

NGHIÊN CỨU ĐỊNH LƯỢNG VỀ HẠNH PHÚC VÀ CHỈ SỐ HẠNH PHÚC (HPI) CỦA VIỆT NAM TRONG 178 NƯỚC NĂM 2006

HỒ SĨ QUÝ^(*)

Hạnh phúc là một đối tượng nghiên cứu cực kỳ khó nắm bắt. Bởi vậy, xưa nay, hạnh phúc vẫn thường là địa hạt của những nghiên cứu thần học và triết học, tức là những nghiên cứu nặng về kiến giải theo kiểu chiêm nghiệm và định tính. Không thỏa mãn với những giải thích như thế, những năm gần đây, việc quy giản hạnh phúc thành các đại lượng có thể đo đếm được đã trở thành tham vọng của nhiều nhà khoa học thuộc các chuyên ngành khác nhau, kể cả các nhà toán học. Đi theo xu hướng này, tháng 7/2006, NEF (New Economics Foundation), một tổ chức nghiên cứu kinh tế-xã hội có trụ sở chính tại Vương quốc Anh, đã nghiên cứu và công bố Báo cáo về Chỉ số hạnh phúc hành tinh (HPI - Happy Planet Index) với bảng xếp hạng cho 178 nước, gây tiếng vang nhất định trong cộng đồng quốc tế. Theo Báo cáo này, HPI cao nhất thế giới năm 2006 thuộc về Vanuatu, một quần đảo ở nam Thái Bình Dương; đứng thứ 178/178 nước là Zimbabwe, một quốc gia ở châu Phi. Việt Nam trong Báo cáo đạt được chỉ số HPI khá cao, xếp thứ 12/178 nước, trên cả Trung Quốc, Thailand, Italia, Nhật Bản, Mỹ và hơn 160 nước khác. Tác giả đã phân tích hiện tượng này, trên cơ sở tìm hiểu lịch sử hơn 100 năm của xu hướng nghiên cứu định lượng với những thế mạnh và hạn chế của nó. Theo tác giả, hạnh phúc là một giá trị vừa chủ quan vừa khách quan. Bởi vậy, quá trình mưu cầu hạnh phúc, đâu có mang màu sắc chủ quan đến mấy, vẫn là một cuộc tìm kiếm không hề viễn vông, không thuần túy "duy tâm" và có thể nói là đầy nhọc nhằn.

I. Khái niệm hạnh phúc và vấn đề nghiên cứu định lượng về hạnh phúc

1. *Hạnh phúc* không phải là một khái niệm nền tảng (paradigm) kiến tạo nên diện mạo riêng của bất kỳ học phái triết học hay thần học nào. Song vốn là một giá trị nhân sinh quan trọng bậc nhất của đời sống con người nên ngay từ rất sớm trong lịch sử nhận thức, *hạnh phúc* đã là đối tượng được mọi tôn giáo

và nhiều trường phái triết học quan tâm, đặc biệt, các triết thuyết theo dòng nhân học (Philosophical Anthropology). Việc xác định khái niệm *hạnh phúc* cùng với những tiêu chuẩn mang đậm màu sắc chủ quan của nó và việc vạch ra con đường tìm kiếm hạnh

^(*) PGS., TS. Viện Thông tin KHXH.

phúc, trên thực tế, đã trở thành lý do tồn tại của mọi tôn giáo và mọi *nhân sinh quan* triết học (xin lưu ý, *nhân sinh quan* chứ không phải *thế giới quan*). Tôn giáo nào cũng tham vọng dẫn con người đến hạnh phúc theo cách của riêng nó. Cũng như vậy, triết thuyết nhân sinh nào cũng định hướng con người sống và hành động theo những tiêu chuẩn hạnh phúc mà nó vạch ra. Điều đáng nói là, tất cả những tôn giáo và triết thuyết kiểu như thế đều tự cho mình là chân lý khi nói về hạnh phúc (Xem: 2).

