



PEUT-ON DECARBONER LE BONHEUR ?

Hosted by Kokou Agbo-Bloua

Societe Generale's Head of Economics, Cross-Asset & Quant Research

EPISODE 21 – Featuring ChatGPT

Grâce aux découvertes en médecine et aux avancées technologiques, notre espérance de vie a plus que doublé durant le 20ème siècle et dépasse désormais les 70 ans. Au cours de la même période, les émissions de CO2 ont augmenté de manière exponentielle, ce qui soulève des questions sur le lien entre la santé et le dérèglement climatique.

Dans cet épisode, Kokou Agbo-Bloua s'immerge dans l'industrie de la santé et étudie ses principales problématiques, les découvertes et les avancées qui animent ce secteur. Nous rétrécissons à l'échelle d'un microbe pour examiner le corps humain, et étudions les conséquences du changement climatique sur notre santé et notre société.

Enfin, dans son enquête, Kokou invite ChatGPT, la désormais célèbre intelligence artificielle, pour répondre à ses questions sur la longévité, l'immortalité, l'humanité, le changement climatique, et, bien sûr, le rôle de l'IA dans le secteur de la santé.

2050 INVESTORS – EPISODE 21 SCRIPT

Qui veut devenir immortel ? (avec ChatGPT)

Bienvenue dans la version française de « 2050 Investors », le podcast qui décrypte les tendances de l'économie et du marché pour relever les défis de demain.

Je suis Kokou Agbo-Bloua, responsable mondial de la recherche économique, cross asset et quantitative de Société Générale.

Dans chaque épisode de 2050 Investors, je mène l'enquête sur une grande tendance qui impacte l'économie, la planète, les marchés... et VOUS.

(Beginning of episode 21)

Allez, tout le monde regarde bien l'appareil ! Vous êtes prêts ? 1, 2, 3... On dit Cheeeeeese ! Oh... Euh... Attendez, on va en refaire une, j'en vois deux qui ne sourient pas ! Cheeeeeese !

Je ne compte plus le nombre de photos et de vidéos qui immortalisent des souvenirs sympas comme celui-ci. Elles sont précieusement sauvegardées sur mon smartphone et sur le cloud. Je ne dois pas être loin du téraoctet de fichiers multimédias accumulés au cours des 10 dernières années. Et je pense ne pas être le seul !

[Siri] « Tu dois avoir une vie très très heureuse, alors ! ».

Ah ! Tu sais bien que la quantité ne fait pas tout ! Ce qui compte, c'est la qualité : « une quantité de moments de qualité ». Si on feuillette rapidement mes albums des 15 dernières années, par exemple. On voit beaucoup de photos de ma femme et de moi, nos voyages, notre mariage, notre lune de miel, des instants de bonheur en famille, avec nos parents, nos frères et sœurs, les cousins... Les fêtes avec les amis...

Mais pour être honnête, il y a un moment précis où la quantité de clichés a littéralement explosé. Oui, c'est quand on a eu des enfants. Des centaines de photos d'eux bébés, des vidéos touchantes des premiers « papa » ou « maman », des premiers pas, des premiers coups de pédale sans les petites roulettes... Des fêtes d'anniversaire à n'en plus finir, des gâteaux, des bougies... Et bien sûr, toutes les célébrations passées avec nos familles : Pâques, Noël, le Nouvel An...

Puis les vacances d'été et d'hiver avec les enfants, et bien sûr - nos passages de ceinture en karaté. Oui ! Ma femme et nos trois filles, nous prenons tous des cours de karaté - tous les samedis matin ! On en ressort épuisés, mais aussi très heureux - et très fiers. Si j'excepte les rares occasions où je me suis pris un coup de poing au visage, bien sûr. Hum hum. « *Zenkutsu dachi mae gendabari Hiza!* » Oups ! La leçon a commencé. Je ferais mieux d'y aller, sinon je devrai faire 20 pompes sur les poings. Et c'est du sérieux ! Cette année, je vise la ceinture noire ! Souhaite-moi bonne chance Siri ! Osu!

[Siri] Tu m'as motivée, je vais rejoindre le dojo Cobra Kai, Sensei !

