

投稿類別：商業類

篇名：

Gross National Happiness – 從不丹看國民幸福指數

作者：

張庭瑄。私立曉明女中。高二丙班

張家瑜。私立曉明女中。高二丁班

陳伊珊。私立曉明女中。高二戊班

指導老師：

曾翊宸老師

壹●前言

一、研究動機

當我們第一眼看到天下雜誌第 484 期封面聳動的標題——「瑞士富而幸福 vs. 不丹窮而快樂」時，就引發了我們想要一窺究竟的興趣，讓我們想要有深入的認識及了解，並希望能進一步與台灣做比較。

而在我們一般的認知裡，瑞士「富而幸福」是我們能夠理解的；但是不丹「窮而快樂」是與我們的認知相違的，所以這其實也就是為什麼會讓我們產生好奇心，而想要以此題目做為我們的研究主題。而不丹與台灣同樣都是屬於面積小的國家，且他們的 GDP 比台灣還低，但是在西元 2011 年之前，他們的國民幸福指數(GNH)高於台灣甚多，2006 年，世界排名第八，成為亞洲第一快樂的國家。

二、研究目的

藉由這份小論文，希望可以歸納出不丹如此快樂的原因，並更進一步將不丹與同樣國民幸福排名很高瑞士來做比較。而深入的去探討台灣比不丹不快樂的原因，且找出值得台灣學習與效法的地方。

三、研究方法

藉由查閱相關書籍、統計資料、旅行文學、雜誌報導以及網路資訊，並統整且加上自己的看法，最後比較、整合做出結論。

貳●正文

一、何謂 Gross National Happiness？（國民幸福指數，簡稱 GNH）

像是大家所熟知的 GDP（國內生產毛額）、GNP（國民生產毛額）是衡量國富、民富的標準，那麼幸福指數就是衡量人們對社會的期待與感受，以及對於物質需求的滿足與生活品質的提升，即是人們幸福快樂感的一種指數。每年聯合國或是英國萊斯特大學又或者其他較具有公信力的機構，都會公布其新的一年裡世界各國的國民幸福指數並且排名。

（一）定義

GNH 是以更好的方式衡量以及呈現社會的進步與人民的快樂，著眼於較貼近民眾的物質生活條件及生活品質，例如教育、環境、健康、社會福利、滿足感、安全等，內涵比經濟面的指標更為廣泛多元。

GNH 這項指數共涵蓋 11 項指標：「住屋、收入、就業、社會關係、教育、環境、機構管理、健康、大眾滿意度、安全，以及家庭與工作的平衡情形。」（中國廣播公司，2011）

（二）由來

不丹四世國王吉美·辛格·旺楚克於十七歲時（西元 1974 年）繼承王位。因剛從英國留學返國，立刻即位，因此能夠深入了解現代文明對傳統文化和環境的衝擊，所以「和幕僚們首創『國民幸福指標』（GNH），取代『國內生產毛額』（GDP）等經濟硬指標，將追求國民幸福快樂，做為發展的**最高指導原則**」（辜樹仁，2011）。

（三）GNH 帶來的效應

以往亞洲及拉丁美洲的國民幸福指數排名明顯高於歐美八大工業國，因此近年來，GNH 開始受到各大國政府的重視，也有一些國家把提升國民幸福指數排名列入執政項目。例如，日本政府以提高國民幸福指數為目標，成果也逐漸呈現：西元 2007 年，日本排名世界第 95 名；西元 2012 年，已躍升到世界第 44 名。

根據 2012 年的聯合國全球幸福指數報告指出，全球總體幸福指數已高於以往，指數上升 0.14 倍，可見各國推動之成效。「**不丹積極遊說，希望將 GNH 發展指標，納入聯合國的『千禧年發展目標』（Millenium Development Goals）**」（辜樹仁，2011）且到目前為止，已有五場關於 GNH 的大型國際研討會。例如：中國、印度、日本、巴西、美國、英國、法國都有開會研究及討論。