Về phương diện thế giới quan, có những học thuyết triết học chủ trương phủ nhận sự tồn tại của chính thế giới khách quan, thế giới bên ngoài mà con người hàng ngày hàng giờ vẫn đang chứng kiến; thế giới quan đó không tránh khỏi sẽ dẫn đến những quan niệm cực đoan về sự tồn tại của con người và

hạnh phúc con người. Nhưng về phương diện nhân sinh quan, không có tôn giáo nào hay học thuyết triết học nhân sinh nào phủ nhận sự hiện hữu của hạnh phúc. Dẫu chủ quan đến mấy, các triết thuyết vẫn coi hạnh phúc là cái *khả nghiệm* trong đời sống con người (cái mà con người có thể tìm kiếm và trải nghiệm được). Và đó cũng là lý do để cuộc truy tìm hạnh phúc của con người, cả về phương diện nhận thức và cả về phương diện hoạt động thực tiễn, mãi mãi vẫn là con đường đang được tiếp tục khai phá và đến nay vẫn chưa có câu trả lời đủ tường minh, thuyết phục được tất cả mọi người.

2. Hạnh phúc là giá trị vừa khách quan vừa chủ quan. Sẽ có người phản bác cách nói này, vì cho rằng *đã là giá trị thì không thể mang tính khách quan*. Nhưng có lý do hoàn toàn thỏa đáng để được phép nói như vậy:

Một số quan niệm tiêu biểu về hạnh phúc (trích theo: 1)

Epicurus: “Hạnh phúc là mục đích tối hậu của đời sống loài người. Sự yên bình và hợp lẽ phải là nền tảng của hạnh phúc”.

Aristote: “Hạnh phúc là ý nghĩa và mục đích của cuộc đời, là mục tiêu và cũng là giới hạn tận cùng của sự tồn tại người”.

John Stuart Mill: “Hạnh phúc là sự giới hạn dục vọng hơn là thỏa mãn dục vọng”.

Lucrece: “Tạo hóa đã an bài hạnh phúc vừa đúng mức cho mọi người. Chỉ cần biết lựa chọn nó mà thôi”.

Heraclite: “Nếu hạnh phúc thực sự nằm ở sự khoái cảm của cơ thể, thì ta có thể nói rằng con bò có hạnh phúc thực sự khi nó gặm cỏ khô”.

De Tocqueville: “Chấp nhận sự bất hạnh có lẽ còn ít đau khổ hơn là sự mưu cầu hạnh phúc”.

Deni Diderot: “Người hạnh phúc nhất là kẻ đã tạo được hạnh phúc cho nhiều người khác”.

Gustave Droz: Có một số người, “chỉ đạt đến mức sung sướng bằng cách trang trọng góp nhặt từng mảnh vụn của hạnh phúc vương vãi đó đây”.

Abraham Lincoln: “Chúng ta hạnh phúc vì tâm can ta cảm thấy vậy”.

Là giá trị nhưng hạnh phúc lại ít nhiều mang tính khách quan. Khách quan ở đây được hiểu là, hạnh phúc là có thực, tồn tại thực bên ngoài sự cầu mong dù thiện tâm hay ích kỷ của con người. Người bất hạnh, nói chính xác hơn, người cảm thấy mình bất hạnh có những lý do chính đáng để không thể tưởng tượng ra rằng mình đang hạnh phúc. Ngược lại, người coi mình là hạnh phúc cũng có đủ lý do để tự thuyết phục rằng họ không bất hạnh như những người đang thiếu những lý do đó, dù ai đó vẫn có thể coi họ là chưa có hạnh phúc. Không ít quan niệm thường quá thổi phồng yếu tố chủ quan, đến mức vô tình quên hẳn tính khách quan tinh tế trong quan niệm về hạnh phúc. Nếu hạnh phúc chỉ là giá trị thuần túy chủ quan, hoặc nói cách khác, nếu hạnh phúc hay bất hạnh cũng chỉ là tâm trạng mà mỗi người tự tưởng tượng ra rồi gán cho hoàn cảnh của họ... thì cuộc truy tìm hạnh phúc của con người hoá ra quá đơn giản. Cách hiểu như thế đầy rẫy trong các tín điều tôn giáo và không tránh khỏi làm giảm ý nghĩa của khái niệm hạnh phúc. Trong thực tế, con người, người bình thường, không đủ “dũng cảm” hay “điên rồ” để nhận thức về hạnh phúc đơn giản đến vậy. Quá trình tìm kiếm hạnh phúc, thực tế là quá trình *lựa chọn ý nghĩa cho sự sinh tồn* của mỗi con người và cả xã hội loài người, dẫu có mang màu sắc chủ quan đến mấy, vẫn là một cuộc kiếm tìm không hề viễn vông, không thuần túy “duy tâm” và chẳng một chút dễ dàng, nếu không muốn nói là đầy nhọc nhằn, trong đó con người phải trả giá bằng nước mắt, mồ hôi và cả máu nữa.