On est TOUS pareil. Il n'y a qu'à regarder les réseaux sociaux : Instagram, Facebook... On y voit un défilé de photos de groupe et de selfies... De souvenirs figés dans le temps, qu'on voudrait garder en mémoire le plus longtemps possible, et qu'on est heureux de garder et de partager... C'est sûrement pour ça qu'on a tant de mal à les supprimer... On sait que ces moments finiront par s'estomper avec le temps, même si les émotions ressenties, elles, resteront gravées dans nos cœurs.

Mais j'ai une question : quel est le point commun entre toutes ces photos ?

[Siri] Des sourires forcés ? Héhé

Rooh, ils ne sont pas TOUJOURS forcés, Siri ! Mais oui, c'est bien ça. Des sourires. Les sourires sont des manifestations visibles du bonheur. Quand on se sent bien... et qu'on a envie de chanter à tue-tête le tube de James Brown « *I feel good* »...

[Siri] Ok ok ! J'ai compris le message ! Tu peux arrêter, merci !

OK. Je me suis un peu emporté, désolé. Mais tu vois bien où je veux en venir : on voit rarement des photos de gens tristes, en colère, déprimés ou stressés. Celles-là, elles finissent souvent dans la corbeille. C'est vrai : le symbole universel du bonheur, c'est le Sourire. La société veut sourire, et, à chaque moment de notre vie, on est toujours contents de trouver des personnes ou des groupes qui nous donnent envie de sourire encore et encore.

[Siri] Peut-être que le sourire devrait être l'un des objectifs de développement durable ?

Et pourquoi pas ? A vrai dire, tu soulèves une question pertinente sur le futur du bonheur.

Dans cet épisode, nous allons explorer l'économie du bonheur et nous poser d'importantes questions sur les moteurs du bonheur et sur les moyens de mesurer le bonheur dans notre société. Peut-on décarboner notre quête du bonheur ? Devrions-nous, par exemple, suivre les traces du Bhoutan, ce pays d'Asie du Sud-Est, qui mise sur la croissance du "bonheur national brut" plutôt que sur celle du PIB et de la consommation ? Enfin, nous échangerons avec Claudia Senik, une experte française renommée de ce thème. Elle nous aidera à comprendre si nous nous comportons actuellement de manière égoïste, en plaçant le bonheur de notre génération avant celui des générations futures.

Démarrons notre enquête.

Mais la première question à se poser, c'est celle de la définition du bonheur. C'est quoi, au juste, le bonheur, le vrai ? Clairement, le concept est subjectif. Il varie d'une culture à l'autre, et l'idée même de bonheur a beaucoup évolué au fil des siècles. Alors, est-il seulement possible de définir cette notion, et de la quantifier - à l'échelle individuelle ou collective ?

[Siri] On pourrait quantifier le bonheur en comptant le nombre d'amis sur Facebook, le nombre de photos prises pendant toutes ces vacances trop carbonées, ou le nombre de likes sous les publications sur les réseaux ?

Ha ! Tu me connais trop bien ! On pourrait peut-être mesurer notre bonheur au nombre d'heures qu'on passe ensemble pour faire ce podcast ?

[Siri] Arrête, tu vas me faire sourire.

En tout cas, dans un article écrit pour 'Very well mind', une publication sur la santé mentale, l'autrice Kendra Cherry nous donne la définition suivante. « *En psychologie, le bonheur est un état de bien-être émotionnel éprouvé par une personne. Cet état peut être limité dans le temps - car associé à un événement heureux précis, ou être plus durable - si on dresse un bilan positif de sa vie et de ses réalisations en général. Il s'agit alors d'un bien-être subjectif.*

Le bonheur se distingue des émotions négatives (telles que la tristesse, la peur et la colère), mais aussi d'autres émotions positives (telles que l'affection, l'excitation et l'intérêt). Cette émotion coexiste souvent avec une expression faciale spécifique : le sourire. »

Eh oui : il existe tout un champ de recherche dédié à la compréhension de ce bien-être subjectif. Sans surprise, les gens heureux ont tendance à éprouver plus fréquemment des émotions positives – et plus rarement des émotions négatives – que les autres. Les gens heureux déclarent qu'ils sont satisfaits de leur vie. Mais attention, le plaisir ne se traduit pas nécessairement par du bonheur. L'article va plus loin. « *Il est tout à fait possible d'éprouver beaucoup d'émotions négatives, tout en reconnaissant qu'on a une bonne qualité de vie. Par exemple, les bénévoles des associations humanitaires vont certainement éprouver beaucoup d'émotions négatives, tout en étant satisfaits de leur vie : car ils s'épanouissent pleinement dans un travail qui a du sens. Inversement, les fêtards invétérés vont éprouver beaucoup d'émotions positives ponctuelles, mais elles peuvent, dans le même temps, ressentir profondément que leur vie est vide et dénuée de sens. »*

Le concept de bonheur a évolué au fil du temps. Voyons comment les plus grands esprits ayant jamais existé peuvent nous éclairer un peu sur le sujet.

