
GNH から見たアジアの未来

Future of Asia in GNH Perspective

カルマ・ウラ
Karma Ura

1. 幸福とは

GNH（国民総幸福量）とは基本的に、幸せでつつがない誕生、成長、生活にかかわるものです。そして、人生の最終段階まで、つつがなく齢を重ね、最期を迎えることができるかどうかを測る指標です。ただし、先ほど国士舘大学の朝倉学長がおっしゃられたように、私たちは持続可能な方法によってのみ、それを成し遂げねばなりません。持続可能な開発の尺度であるエコロジカル・フットプリントは、総計すると既に地球1.7個分に達しています。つまり、地球0.7個分を使い過ぎているのです。この計算結果から、人間の過剰消費による圧力のために、生物多様性が消滅し、破壊されていることが分かります。

理論上、「つつがなく誕生する」とは、乳児と妊産婦の死亡率をゼロにするということです。どちらの数値も、極度の貧困状態にあるアジア諸国で、非常に高くなっています。子供が問題なく幸せに成長するためには、良好な親子関係、良好な子供時代、良好な近隣環境が不可欠ですが、特に都市部において、これらの要因を確保することが難しくなっているようです。日本では、国民の7割以上が都会に住んでいます。私たちのライフスタイルが都市型に移行すると、良好な親子関係、幼少期、近隣環境を維持することが難しくなります。

やりがいを感じながら、満足感と達成感を持って働くには、仕事が見つかるというだけでなく、職業人生が満足できるものでなければなりません。35歳から45歳までの人生の絶頂期は、幸せだと感じられる時期であるべきです。しかし、ブータンで行われたような調査の結果は、人々の主観的幸福度が、この職業人生の絶頂期に低くなっていることを示しています。私たちはそのように生きなくてもよいはずですが、経済的に成功し、老後の年金を確保するには、35歳から45歳まで必死で働かざるを得ないのが現状です。この年代の人々にとって、人生は何とも脆く過酷なものに感じられるのです。

しかし、社会や職業構造は変えられるのです。週の労働時間の短縮を勝ち取るべく戦う必要があります。働く時間が短くなれば、もっと長い期間働き続けられるようになります。つまり60歳になってからも働き続け、退職して無為に過ごさなくともよくなるのです。週の労働時間の短縮は、健康増進にも役立ちます。これは、余暇活動の時間が長くなるため、働いていても様々な活動を行うことができるようになるからです。

多くの社会が長寿化を達成しています。しかし、長く生きられればそれで幸せ、というわけではなく、年老いてからも心豊かに暮らし、社会や職場で活躍し、人生を有意義に、そして元気に過ごせるような社会の構造と条件を整えていく必要があります。そして心身ともに苦痛を感じることなく生きることができなくてはなりません。

皆さんご存じのように、個人レベルでは、幸福の追求が誰にとっても最大の関心事ですが、公的

レベルでは、これを主たる目標としている政府は皆無です。個人と政府の関心事を調和させる必要があります。GNHはその達成に向けた、ささやかな試みなのです。個人レベルでは、私たちの誰もが、幸せになろうと努力することができますが、それを達成できるかどうかは、個人の選択によって決まるものではありません。なぜなら個人の活動や行動は、政府が定める政策や法律といった、より大きな環境に左右されるからです。したがって、できる限り幸福になるためには、政府の関与が不可欠であり、また行政の構造や過程を適切なものに変えていく必要があります。

2. 幸福の条件

感覚的刺激を受けたり楽しんだりするだけで、幸福になれると信じている人はいないでしょう。それは明らかに単純すぎる考え方です。つまり消費することで幸福になれるというわけではなく、物を消費すればするほど幸せになれるという考え方には、いくつか問題があります。

第1の問題として、どれほど消費しても、直接、あるいは際限なく幸福になれるわけではないことがあります。それでも人々は商品やサービスを求め続け、それらを得ることでより幸せになれると信じたがっています。