Vì thế nên hạnh phúc mới trở thành đối tượng phân tích không bao giờ cạn, được coi là vấn đề vĩnh cửu để triết học, thần học và các lý thuyết nhân sinh và xã hội phải chiêm nghiệm và bàn luận.

Nhưng quả thực, hạnh phúc là cái

không dễ trở thành đối tượng mổ xẻ duy lý và định lượng của khoa học. Các phương pháp phân tích và đo đạc chính xác của khoa học thường vẫn bất lực trước sự biến thiên phức tạp của đối tượng này: Người nghèo mơ đến hạnh phúc của sự giàu có, nhưng nhiều người giàu vẫn thấy bất hạnh; trong khi đó, xưa nay không hiếm người nghèo lại thực sự có hạnh phúc. Cũng tương tự như vậy, vua chúa hay thường dân, người sang hay kẻ hèn, người khôn ngoan hay kẻ dốt nát, người thành đạt hay kẻ thất bại... thật khó đo đạc chính xác xem ai hạnh phúc hơn ai.

3. Nhưng chẳng lẽ khoa học, đặc biệt các khoa học chính xác và thực nghiệm lại không giúp được gì để con người có thể đi tới hạnh phúc một cách dễ dàng hơn. ý tưởng này không được các nhà triết học và thần học hưởng ứng. Nhưng nó lại thôi thúc các nhà tâm lý học, các chuyên gia khoa học xã hội và thậm chí cả các nhà toán học... bất chấp thất bại, nhấn nại nghiên cứu và thử nghiệm.

Tác phẩm được coi là xuất hiện sớm trong nghiên cứu khoa học về hạnh phúc là “The Science of Happiness” của một nhóm tác giả xuất bản tại London năm 1861 (Xem: 19). Năm 1909, một cuốn khác cùng tên của Henry S. Williams xuất bản tại New York tiếp tục gây được sự chú ý nhất định trong giới học thuật (Xem: 7). Từ đó, các công trình, chuyên khảo, bài báo... có khuynh hướng nghiên cứu khoa học về hạnh phúc đều đặn xuất hiện. Tuy vậy, phải đến gần đây, ở phương Tây, người ta mới thừa nhận *Science of Happiness* là một ngành nghiên cứu tương đối độc lập với đối tượng nghiên cứu là *hạnh phúc*. Martin Seligman, GS. Đại học Pennsylvania, Chủ tịch Hiệp hội bác sĩ tâm lý Mỹ là một trong những người nhiệt thành lên tiếng đòi môn nghiên cứu về hạnh phúc phải được chú trọng với tính cách là một khoa học liên ngành, chuyên nghiên cứu định

lượng về hạnh phúc, nhằm bổ sung, thay thế cho những lĩnh vực mà triết học và tôn giáo còn đang giải thích một cách rối rắm hoặc trừu tượng (Xem: 3, 4).

Vấn đề là ở chỗ, hạnh phúc của con người dẫu phức tạp thế nào cũng không tách rời các cơ chế hoá học và sinh học của các trạng thái hưng phấn tâm lý nảy sinh ở con người trong hoạt động. Và như thế thì hạnh phúc không phải là một đại lượng trừu tượng như xưa nay tư duy vẫn thường mò mẫm, mà có thể đo đạc được bằng các thước đo tâm lý học hoặc xã hội học, kinh tế học, toán học, sinh học, hoá học, v.v... Chẳng hạn, người ta có thể đo lượng hoạt chất dopamin ở một vùng vỏ não xuất hiện nhiều hay ít để biết người đó cảm nhận về hạnh phúc như thế nào (Xem: 4).