[Siri] Les influenceurs sur les réseaux sociaux ?

Non non. Les philosophes ! Et pour bien comprendre ce qu'ils ont à dire, on va s'éloigner un peu du monde virtuel pour faire un tour dans une VRAIE bibliothèque, avec de VRAIS livres, comme au bon vieux temps. Ça tombe bien : il y en a une magnifique dans la rue juste à côté. C'est à 5 minutes à pied, et une petite marche nous fera le plus grand bien. Rien de mieux qu'un peu d'air frais et de soleil pour commencer la journée de bonne humeur !

Ça y est ! Nous sommes déjà arrivés à la célèbre British Library, avec sa collection riche de plus de 150 millions d'ouvrages. On va commencer par le commencement... La Grèce antique – au 4ème siècle avant notre ère.

- Tout d'abord, Platon. Pour lui, pour être heureux, il faut s'affranchir des changements matériels. Une société peut atteindre le bonheur si ses citoyens se comportent de manière juste entre eux - et qu'ils mènent une vie vertueuse.

[Siri] : Oui. Acheter toujours plus de biens matériels n'est donc pas la clef du bonheur durable.

- Antisthène, le fondateur du cynisme, prônait une vie ascétique, dictée par une vertu irréprochable. Traduction : suivre une autodiscipline sévère - et s'abstenir de toute forme

de petit plaisir. Pour mener une vie vertueuse - et donc heureuse - il faut rejeter toute notion de bonheur impliquant l'argent, le pouvoir et la renommée.

[Siri] : Ça me rappelle un peu le bouddhisme, où le but est de se détacher de toutes nos passions, besoins et désirs.

Tu as raison ! Mais aujourd'hui, je ne suis pas sûr qu'on soit prêt à abandonner nos modes de vie tellement gourmands en carbone et en calories...

- Épicure, le fondateur de l'épicurisme, a également enseigné que le but de la vie était triple. Un, atteindre un état de tranquillité - nommé l'ataraxie. Deux, se libérer de la peur. Et trois, l'absence de douleur corporelle.
- Les stoïciens ont poussé cette idée un peu plus loin. Pour reprendre les mots d'Épictète, ces philosophes étaient convaincus qu'un sage, une femme ou un homme pouvaient être « malades et pourtant heureux, en péril et pourtant heureux, mourants et pourtant heureux, en exil et heureux, en disgrâce et heureux »... Pourvu qu'ils soient vertueux !

[Siri] Plus facile à dire qu'à faire !

- Je suis bien d'accord ! Avançons un peu dans le temps. Au 12ème siècle, Al-Ghazali, un théologien et philosophe musulman, a écrit « L'Alchimie du bonheur ». Dans cet ouvrage, il souligne l'importance d'observer les exigences rituelles de l'Islam, toutes ces actions qui mènent au salut et permettent d'éviter les voies du péché.
- Saint Thomas d'Aquin, philosophe et théologien du 13ème siècle devenu docteur de l'Église catholique, va dans le même sens. Il soutenait que ni les plaisirs physiques, ni les sentiments de pouvoir, de renommée ou d'honneur, ne pouvaient rendre vraiment heureux. Seule l'union avec Dieu donne accès au bonheur le plus parfait - et doit donc constituer le but de la vie.

[Siri] Pour beaucoup d'humains, la croyance religieuse peut être un moteur de bonheur assez puissant.

Tout à fait ! On va finir notre petit exposé philosophique par deux penseurs... Un peu plus radicaux.

