



Thai Lifestyle and Wellbeing Association



Gross National Happiness GNH

ความสุขมวลรวมประชาชาติ

โดย : ร้อยเอก ดอกเตอร์ นายแพทย์ยงยุทธ มัยลาภ

GNH

Gross National Happiness

ท่านผู้อ่านคงเคยได้ยินเรื่องราวของ ความสุขมวลรวมประชาชาติ (Gross National Happiness: GNH) ซึ่งเป็นคำที่ได้รับการบัญญัติขึ้นโดย สมเด็จพระราชาธิบดีจิกมี ซิงเย วังชุก กษัตริย์องค์ที่ 4 แห่งภูฏาน ในช่วงทศวรรษ 1970

แนวคิดดังกล่าวมองว่า การพัฒนาที่ยั่งยืนควรยึดแนวทางแบบองค์รวมต่อแนวคิด เรื่องความก้าวหน้า และให้ความสำคัญต่อมิติด้านสุขภาวะที่มีใช้ด้านเศรษฐกิจในระดับ ที่เท่าเทียมกับมิติทางเศรษฐกิจ

ดัชนีความสุขมวลรวมประชาชาติ (Gross National Happiness Index) เป็นดัชนี ตัวเลขเดียวที่พัฒนาขึ้นจากตัวชี้วัดจำนวน 33 ตัว ซึ่งจัดอยู่ภายใต้ 9 ด้าน (domains)

แนวคิดเรื่องความสุขมวลรวมประชาชาติ (GNH) มักได้รับการอธิบายผ่าน เสาหลัก 4 ประการ ได้แก่

1. การบริหารจัดการภาครัฐที่ดี (Good Governance)
2. การพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมอย่างยั่งยืน (Sustainable Socio-economic Development)
3. การอนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรม (Cultural Preservation)
4. การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม (Environmental Conservation)

ในระยะต่อมา เสาหลักทั้ง 4 ประการดังกล่าวได้รับการจำแนกเพิ่มเติมออกเป็น 9 ด้าน (Nine Domains) เพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับ GNH ให้แพร่หลายมากยิ่งขึ้น และเพื่อสะท้อนคุณค่าของ GNH ในมิติที่ครอบคลุมและเป็นองค์รวมมากยิ่งขึ้น

ทั้ง 9 ด้าน ประกอบด้วย

1. สุขภาวะทางจิตใจ (Psychological Wellbeing) แนวคิดนี้ตั้งอยู่บนความเชื่อว่า ความเจริญทางวัตถุเพียงอย่างเดียวไม่อาจนำมาซึ่งความสุขที่แท้จริงได้ หากปราศจากความสมดุลทางอารมณ์และจิตใจ
2. สุขภาพ (Health) GNH ด้านนี้มุ่งประเมินสุขภาพของประชาชนทั้งในมิติทางกายและทางใจ โดยมองว่าสุขภาพเป็นรากฐานสำคัญของคุณภาพชีวิตและศักยภาพในการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย
3. การศึกษา (Education) เป้าหมายคือการสร้างพลเมืองที่มีทั้งความรู้ ความรับผิดชอบ และคุณธรรม
4. การใช้เวลา (Time Use) โดยให้ความสำคัญกับ
 - ความสมดุลระหว่างงานและชีวิตส่วนตัว
 - เวลาพักผ่อน
 - เวลาสำหรับครอบครัว
 - เวลาสำหรับชุมชน
 - เวลาสำหรับกิจกรรมทางจิตวิญญาณ
5. ความหลากหลายและความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรม (Cultural Diversity and Resilience) ด้านนี้มุ่งรักษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชาติครอบคลุม
 - ภาษา
 - ขนบธรรมเนียม
 - ศิลปวัฒนธรรม
 - ประเพณี
 - วิถีชีวิตดั้งเดิม

แนวคิดสำคัญคือ การพัฒนาประเทศไม่ควรทำให้สูญเสียรากเหง้าทางวัฒนธรรม

6. การบริหารจัดการภาครัฐที่ดี (Good Governance) GNH เชื่อว่าการปกครองที่ดี เป็นเงื่อนไขสำคัญของความสุขและความมั่นคงของสังคม

7. ความเข้มแข็งของชุมชน (Community Vitality) GNH มองว่าความสุขมิได้เกิดขึ้นเฉพาะในระดับบุคคล แต่เกิดขึ้นผ่านความสัมพันธ์ที่ดีภายในชุมชนด้วย

8. ความหลากหลายและความยืดหยุ่นทางนิเวศวิทยา (Ecological Diversity and Resilience) ด้านนี้สะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติครอบคลุม

- การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม
- ความหลากหลายทางชีวภาพ
- คุณภาพของระบบนิเวศ
- การใช้ทรัพยากรอย่างยั่งยืน

ภูฏานถือว่าสิ่งแวดล้อมมิใช่เพียงทรัพยากรทางเศรษฐกิจ แต่เป็นพื้นฐานของชีวิตและความสุขของมนุษย์

9. มาตรฐานการครองชีพ (Living Standards) GNH ไม่ได้มองว่าความมั่งคั่งเป็นเป้าหมายสูงสุด แต่ถือเป็นเพียงหนึ่งในหลายองค์ประกอบที่ช่วยสนับสนุนชีวิตที่ดี

ทั้ง 9 ด้านนี้เป็นตัวแทนขององค์ประกอบต่าง ๆ ของสภาวะของประชาชนชาวภูฏาน โดยคำว่า “สภาวะ” (Wellbeing) ในที่นี้ หมายถึง การบรรลุเงื่อนไขของ “ชีวิตที่ดี” ตามคุณค่าและหลักการที่กำหนดไว้ภายใต้แนวคิดความสุขมวลรวมประชาชาติ (Gross National Happiness) นั่นเอง.

หากสรุปในภาพรวม ทั้ง 9 Domains ของ GNH พยายามตอบคำถามว่า

“อะไรคือองค์ประกอบของชีวิตที่ดี?”

โดยครอบคลุมทั้ง

- กาย (Health)
- ใจ (Psychological Wellbeing)
- ปัญญา (Education)
- เวลา (Time Use)
- วัฒนธรรม (Cultural Diversity and Resilience)
- สังคม (Community Vitality)
- การปกครอง (Good Governance)
- สิ่งแวดล้อม (Ecological Diversity and Resilience)
- เศรษฐกิจ (Living Standards)

สะท้อนแนวคิดหลักของภูฏานว่า

การพัฒนาประเทศควรมุ่งสร้าง “ความเจริญของมนุษย์” อย่างรอบด้าน มิใช่เพียงการเติบโตทางเศรษฐกิจเพียงอย่างเดียว.

โดย ร้อยเอก ดอกเตอร์ นายแพทย์ยงยุทธ มัยลาภ
นายกสมาคมเวชศาสตร์วิถีชีวิตและสุขภาพไทย
รองประธานคณะกรรมการสากลเวชศาสตร์วิถีชีวิต
และกรรมการผู้แทนภาคพื้นเอเชีย



Contact the

Thai Lifestyle Medicine and Wellbeing Association

at 093-584-0840 or 080-989-7415