二、最後的香格里拉：不丹

（一）不丹，你了解多少？

1、位置：東經 88 至 92 度，北緯 26 至 28 度。

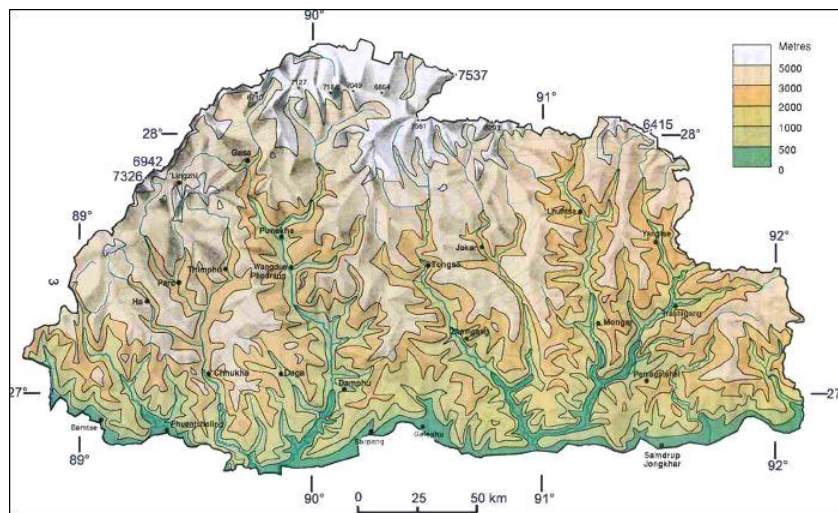
2、地理環境：「它位於喜馬拉雅山脈東岸的南麓，南鄰印度阿薩密省和

孟加拉平原，北連中國的西藏高原。又稱為『雷龍之境』(the land of Thunder Dragon)」(黃紫婕，2011)面積約 38390 平方公里，國內最高山峰為位於中國和不丹的邊境地區的干卡本森峰，高度有海拔 7570 米。不丹境內多山多河，因該國立法規定，所以森林覆蓋率永不低於 60%，可見不丹政府對於自然環境的保護與重視。

3、人口：約 70 萬人。

4、宗教：75%藏傳佛教，25%印度教（多為尼泊爾移民）。

5、簡史：八世紀時，蓮花生大士在不丹種下佛教的種子。十二世紀之後，藏傳佛教竺巴噶舉派掌權時行政教合一。在十七世紀時，夏宗法王統一了不丹王國。十八世紀後期，因不敵英國的入侵，而成為英國的保護地。西元 1907 年，不丹王國建立，烏顏·旺楚克開啓了不丹的王室政治。西元 1971 年，不丹加入聯合國。西元 2008 年，不丹從王室政治走向民主。



圖一：不丹地形圖

(圖片資料來源：尼泊爾旅遊(2012)。不丹地形圖。取自

<http://www.nepal-travel.cn/TravelPic/7be620.html>)

(二) 當世界看見不丹

1980 年代以前，「不丹國王不希望淨土被外界汙染，不想傳統生活被

外界打擾，所以乃採鎖國政策。」（林正峰，2007）因此，大家對於不丹總是抱持著一股神祕感。

不丹第三世國王「上任之後一改祖父和父親閉關自守、對外妥協的政策，實施稍帶民主式的中央集權政策，展開全面改革和現代化運動」（劉必權，2009）。此舉帶領不丹跨出了現代化及民主政治的第一步。

不丹在第四世國王努力推動「國家快樂力」政策下，2006 年 7 月，英國萊斯特大學所公布的「世界快樂地圖」研究報告中，不丹的幸福指數排名全球第八，亞洲第一。此結果讓許多國家大吃一驚，因為在大家眼中，不丹是個較落後且經濟不發達的國家，但是它的幸福指數卻高於許多已開發國家或開發中國家。因此逐漸成為世界各大國的效仿對象，也打開了知名度。

2007 年 12 月 31 日，不丹舉行國家議會代表選舉，結束近百年君主體制，走入民主前的最後階段。

三、為什麼不丹窮而快樂？相較於富而幸福的瑞士

兩個幸福指數都相當高的國家，我們以比較相似及相異的地方，來說明其為何幸福快樂。

（一）相似處：其二均為山麓下多山地的內陸國，且為面積相近的小國家。兩國政府也都對環境保護有相當的堅持。

（二）相異處：我們以表格呈現之

	不丹（大政府）	瑞士（小政府）
政治	西元 2008 年開始走向民主政治，但仍缺乏民主文化與機制，目前屬於君主立憲	非常民主，公民投票已融入人民生活，目前為委員制
經濟外交	高稅率，管制外國人與企業進入其國	低稅率，開放外國企業人才進駐
人均 GDP	2069 美元	67779 美元
產業政策	發展有限的觀光業及百分之百的有機農業，農業和林業為經濟主導	政府沒有制定任何產業政策，保有多元產業的彈性

教育制度	提供免費小學至大學的教育費用，以提高教育普及率，且重視英語教育	積極推動技職教育，並增加應用大學
社會福利	社福機制極完善	社會福利較少，多為個人支付的保險。「 瑞士的養老保險制度建立在由國家、企業和個人共同分擔、互為補充的三支柱模式上。 」（石希，2007）