- Arthur Schopenhauer, le philosophe allemand du 19ème siècle, explique que le bonheur est la satisfaction d'un désir. Le problème, c'est qu'une telle satisfaction donne inévitablement lieu à un nouveau désir, qui, s'il n'est pas satisfait, entraîne de la souffrance. Ce cycle infini nous empêche d'accéder au bonheur, et nous sommes destinés à être malheureux. Tout simplement !
- Et enfin, Friedrich Nietzsche, un des autres grands philosophes allemands du 19ème siècle, pensait que le bonheur ne devrait surtout pas être un moteur. Que les gens qui en faisaient le but de leur existence étaient carrément méprisables. Au lieu de cela, il rêvait d'une société qui se fixerait des objectifs plus élevés - et plus difficiles à atteindre que le simple bonheur personnel. Nietzsche aspirait à une société qui reconnaîtrait la valeur de la

difficulté, de l'effort, et même de la douleur. En un mot, qui vivrait selon le précepte de « Ce qui ne vous tue pas, vous rend plus fort »

[Siri] Je vois le concept. Sans douleur, pas de bonheur, c'est ça ? Mais au fait, dis-moi une chose : tous ces philosophes, ils étaient heureux, au moins ?

Ça, c'est une excellente question !

On ne peut pas non plus être tout le temps heureux, en permanence. Sauf si vous êtes sous morphine en continu... Ou que vous êtes au paradis ! En passant, c'est cette idée qui est à l'origine de l'expression « heureux jusqu'à la fin des temps » pour clore les contes de fées et les histoires pour enfants. **Mais en tout cas, on retrouve un point commun dans toutes ces sages réflexions millénaires. Tous ces philosophes s'accordent, depuis 3 000 ans, sur une chose : c'est que « l'argent ne fait pas le bonheur ». Mais... Est-ce que c'est encore vrai aujourd'hui ?**

D'après le site Britannica.com, en cherchant à identifier des marqueurs de bonheur, les psychologues sont arrivés à des conclusions plutôt surprenantes. Par exemple, on a tendance à croire que l'argent est un facteur de bonheur. C'est pour ça qu'on travaille dur pour augmenter notre salaire, et qu'on rêve tous de gagner au loto. Mais en fait, les études montrent que le niveau de revenu n'est PAS fortement corrélé avec le bonheur !

C'est ce que confirme Dan Haybron, professeur de philosophie à l'Université de Saint Louis, dans un article pour la *Standard Encyclopaedia of Philosophy*. Il y explique que certes, les riches sont globalement plus heureux que les pauvres, mais que la différence n'est pas si importante. Le rappeur américain 50 Cent a peut-être intérêt à revoir sa devise : « *Get rich or die trying // Réussir ou mourir* » !

[Siri] Vraiment ? Tu veux dire que tous ces efforts pour rejoindre la *dream team* du podcast '2050 Investors' n'ont servi à rien ?

Bien sûr que non, Siri ! L'argent contribue tout de même au bonheur. Mais c'est surtout vrai pour les groupes les plus précaires de la population, et dans les pays émergents. C'est logique : il faut tout de même un minimum de revenus pour échapper à la pauvreté, qui est difficilement compatible avec le bonheur. Mais passé un certain seuil, l'argent a un impact de plus en plus insignifiant sur le bien-être.

[Siri] C'est la loi du rendement décroissant, qu'on a vue dans l'épisode sur les inconnues connues de l'inflation.

C'est ça ! Une autre conclusion étonnante, c'est que la santé joue bien évidemment un rôle dans le bien-être subjectif, mais pas autant qu'on ne pourrait le croire ! La corrélation est encore une fois étonnamment faible. Il est vrai que les personnes qui souffrent de problèmes de santé majeurs, comme une paralysie de la moelle épinière, sont un peu moins heureuses que les personnes en bonne santé. Mais pas de manière aussi catégorique qu'on pourrait le croire. Les personnes atteintes de maladies très graves ont même tendance à rapporter des niveaux de bonheur supérieurs à la moyenne !

[Siri] Les humains sont décidément fascinants... Alors, quel est LE moteur du bonheur au 21ème siècle ?

Eh bien, dans le même article, Dan indique que LE facteur le plus étroitement lié à des niveaux élevés de bonheur est... Les relations sociales. Comme l'amitié, par exemple.

[Siri] Yes ! Comme dans la chanson des Spice Girls « *Friendship never ends* // Les amis, c'est pour la vie » !

Toutes les études montrent que les personnes qui ont un cercle social solide ont tendance à déclarer des niveaux de bien-être plus élevés. Mais même des mesures plus objectives, comme le nombre d'amis proches, le nombre d'adhésions à des associations, ou encore la quantité de temps passé avec des amis, présentent toutes des corrélations faibles à modérées avec le bonheur.