感覚的な刺激や喜びによって幸せになれるという考え方の第2の問題は、内面的成長や瞑想の果たす役割を、十分に認識していないということです。内面的成長や瞑想の重要性は、これまであまり強調されてきませんでした。瞑想によって自己を深く見つめ、さらにそれがいかに幸せに貢献するか、このことに気づくのは簡単ではありません。感覚を停止させ、外部からの刺激をできるだけ受けないようにすることで、心が落ち着き、穏やかになります。これは、感覚的刺激によって楽しいと感じるのは、まったく逆のやり方です。視聴覚の情報が満ちあふれている現代世界では、過剰な刺激によって人々は心の平穏を掻き乱されているとさえ言えるかもしれません。

通常、心身の健康と幸福は、経済、生態系、文化、人材、社会といったさまざまな分野の富や資本によって得られるものであり、またそれらに左右されます。このうちのどれもが幸福になる上で不可欠であるため、可能な限り評価しなければなりません。ただし、経済的資本については測定と評価の方法が過剰なほど発達してきたのにたいし、他の資本の体系的評価は、ないがしろにされているのが現状です。

GNH指標では、72の要因を優先的に扱っています。これらの要因は世論において幸福の要件とされたもので、9つの分野／領域に分けられています。具体的には教育、心理的幸福、健康、時間の使い方、文化、良い統治、コミュニティ、生態的多様性、生活水準の9領域です。

GNH領域の1つが「心理的幸福」で、これは基本的に、適切な感情的生活を目指すという考え方です。感情的生活とは、客観的な測定値のみからは見えてこないもので、私たちは、自己申告された一部のGNH指標のデータを総合して、生活の感情面のパターンを評価しました。私たちの生活は、穏やかさ、寛容性、思いやりといった肯定的な感情に満ちたものであるべきです。怒り、イライラ、嫉妬などの否定的な感情は、できるだけ抑制しなければなりません。人々が否定的感情の原因を認識し、それを抑制できるようにするための、訓練や計画が求められています。肯定的な感情の持ち主となることで、個人の幸福度が高くなります。そしてこのような感情面の効果によって、コミュニティにはより良い雰囲気生まれます。

人々の帰属意識が高く、安心できる人間関係や情緒的な支えが得られるようなコミュニティは、

健康で幸せな生活を送るための基盤となります。こういったコミュニティの側面を大切にすべきです。GNHでは、幸福になるための不可欠な要因として、人間関係の質を重視しています。これは、所得や物財で置き換えられないものです。信頼し合い、共感し合い、支え合う関係は重要なものであり、このような関係を維持していくためには、労働やボランティアの時間を与え合うことが不可欠です。

文化の活力もGNH領域の1つです。有形・無形の文化を活気あるものにするすることで、社会の結び付きは強くなり、それを基盤に長期にわたり多様性を保つことができます。文化を維持しないで、多様性を保つことはできないのです。工業製品が巷にあふれている今、特に重要になっているのが、伝統工芸品やそれを生み出す職人芸を保護し、発展させていくことです。舞踊や工芸品のような文化的所産は、観賞できればいいというわけではありません。達成感を得るためには、文化を消費するだけでなく、個人レベルで文化をつくり出すことができなければなりません。したがって、職人としての多面的な才を育む必要があります。いずれにしても、人間には触覚を鋭くしたり筋肉を鍛えたりする活動が必要であり、職人芸とは、そのような活動を目に見える形にしたものと言えます。

健康や教育という幸福の領域については詳しく申しませんが、GNH領域としての健康の基本的な考え方は、より多くの医療を受けるためにもっと稼がねばならない、ということではありません。臨床治療によって健康を維持しようという傾向が強まっているとすれば、それは明らかにより深刻な病にかかっている証拠です。大事なのは、「健康なライフスタイルの維持」です。社会や環境、あるいは経済の状態が悪化すれば、健康なライフスタイルを維持することが不可能になります。人間の心身の健康は、そうした要因が影響を与えるオープンな仕組みになっているからです。最終的には、社会・経済・環境面の広範な悪化が、やがて人々の健康に、直接あるいは間接的に悪影響を及ぼすようになります。例えば、人々が助け合い共感し合うような、まとまりのある社会でなかったら、人々は精神疾患やうつ病などに苦しむことになるでしょう。

生態系の活力もまたGNHの1領域ですが、その重要性は強調するまでもないでしょう。それは究極的に栄養、医療、財の供給源となり、気温や湿度、酸素の調整といった生態学的な機能を果たしてくれます。しかし私たちは、何世紀もの間、自然環境を有形の原料や材料の供給源と見なし、目に見えなくても人間にとって本当に必要なものを与えてくれる源泉と感じたり、捉えたりすることはほとんどなかったのです。