由此表格可得知，不丹與瑞士兩國的政治和經濟等差異很大，一個是雖然窮但人民卻可以過得很幸福，另一個很富有並很幸福。再者，兩國無論是透過政府（不丹，大政府完善的福利政策）或民間機構（瑞士，小政府完善且成熟的保險制度），它們從出生到死亡都有很完善的福利。

（三）到底是什麼原因讓不丹人民那麼快樂？

不丹人民的快樂並非來自於外在物質的慾望滿足，而是來自於信仰與觀念的知足。以下是我們歸納出的幾個面向。

- 1、男女均權的社會：早期的不丹，是一個接受一夫多妻或一妻多夫的國家。他們不像其他國家往往都只接受一夫多妻制，而對於一妻多夫是民間社會裡不能接受的。由此可知，在不丹對性別的看法是沒有偏見的。所以不論是男性或女性在不丹的教育程度和工作待遇都沒有太大的差別。
- 2、夠用就好的金錢觀：「『**減**』的生活哲學、不迷信經濟成長率、追求平等與平衡的理念，讓不丹超越世界大國，因快樂而偉大。」（林正峰，2007）不丹人對於金錢，有儲蓄的習慣（與台灣人相似）。由於不丹的經濟以農牧為主，致富並非容易，所得多半用於教育或家庭的代步工具。因他們崇尚傳統，所以對物質的需求沒有像其他資訊發達的國家如此強烈。還有不丹人認為真正的窮是完全無法在施與別人，因此他們只要擁有自己的房子和田地就很滿足了。
- 3、緊密相連的家庭觀念：不丹人非常重視家庭關係，家族間互相照料的現象十分普遍，因此使不丹人從小就有良好的家庭觀念，長大之後以相同方式教育下一代，造就代代幸福快樂。

- 4、安定的社會與政治：不丹的政治安定主要是來自於政府官員與人民的互相信賴。官員們較不易有貪腐的情況發生，因為不丹的傳統文化價值觀告訴他們，不義的行為會給家族帶來蒙羞，所以多數不丹人皆會自我約束，除了使不丹的政治安定，同時，這也是幸福感重要來源。
- 5、與自然環境和平相處：「**其實，幸福絕對來自於快樂的心靈**」(黃紫婕，2011)，而不丹境內絕大多數的自然環境皆未遭到破壞，甚至還保有極傳統的文化，森林覆蓋率高達 65%，26%地區為保護區，且有 4 座國家公園，政府的政策維護了環境，而人民身處於幽美的環境中，容易感到放鬆，擁有較愉悅的心情，自然幸福快樂。
- 6、宗教所帶來的幸福心靈：不丹的信仰對他們而言有多重要，從他們的國旗便可以得知。不丹的國旗是由橘紅色與金黃色的兩個直角三角形所組成，沿著國旗的對角線還有一條白龍。而金黃色是指國王的權利，而「**橘紅是藏僧衣服的顏色象徵佛教的精神力量；純潔白龍象徵不丹，而龍爪上握著的白珠，象徵威力和聖潔。**」(德遊善，2008) 由此便可以得知，宗教對於不丹的重要性。而且因為不丹人大多都是虔誠的佛教徒，不殺生，所以肉類都由印度進口，餐桌上很少有肉食，不過他們吃青菜或乳製品一樣可以感到滿足。



圖二：不丹國旗

(圖片資料來源：全球旗幟 Global Flag (2004)。不丹。取自
<http://www.globalflag.idv.tw/zy/btn.htm>)

四、放眼不丹，回顧台灣

兩個同樣位於亞洲同屬小國家的台灣與不丹，但在國民幸福指數排名中有截然不同的表現，我們從不同的面向以表格來相互比較。

	不丹	台灣
2011 年世界幸福排名	17	70
人口	71 萬	2319 萬
面積	3.8 萬平方公里	3.6 萬平方公里
百萬富豪比例	0	3.5%（世界第 8）
人均 GDP	2069 美元（世界第 125）	18558 美元（世界第 37）
政治	西元 2008 年開始走向民主政治，但仍缺乏民主文化與機制，目前屬於君主立憲	民國 76 年解嚴後，政治走向民主。民國 85 年第一次總統直選。現屬於民主共和
社會福利	社福機制極完善	仍在持續加強中。全民健保已成熟。
環境保護	對於環境有極度的堅持，森林覆蓋率永不低於 65%，且執行效率高	有立法保護，且設立國家公園，但對於人民的約束力不高，貫徹不終