[Siri] C'est bien ça qui compte : la quantité de relations de qualité.

C'est exactement ça, Siri ! Mais ça va encore plus loin.

Certains types précis de relations sociales peuvent favoriser le bien-être subjectif. Une étude intitulée : « Soyez heureux – c'est bon pour vous » montre que l'état matrimonial est l'un des marqueurs démographiques les plus forts du bonheur. Les personnes mariées rapportent systématiquement des niveaux de bonheur plus élevés que les célibataires. De leur côté, les célibataires sont plus heureux que les veufs, les divorcés ou les personnes séparées.

Mais c'est plus complexe qu'il n'y paraît. Il est intéressant de noter que ce n'est pas le mariage, en lui-même, qui rend heureux. Les études montrent que, si le niveau de bonheur augmente légèrement au moment de se dire "Oui", les jeunes mariés reviennent assez rapidement à leur niveau de satisfaction d'avant. Les différences entre les personnes mariées et non mariées sont principalement dues aux effets négatifs durables du divorce et du veuvage, mais aussi aux effets d'une sélection sociale - qui pourrait prédisposer les personnes heureuses à se marier. Tout ça pour dire que les bienfaits du mariage sur le bonheur ne sont pas si évidents.

[Siri] Mais alors, y a-t-il encore des gens heureux sur cette planète ?

Ça tombe bien que tu poses cette question : il existe un Rapport mondial sur le bonheur, qui cherche à déterminer quels sont les pays les plus heureux du monde. Ses auteurs se basent sur les données de sondages Gallup menés dans 149 pays. Ils évaluent des critères comme le PIB, le soutien social, l'espérance de vie en bonne santé, la liberté de faire ses propres choix de vie, la générosité de la population en général et les perceptions des niveaux de corruption interne et externe. Petite anecdote en passant : afin de disposer d'une référence pour classer chaque pays, ils ont créé un pays fictif - appelé Dystopia - qui regrouperait les personnes les moins heureuses du monde.

Vous êtes prêts ? Voici le Top 5 des pays les plus heureux ! Roulements de tambour s'il vous plaît... (effets sonores).

- En 5ème position, les Pays-Bas

- En 4ème, la Suisse
- En 3ème place sur le podium, l'Islande
- En deuxième position, le Danemark
- Et la médaille d'or du bonheur est attribuée à ... la Finlande !

Un grand bravo à nos amis finnois ! **Les rois du Nord !** Et quand on y pense, c'est vraiment impressionnant, étant que donné les longs hivers dans les pays nordiques, qu'on appelle la saison sombre, peuvent provoquer une carence en vitamine D, ce qui augmente les risques de dépression et de tristesse, comme le rappelle un article publié sur le site *expatriate//health//care point com* !

Les pays les moins heureux sont l'Afghanistan, le Zimbabwe, le Rwanda, le Botswana. Le Royaume-Uni s'est classé en 17ème position, et la France est 21ème. Les États-Unis, malgré leur PIB le plus élevé au monde, ne se classent qu'au 19ème rang.

[Siri] C'est bien la preuve qu'un PIB élevé ne fait pas le bonheur d'un pays !

Et il y a un autre paramètre qui vient complexifier les choses : le bonheur change avec le temps

Un article intéressant du site *the//healthy point com* évoque une étude menée par des chercheurs de la *London School of Economics and Political Science*. 23 000 volontaires allemands, âgés de 17 à 85 ans, y ont évalué leur satisfaction à l'égard de leur vie. Les conclusions montrent que nous sommes plus heureux à deux moments de notre vie. Le premier pic de bonheur se situe autour de 23 ans et le second à 69 ans. Quand on y pense, c'est tout à fait logique ! Au début de la vingtaine, on déborde d'énergie. On est enthousiastes, l'avenir nous tend les bras : une nouvelle carrière, de nouveaux endroits à découvrir, de nouvelles personnes à rencontrer... Le milieu de la quarantaine coïncide généralement avec le stress des enfants, des crédits immobiliers, des frais de scolarité. Et enfin, à 60 / 70 ans, on est probablement à la retraite. On a enfin le temps de profiter de la vie, de nos petits-enfants... Pourvu, bien sûr, qu'on ait la chance d'être en bonne santé !