GNH領域の1つである生態系の活力は、これ以外にも2つの機能を持つために、一層重要だと考えます。その1つは、人間の美意識に関係する機能で、実際それは、良好な自然環境が存在して初めて形成されるものでしょう。自然に生きる農民の健康さと美意識は、無意識のうちに、自然の美学によって形づくられるものです。ある意味、どのような芸術も、自然からインスピレーションを得た農民の技巧と美意識から生まれたものと言えます。

生態系の活力が果たす第2の機能は、心と体への癒し効果ですが、これは往々にして過小評価されています。コンクリートの壁ではなく農家の窓から、まぶしい緑豊かな丘を眺めることが、健康にもたらす効果は、測り知れないものです。億万長者は、森から近いところに住むことの便益に気付いていません。森の近くで暮らすに越したことはありませんが、毎日その森で散歩を楽しむことができなければ、大した価値はないのです。

その他のGNH領域については省略し、最後に時間の使い方について述べます。良好なコミュニティ、豊富な資産、健康、高い学歴といった側面を全て備えている人もいますが、バランスよく時間を使わなければ、どれも無意味なものになってしまいます。一日24時間の中で、人と付き合ったり、子供や高齢者の世話をしたり、体を動かし運動したりする時間、また学ぶための時間を確保しなければなりません。何よりも大切なことは、一日を振り返る時間を毎日30分くらい持つことです。当然ながら眠る時間や自分のことをする時間も必要です。

どの国でも、かなりの数の人々が、このように大切な時間を他人に奪われ、持つことができないでいます。シンガポールや韓国といった、めざましい経済成長を遂げた国でさえも、仕事に時間を取られ過ぎて、他の活動ができなくなっています。人々は多大なストレスを受け、長生きすることを諦めています。時間がどのくらいバランスよく使われているかは、人々の暮らし方やその結果を知るための、適切な尺度となります。私たちは、毎日々々を健康に生きねばならず、実際人間の体はそのように作られています。大切な活動に費やす時間が失われているということは、生活が不均衡で不安定であることを意味します。それはつまり、幸せを感じるために必要な多くの活動が、犠牲にされているということです。人々は、ごく一部の活動のために、幸福感を持つための活動を楽しむ時間が持たなくなっているのです。

先ほど申し上げたように、GNH指標から、72要因の達成度によって総体的にどのくらい幸せに暮らせているかがわかるのですが、ブータンのGNH指数は、0.64となっており、これは、平均的なブータン国民が、72のうち43の要因を享受していることを意味します。

3. アジアと幸福

では話題を変えて、幸福という側面に関して、アジア諸国が直面している地域的問題を、いくつかまとめてみたいと思います。それによって、今日のアジアでは、概して幸福がどのような状態になっているかを説明できればと思います。ここで言及するのはどれも、会場の皆様聞き覚えのある問題ばかりです。

世界は今後、ある意味で非常に大きなものになっていくでしょう。人口は爆発的に増えており、2050年までに約90億人に達する見込みです。重要課題の1つが、貧困の根絶です。アジア太平洋地域のほとんどの国で、少なくとも人口の10%が極度の貧困状態にあります。貧困の本質は昔のままですが、貧困にあえぐ国々の経済的特徴は変化しています。今や、主に中間的な所得の国々が貧困にあえいでいるのです。国が豊かになっても、貧困の問題は消滅していません。ミレニアム開発目標（MDG）や人間開発指数（HDI）の測定法を改善することが、大いに求められています。MDGやHDIは、生存を基準にした尺度ですが、GNHはどのくらい充実した有意義な生活を送っているかという観点から測定するものです。

特に南アジア諸国では、人口の増加に伴い社会の高齢化が進んでいます。北半球では既に高齢化が顕著になっていますが、高齢者の介護では、老後の資金繰りだけが問題なのではありません。年金の確保だけでなく、すでに長寿化を達成している多くの社会で、老後の幸福という問題への対処が求められています。ここで問題になるのが、介護を必要とする人は概して80歳以上とされますが、その介護者もまた60歳代の高齢者になる、ということです。社会の高齢化により、介護する家族もまた高齢者という事態になっています。高齢化社会でもう一つ問題になるのが、コミュニティ