由表格我們可以看出台灣與不丹在很多方面的不同。

參●結論

由上表格的比較，我們思考了一番台灣是否該模仿不丹。雖然不能全然效仿不丹政府的做法，但仍有值得學習不丹的地方。例如不丹的社會機制完善，但台灣則不見得顧及全民，往往可能忽略較弱勢的族群；以及對自然環境的保護，雖然台灣已有立法保護，但由於追求經濟利益，濫砍濫伐或破壞環境的行為仍層出不窮，可見法律仍有不完善之處。

然而根據 2012 年最新的報導指出，不丹人民的幸福指數不如以前！過去曾創下 97% 人民感到幸福的不丹，現在卻只剩 41% 的人民感到幸福，讓我們十分驚訝。對於不丹幸福指數排名下降的原因，我們覺得可能是與實行開放政策與民主化有著脫不了的關係。

閉關自守已久的不丹，面對突如其來的開放政策，人民可能會感到措手不及，且面臨到龐大的資訊量，以及得知外界科技的突飛猛進，可能使不丹人民感到焦

慮且有對物質生活有更多的需求，而可能感到不滿足。至於實行民主化的部分，我們覺得從過去到現在，不丹政府為人民決定各項事務，如今卻突然能讓人民自己決定部分事項，從民主政治的角度來看，必定是一大躍進，但從不丹人民的角度來看，這對他們而言帶來很大的改變而可能感到不安。

自工業革命以來，各國跟隨著列強的腳步，積極發展經濟與科技，常常忽略了最原始的自然環境與最傳統的生活方式。然而這時的不丹，沒有因應這股潮流，反而繼續秉持著最初的文化以及自然環境。在大家意想不到的情況下，不丹竟曾經成為世界第八快樂的國家。而 GNH 未來的發展也因為不丹，讓現在很多國家元首都開始重視人民的幸福，使 GNH 成為一股新潮流。在這股潮流的影響下，我們期待 GNH 能夠與 GDP、GNP 擁有相同的重要性以及影響性。

不丹人民要的是快樂；美國人民以追求經濟成長為目標；中國也秉持著走「中國式的社會主義」繼續發展。當然我們也要回顧台灣，身為台灣人的我們要的到底是什麼呢？我們似乎一直不斷的追隨著別國，像是美國發展經濟的時候台灣便以「拼經濟」為口號；當國際間以環保為主流時，台灣也提出了「節能減碳」的理念；現在 GNH 也成為了世界的潮流，台灣政府也跟著提出希望人民能幸福的施政目標，但實際作為仍值得我們去思考。

台灣不該繼續人云亦云，而該好好思考什麼才是台灣真正能夠發展的，而台灣要的又是什麼？世界的潮流並非適合每個國家，畢竟各國的地理環境及歷史發展等等皆不盡相同。針對現在的台灣，我們覺得台灣應該好好整治內部政治環境，不再讓貪腐事件一而再、再而三的發生，創造清廉政府，並獲得民眾的青睞。

肆●引註資料

黃紫婕（2011）。**我在幸福之地・不丹**。台北市：商周。

劉必權（2009）。**世界列國誌 不丹**。台北縣：川流。

辜樹仁（2011）。不丹快樂發展的王道。**天下雜誌**，**484**，124-130。

中國廣播公司（2011）。「幸福指數」衡量人民的幸福程度及對生活的感受。2011年5月25日，取自

<http://www.bcc.com.tw/board/list.asp?fumcde=FUM20070518120153WX4&subcde=SUB20110525165610DO4&lsttyp=lst>

林正峰（2011）。不丹 最快樂的窮國。商業周刊，1000，2007年1月22日，取

自 <http://www.businessweekly.com.tw/webarticle.php?id=24120>

石希（2007）。瑞士養老保險三大支柱面臨挑戰。2007年7月2日，取自
<http://world.people.com.cn/BIG5/14549/5936777.html>

德遊善（2008）。【世界之最】世界上最快樂的國家 不丹。2008年1月22日，取自
<http://www.epochtimes.com/b5/8/1/23/n1986972.htm>

張亞中（2008）。**小國崛起：轉捩點上的關鍵決擇**。台北市：聯經。

蘇瑞銘（2009）。**瑞士Switzerland**。台灣省：泰雅出版社。

邱軒燕（2012）。從GDP到幸福指數 經濟掛帥六十年後，幸福成全球施政潮流。
遠見雜誌，**310**，204-209。