4. Đi theo hướng này, năm 2003, Carol Rothwell và Pete Cohen, hai nhà nghiên cứu người Anh, lần đầu tiên (theo lời tự nhận xét của bà Carol Rothwell), đã đưa ra công thức để tính hạnh phúc. Dựa trên kết quả khảo sát xã hội học ở 1000 nghiệm thể là người Anh, công thức được đưa ra dưới dạng (*Hạnh phúc* = $P + (5xE) + (3xH)$). Trong đó, P là *chỉ số cá tính* (Personal Characteristics) bao gồm quan niệm sống, khả năng thích nghi, và sự bền bỉ dẻo dai trước thử thách. E là *chỉ số hiện hữu* (Existence) phản ánh tình trạng sức khỏe, khả năng tài chính và các mối quan hệ thân hữu. H là *chỉ số thể hiện nhu cầu cấp cao* (Higher Order) bao gồm lòng tự tôn, niềm mơ ước, hoài bão và cả óc hài hước. Dĩ nhiên không nhiều người kỳ vọng ở công thức này, song ở một phạm vi nào đấy, người ta cũng thấy công thức này có giá trị gợi mở nhất định (Xem: 18).

Khi tiến hành đo đạc, tính toán về hạnh phúc, đóng góp của các nhà nghiên cứu định lượng được ghi nhận nhiều ở việc họ đã chỉ ra vai trò của từng nhân tố cụ thể trong cấu trúc của hạnh phúc con

người. Các nhân tố thường được quan tâm và đã được xem xét là năng lực thông minh và trí tuệ, yếu tố di truyền và bẩm sinh, vai trò của giáo dục và truyền thống, ảnh hưởng của thu nhập và tiền bạc, các quan hệ gia đình và hôn nhân..., thậm chí người ta còn tính đến cả ảnh hưởng của các yếu tố tinh tế và phức tạp khác như niềm tin cá nhân thiên về tích cực hay tiêu cực, bản tính từng người thiện hay bất lương, vẻ đẹp cơ thể đẹp hay bình thường, tâm lý sở hữu mạnh hay yếu, v.v... Tuy nhiên, điều thú vị là ở chỗ, các kết quả nghiên cứu thường không thật sự thuyết phục; có những kết luận trái ngược nhau; đa số kết luận chỉ đúng trong những phạm vi rất hạn chế. Điều này nói lên rằng, hạnh phúc, vẫn như hàng nghìn năm trước đây, là đối tượng không dễ nắm bắt và chinh phục. Và, có lẽ, chính điều này lại càng làm cho việc nghiên cứu và chiêm nghiệm về hạnh phúc thêm phần thú vị và cuốn hút.

5. Về quan hệ giữa tiền bạc và hạnh phúc, xưa nay, hầu hết các lý thuyết đạo đức xã hội thường nói rằng, tiền bạc gần như không có liên hệ nhân quả nào với hạnh phúc. Nghi ngờ định kiến này, nhà xã hội học Glenn Firebaugh, Đại học Pennsylvania và Laura Tach, Đại học Harvard (Mỹ) đã bỏ công nghiên cứu vấn đề và rút ra kết luận: tiền bạc có tạo ra hạnh phúc, tuy nhiên, với một điều kiện là người làm ra tiền bạc phải cảm thấy họ kiếm được nhiều tiền hơn những người quanh họ (Xem: 4). Cũng cho kết quả tương tự là nghiên cứu của Edward Diener, nhà tâm lý học Đại học Illinois (Mỹ). Diener kết luận, sẽ là không đúng nếu nói tiền bạc không liên quan tới hạnh phúc; mối quan hệ giữa chúng rất phức tạp, song tỷ lệ hài lòng với cuộc sống của người giàu thường cao hơn nhiều so với người nghèo. Hiện tượng này đúng cho cả những nước giàu và những nước nghèo. Chuyên gia kinh

tế Andrew Oswald của Đại học Warwick (Anh) cũng đồng ý với Edward Diener khi nghiên cứu một nhóm người trúng xổ số từ 2.000 đến 250.000 USD. Kết quả chỉ ra là mức độ hài lòng với cuộc sống của nhóm người này tăng so với hai năm trước khi họ trúng số. Và mức độ hài lòng tăng tỷ lệ thuận với mức thưởng: trúng thưởng càng lớn người trúng thưởng càng hài lòng hơn với cuộc sống của mình (Xem: 17).