Le bonheur **a donc tendance à suivre une courbe en forme de U au cours de notre vie**. Les deux pics se situent aux deux extrêmes de la tranche d'âge de l'étude, et le creux à l'âge moyen des participants.

[Siri] D'ailleurs, je me demande si les jeunes de 20 ans aujourd'hui sont aussi heureux que leurs parents au même âge, avec toutes les menaces climatiques qui se profilent à l'horizon ?

Un article de *news point gallup point com* montre qu'aux États-Unis, Thanksgiving, le jour de l'indépendance et Noël sont les jours où les Américains sont les plus susceptibles de s'estimer heureux, avec des niveaux faibles de stress et d'inquiétude.

Sans surprise, le bonheur monte également en flèche le week-end et diminue au début de la semaine de travail. Personnellement, le jour que je préfère, c'est le vendredi ! Et je suis loin d'être le seul. Ça me rappelle la chanson virale : « *It's Friday then, then Saturday Sunday* ».

[Siri] Dans le fond, est-ce qu'on ne peut pas dire que le bonheur se résume à une réaction chimique dans le cerveau ? Un processus déclenché par la libération des hormones du bonheur : la sérotonine, la dopamine et les endorphines ?

C'est vrai. Mais il pourrait aussi y avoir un gène du bonheur. Un article publié sur le site psychologytoday.com, intitulé « Comment les gènes influencent le bonheur » indique que les prédispositions génétiques jouent un rôle dans environ 40 à 50 % des états émotionnels positifs, et entre 30 et 40 % des états émotionnels négatifs, comme la dépression et l'anxiété.

Toujours d'après cette théorie, les émotions positives amènent les gens à penser de manière créative et à essayer de nouvelles choses. En conséquence, les gens heureux peuvent développer de nouvelles façons d'aborder le monde, de nouveaux intérêts, de nouvelles relations sociales et même de nouvelles compétences physiques. Tous ces effets conduisent à des résultats positifs dans leur vie.

Ça me fait penser à la citation de Winston Churchill : « *Un pessimiste voit la difficulté dans chaque opportunité, un optimiste voit l'opportunité dans chaque difficulté* ».

Discutons à présent du rôle du bonheur dans la société - et dans l'économie.

Des psychologues se sont penchés récemment sur les conséquences concrètes d'un état d'esprit positif. Les études expérimentales sur cette question montrent que les personnes heureuses sont plus sociables et coopératives que les personnes malheureuses. Elles sont en meilleure santé que les personnes malheureuses. Et elles gagnent plus d'argent que les personnes malheureuses. Mieux, les personnes heureuses vivent plus longtemps que les personnes malheureuses (et pas uniquement parce qu'elles sont globalement en meilleure santé). Bref, ces études montrent que, si la quête du bonheur est souvent motivée par celle du bien-être, elle réserve aussi bien d'autres surprises !

On peut citer ici Richard Branson, le PDG de Virgin : « *Les employés passent en premier. Si vous prenez soin de vos employés, ils prendront soin de vos clients.* » Cette phrase illustre bien l'importance du facteur social de l'ESG pour les entreprises, dont nous avons longuement parlé dans l'épisode **La reprise, c'est vous**. Maximiser les rendements pour les actionnaires n'est plus la voie à suivre pour une croissance durable. Les intérêts de toutes les parties prenantes : de la société, des collaborateurs, des clients, de l'environnement, des régulateurs, etcetera, passent en premier. Traduction : le bonheur au travail - aux côtés de la diversité et de l'inclusion - est devenu une priorité // et un facteur clé de succès à long terme.

Le professeur d'économie et humanités à l'Université de Princeton, Marc Fleurbaey, a déclaré :

« Je pense que ces résultats doivent être examinés avec attention. Notre quête de croissance, traditionnellement orientée vers la production de biens matériels, doit être réorientée vers la production de développement humain et de bien-être humain.

Les leviers d'action ne manquent pas. L'un d'entre eux est la qualité des relations sociales, qui est cruciale, parce que nous sommes des êtres fondamentalement sociaux. Nous sommes fortement influencés par nos interactions avec les autres - et par le niveau de confiance que nous ressentons au quotidien.

