, et Dieu est bon ou vengeur. Nous pensons que la mesure du bonheur se servant d'une référence *interne* évite beaucoup de ces biais.

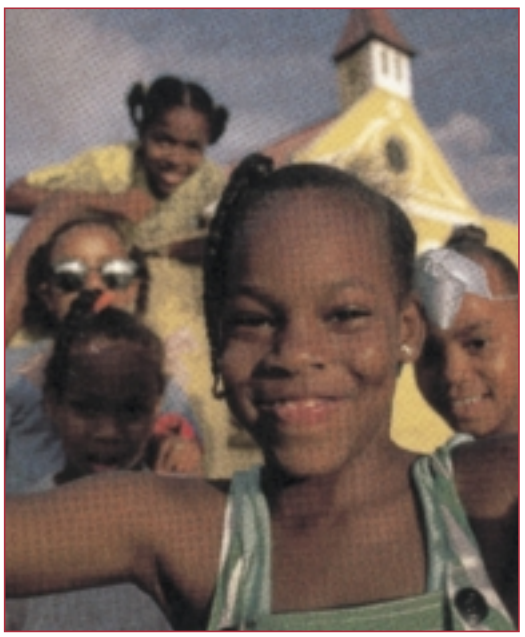
La méthode ACSA (*Anamnestic Comparative Self Assessment*) que nous avons développée conduit probablement à des réponses plus fines et sérieuses à la question sérieuse: '*Comment allez-vous?*'. Son échelle de bonheur est définie par *l'expérience de vie* du répondeur, une référence interne. L'échelle personnelle de bonheur est définie par la réminiscence actuelle de ce qui furent la meilleure et la pire période de la vie. Ainsi, les répondeurs comparent leur degré de satisfaction actuel, non pas à leurs attentes ou à des références extérieures, mais à leur expérience personnelle, c.-à-d. à un étalon *interne* (18, 19).

Ceci a de grands avantages. Dans une grande étude à Berlin sur 5.000 répondants, l'ACSA s'est révélé plus *sensible* que divers instruments conventionnels de mesure de la qualité de la vie. Il y avait de plus grandes différences entre groupes de sujets se trouvant dans des situations objectivement différentes (pouvoir discriminant), et lorsque la situation d'un groupe s'améliorait, le progrès subjectif était plus net avec l'ACSA qu'avec les instruments conventionnels (**Figure 4**) (20).

Nous espérons qu'à l'aide de telles mesures moins biaisantes, les conditions du bonheur nous paraîtront plus claires, qu'elles permettront de mieux identifier et localiser les souffrances, et qu'elles donneront de meilleures réponses à la question du progrès.

Conclusions

Vous n'avez probablement pas attendu cet article pour être convaincus qu'il vaut mieux être riche et en bonne santé que pauvre et malade. Vous n'aurez pas non plus été surpris d'apprendre que la vie est meilleure dans les pays paisibles et démocratiques que dans les pays ravagés par la dictature, la terreur ou la guerre.



Si notre travail a quelque originalité, c'est en apportant des *données empiriques* confortant la notion que les valeurs intuitives et idéalistes sont effectivement porteuses de bonheur. Particulièrement intéressante nous parait la constatation que les conditions du bonheur sont en progrès à l'échelle mondiale.

L'humanité oeuvre avec un certain succès à la réduction des souffrances. Ici, les pessimistes avancent un dernier argument. Ces progrès de toutes sortes, en richesse, libertés, sécurité, savoir, santé, diminuent-ils tant soit peu la vacuité spirituelle de la vie moderne? Satisfont-ils nos besoins de transcendance? Donnent-ils un *sens* à l'existence? Mènent-ils, comme le philosophe Leo Apostel nous exhortait de faire, à une vue cohérente du monde? Personnellement,il nous semble que oui. Notre vue du monde progressive évolutionnaire (21) contribue à nôtre QVs.

Les sélections au cours de l'évolution de la vie ont toujours privilégié la *survie* et la *procréation.* Ce qui a été génétiquement et culturellement sélectionné étaient les aptitudes à survivre. Les gènes et comportements culturels ('mèmes') promoteurs de la survie et de la procréation ont été sélectionnés, et ce qui procurait du plaisir au dépens de la survie, était éliminé. La souffrance et le plaisir étaient des effets secondaires négligeables des exigences de survie. On n'observe dans la nature presqu'aucune économie de souffrance. Au cours de la révolution cambrienne, 97% des espèces ont disparu. Les larves de guêpes grignotent les araignées par l'intérieur, et la mort ne survient qu'après 15 jours. Les grands félins abattent leur proie, lui arrachent des lambeaux de chair en guise d'apéritif, et ne les tuent que lorsque leurs spasmes finissent par les gêner. La nature est indifférente à la souffrance.