の活力を取り戻すことです。長寿化に伴い、高齢者が社会活動や経済活動に参加する機会を拡大していく必要があります。「最後まで有意義で満ち足りた人生だった」と人々が感じられるようにしなければなりません。

アジアにおける第2の大きな問題は、生物多様性が失われている速度です。地球上の生物は、週に1種類の速度で死に絶え、絶滅していると聞いています。何としても私たちは、現在の消費行動をすぐにも変えていかねばなりません。そのためには単に、生物多様性の消滅を招くようなものを使わないようにすればいいのです。

私たちの誰もが認識している第3の重要な問題は、化石燃料技術に依存し続けていることです。化石燃料の生産コストの予測によれば、2035年には、石油価格が現在の倍（1バレルあたり133米ドル）になる見込みです。化石燃料の輸入量と消費量も、2030年までに倍増すると予想されています。安く石油が買える時代は、終わろうとしています。しかし、これまでになされた高い経済成長率の予測は、燃料の不足や石油価格の高騰を織り込んだものではないようです。かつての石油が豊富だった時代は終わりつつあり、経済成長の方程式は今後変わっていくでしょう。

これからどれほどの技術革新が進むとしても、より少ないモノで生きていく必要があるのは避けられないと思います。私たちは、移動をできるだけ少なくし、遠方から運ばれた物をできるだけ消費しないような方法を学んでいく必要があるでしょう。こういった新たな制約を受け入れるためには、できるだけ少ない物で満足し、できるだけ近くで生産された食物を利用していくための、より多様な方法を探らなければなりません。地域の環境回復力が再び取り戻されなければなりません。

現在の傾向や状況を考えるなら、私たちが同じ地球に属していることを新たに意識する必要があります。これはまさに本質的なことですが、それには大きな障害があります。資源の分配と管理は、今後さらに難しくなるでしょう。私たちが若かりし頃に願っていた平和は、まだ実現していません。兵器産業の衰退への期待も、実現されないままです。それどころか、アジアのほぼ全域で、防衛費が増加しているのです。イラク、中国、インド、パキスタン、日本、インドネシア、スリランカ、シンガポールなど、どの国でも武装化が進められ、それに伴い不安が高まっています。19世紀と同じ防衛のロジックが、いまだにまかり通っているのです。

最後にもう1つ重要だと思われる問題は、人々のライフスタイルが不健康になってきているということです。ブータンでもこの傾向が見られます。長寿を達成したものの、それに伴い、医療費の増加を賄うためにもっと稼がなければならない、という事態になっています。先に申し上げたように、私たちが目指すのは、医療費を最小限にして、本質的に健康なライフスタイルを構築することです。しかしこれは、個人の選択だけでは実現できないことです。人々の健康や生活に悪影響を及ぼすような、大規模な構造や形式を変えていかねばなりません。この点については詳しく説明する時間はありませんが、強調しておきたいことは、GNHは、幸福を達成する上での枠組みとなる、より有益な政策と立法の環境を準備するということです。

では結論を述べさせていただきます。私たちの生きる世界は、ますます持続不可能で、不平等なものになっています。その結果、多くの人々が、新たな方向性を探ることを余儀なくされています。また、非常に多くの人々が、満足感を持たずにいるという現実もあります。このためさらに、新たな方向性を探る動きが加速化されています。私たちは、幸福感を高める必要が本当にありますが、

これは、皆様ご存じの通り、過去100年以上にわたり先進諸国が行ってきたようなやり方では、もう達成できないことです。私たちは、同じ道を再び辿ってはなりません。それは集団自殺のようなものです。

GNHとは、新たな未来に向かって歩むための新たな方法であり、そして経済的・民主的政策を見つけるための、ほんのささやかな実験だと言えます。公的レベルでそれを実現するには、多くの手段が必要です。GNHの原則に従い、それを実践していく中で、私たちはプロジェクトや政策、公的投資を審査するための管理手段を検証しています。また新たな指標の検証も行っており、現在通用しているGDPという誤解を招きやすい指標を鵜呑みにしたり、それに振り回されたり、また支配されることのないようにしています。

予定時間をかなりオーバーしてしまったようです。長時間のご清聴に感謝いたします。どうもありがとうございました。