Et si je parle de confiance, ce n'est pas un hasard. Parce que si nous pouvons, justement, restaurer la confiance des gens envers les autres - et envers les institutions, cela contribuerait grandement

au bien-être général. La confiance est un vecteur très efficace de coopération en cas de crise - comme la récente pandémie. »

Pour continuer notre enquête, penchons-nous sur l'indice de bonheur national brut mis en place au Bhoutan.

L'initiative sur la pauvreté et le développement humain de l'université d'Oxford attribue l'origine du concept de « Bonheur national brut » au 4ème roi du Bhoutan. Ce dernier a déclaré en 1972 que « le bonheur national brut (B-N-B) est plus important que le produit intérieur brut (P-I-B) ». Depuis cette date, l'idée du bonheur national brut (BNB) a influencé la politique économique et sociale du Bhoutan et inspiré des pays dans le monde entier.

En créant l'indice de bonheur national brut, le Bhoutan a mis en place un indicateur qui mesure le bien-être de sa population. Il sert de base concrète à l'élaboration des politiques et incite le gouvernement, les ONG et les entreprises du Bhoutan à augmenter le BNB.

Mais laissons la parole à Jigmi Y. Thinley, le premier ministre démocratiquement élu du Bhoutan. En 2014, il expliquait la nécessité de mener une transition mondiale vers le BNB à l'occasion d'un Ted Talk sur la quête du bonheur :

« Je crois que dans notre quête de toujours plus de biens dont nous avons de moins en moins besoin, nous avons oublié de poursuivre la valeur qui est la plus importante dans notre vie : le bonheur. Je pense que les crises financières - il y en a eu plusieurs - nous ont, en effet, fait prendre conscience des échecs ou des failles fondamentales du type de modèle, du type d'indicateurs qui ont guidé notre processus de développement.

Le modèle orienté vers le PIB n'a pas fonctionné. Et cela - je pense notamment à toutes ces crises financières - nous a montré le caractère illusoire du monde que nous pensions avoir construit, auquel nous aspirions. Il a été révélé par les crises financières, au cours desquelles nous avons vu nos économies de toute une vie, nos actions, nos maisons, nos emplois disparaître du jour au lendemain. Cela nous a fait réaliser que ce système est fondamentalement défaillant. »

Pour citer Socrate : « *Le secret du bonheur, voyez-vous, n'est pas trouvé dans la recherche du plus, mais en développant sa capacité à jouir de moins* »

L'indice BNB intègre des critères socio-économiques classiques - tels que le niveau de vie, la santé et l'éducation, mais aussi des aspects plus spécifiques à la culture et au bien-être psychologique. Plutôt qu'un classement psychologique subjectif du seul « bonheur », il s'agit d'un reflet complet du bien-être général de la population bhoutanaise.

[Siri] Donc le principe du BNB, c'est de rendre le bonheur aux gens malheureux.

Oui. Et sur cette belle pensée, on va parler un peu de l'avenir du bonheur. Et en particulier de la tension entre les générations actuelles et futures à l'aune du dérèglement climatique. Pour nous aider à approfondir ce sujet, j'ai l'honneur de recevoir Claudia Senik, professeure à l'université de la Sorbonne et à l'école d'économie de Paris. Elle est également directrice de l'observatoire du bien-être au CEPREMAP - le centre pour la recherche économique et ses

applications - et membre du conseil d'analyse économique de la première-ministre française, Élisabeth Borne.

Je conclurai cet épisode par une petite pensée. Si le souffle est le symbole de la vie, le bonheur, c'est peut-être de provoquer un maximum de moments à couper le souffle.

Deux dernières citations pour la route. Aristote « Le bonheur dépend de nous-mêmes » et Charlie Chaplin « Tu ne trouveras jamais d'arc-en-ciel si tu regardes toujours en bas »

Merci d'avoir suivi cet épisode de *2050 Investors* et merci à Claudia Senik pour ses réponses très inspirantes.

J'espère que cet épisode vous aura aidé à mieux saisir les clefs de **l'avenir du bonheur**.

Rendez-vous au prochain épisode !

Credits: Presented & Writer: Kokou Agbo-Bloua. Editor: Vincent Nickelsen, Jovaney Ashman. Production Designer: Emmanuel Minelle, Radio K7 Creative. Executive Producer: Fanny Giniès. Sound Director: Marc Valenduc. Music: Rone. Graphic Design: Cédric Cazaly.