Venons-en à la culture. Au niveau des comportements mémétiques, l'impératif de survie a toujours généré d'innombrables corollaires métaphoriques: violence, assujétissement, soumission, appropriation, exclusion, exploitation de la nature et des hommes... Et comment les grandes traditions religieuses voient-elles la souffrance? Les religions monothéistes, quand bien même elles n'y attachent plus de valeur rédemptrice, invoquent une perte du paradis par le pécher, une existence pénible, et une vie éternelle rédemptrice. Pour les philosophies orientales aussi, comme le Bouddhisme, la souffrance est la condition humaine, l'état de défaut. La vie n'est que souffrance inéluctable, et le salut réside dans le détachement. Ces deux escapismes ont en commun l'incontournabilité du malheur.

Or, tout ceci se trouve dépassé: pour la première fois dans notre histoire, la survie et la procréation nous sont quasi *garanties* par les progrès sociaux, de l'hygiène et de la médecine. Et si le couple souffrance et survie n'est plus le paradigme dominant, quel est alors notre impératif? '*La poursuite du bonheur*', selon la Constitution américaine et les Lumières. La sélection des gènes a été remplacée par celles des mèmes promoteurs du bonheur. Et quel est le sens de existence? Quelle est l'évidente transcendance non-métaphysique? C'est le progrès, bien sur, vers toujours moins de souffrance et plus de plaisir durable.

Références

1. Ehrlich PR. The End of Affluence: A Blueprint for Your Future. Amereon Ltd; 1976.
2. Ehrlich PR. The Population Bomb. Amereon Ltd; 1976.
3. Marx L, Mazlish B, editors. Progress: Fact or Illusion? Univ of Michigan Press; 1996.
4. Heylighen F, Bernheim J. Global Progress I: empirical evidence for increasing quality of life. Journal of Happiness Studies 2000;1(3):323-49.
5. Heylighen F, Bernheim J. Global Progress II: evolutionary mechanisms and their side-effects. Journal of Happiness Studies 2000;1(3):351-74
6. Veenhoven R. Is Happiness Relative? Social Indicators Research 1991;vol 24:1-34.
7. Veenhoven R. Correlates of Happiness: 7.838 findings from 603 studies in 69 nations 1911-1994 (3 volumes), RISBO, Series Studies in Social and Cultural Transformation, Erasmus University Rotterdam 1994. (also available electronically at http://www.eur.nl/fsw/soc/happiness.html).
8. Veenhoven R. World Database of Happiness, Social Indicators Research 1995;vol 34:299-313.
9. Veenhoven R. Happy Life-Expectancy. A comprehensive measure of quality-of-life in nations. Social Indicators Research 1996;vol 39:1-58.
10. Veenhoven R. The Study of Life-Satisfaction. In: WE Saris, R Veenhoven, AC Scherpenzeel, B Bunting, editors. A comparative study of satisfaction with life in Europe'. Budapest: Eötvös University Press; 1996. p. 11-48.
11. Veenhoven R. Progrès dans la compréhension du bonheur. *Revue Québécoise de Psychologie* 1997;vol 18(nr 2):29-74.
12. Easterlin RA. Does Economic Growth Improve the Human Lot? Some empirical evidence. In: David PA, Melvin WR, editors. Nations and Household in Economic Growth. Palo Alto: Stanford University; 1974. p. 98-125.
13. Carver CS, Scheier MF. Scaling back goals and recalibration of the affect system are processes in normal adaptive self-regulation: Understanding 'response shift'phenomena. Social Science and Medicine 2000;50:1715-22.
14. White M. Wars, Massacres and Atrocities of the Twentieth Century 1999 (http://users.erols.com/mwhite28/war-1900.htm).
15. Ito TA, Larsen JT, Cacioppo JT. Negative Information Weighs More Heavily on the Brain: The Negativity Bias in Evaluate Categorizations. Journal of Personality and Social Psychology 1998;75(4):887.
16. Maslow A. Motivation and Personality (2nd ed.). New York: Harper & Row; 1970.
17. Heylighen F, Bernheim J. Measuring Global Progrèss through Subjective Well-Being. Proceedings 3rd ISQOLS Conference. U. of Girona Press; 2001.
18. Bernheim J, Buyse M. Anamnestic Comparative Self Assessment (ACSA): A method to measure the subjective quality of life of cancer patients. J Psychosoc Oncol 1984;1:25-38.
19. Bernheim J. How to Get Serious Answers to the Serious Question: `How have you been?': Subjective Quality of Life (QOL) as an Individual Experiential Emergent Construct. Bioethics 1999;13:3-4.
20. Rose M, Scholler G, Klapp BP, Bernheim J. Weighting Dimensions in "Generic" SWB Questionnaires by Anamnestic Comparative Self-Assessment: different weights in different diseases. Quality of Life Research 1998;7:655.
21. Bernheim J. The Cognitive Revolution and 21st Century Enlightenment: towards a contemporary evolutionary progressive world view". In: Aerts D, Gutwirth S, Smets S, Van Langenhove L, editors. Science, Technology and Social Change. Dordrecht: Kluwer Academic Press; 1999. p. 63-96.