Tuy nhiên, Daniel Kahneman, người nhận giải Nobel kinh tế năm 2002, cùng các đồng nghiệp ở Đại học Princeton, Mỹ lại thu được kết quả khác và kết luận ngược lại khi nghiên cứu thu nhập của các hộ gia đình. Nghiên cứu của Daniel Kahneman xác nhận là hạnh phúc ở những gia đình có thu nhập trên 90.000 USD cao gấp đôi những gia đình có thu nhập dưới 20.000 USD. Nhưng số liệu lại cho thấy hầu như không có sự khác biệt nào về hạnh phúc giữa nhóm gia đình có thu nhập trên 90.000 USD với nhóm có thu nhập từ 50.000 đến 90.000 USD. Daniel Kahneman kết luận: quan hệ giữa thu nhập và hạnh phúc rất mờ nhạt và không phải ngẫu nhiên mà các tư tưởng gia thường khuyên con người không nên lấy tiền bạc làm thước đo hạnh phúc (Xem: 17).

6. Về quan hệ giữa trí thông minh, khả năng trí tuệ với hạnh phúc, cũng trong nghiên cứu nói trên của Edward Diener, kết luận được nêu đáng để phải suy nghĩ là, thông minh chẳng có ảnh hưởng gì đến hạnh phúc cả. Diener giải thích, người thông minh thường nuôi những ước vọng cao và rất cao. Bởi vậy, họ sẽ khó thỏa mãn với những gì không phải thành quả cao nhất. Người bình thường mơ ước thành đạt được như họ. Nhưng với họ, thành đạt như thế có thể vẫn là quá ít, và đó là nguyên nhân khiến họ ít thấy mình hạnh phúc (Xem: 4).

Liên quan đến mối quan hệ giữa trí thông minh và khả năng tạo dựng hạnh phúc, năm 2003, Robert J. Sternberg, Giám đốc Trung tâm *Tâm lý về khả năng, năng lực và sự thông minh* thuộc Đại học Yale, Mỹ đã cùng cộng sự tiến hành một nghiên cứu về người thông minh và cho ra mắt cuốn sách *"Tại sao người thông minh lại có thể làm điều ngốc nghếch đến thế?"*. Theo R. Sternberg, người thông minh thường có 4 loại ảo tưởng và họ lại quá thông minh để bảo vệ và tin tưởng vào những ảo tưởng ấy. Dĩ nhiên, người kém thông minh cũng có những ảo tưởng như vậy, nhưng họ thường khó tìm ra được lý lẽ để biện hộ, nên dễ hoài nghi và từ bỏ ảo tưởng của mình. Vấn đề là ở chỗ, về phương diện tâm lý, mỗi cá nhân thường rất khó biết chính xác mức độ ngốc nghếch của bản thân mình, vì khả năng áp dụng kiến thức để đạt hiệu quả trong cuộc sống không tỷ lệ thuận với chỉ số IQ. "Cách tốt nhất để tránh được sự ngu dốt là đừng lo ngại rằng mình sẽ tỏ ra là ngớ ngẩn", trong một cuộc trả lời phỏng vấn, R. Sternberg đã khuyên mọi người như vậy (Xem: 8, 9, 10).

7. Về ảnh hưởng của yếu tố di truyền đến hạnh phúc, các nhà khoa học cũng đặt ra vấn đề khá thú vị là: về mặt sinh học, những người bình thường (trừ trường hợp những người quá dị biệt mà ngay khi sinh ra đã bị coi là bất hạnh) phải chăng đều xuất phát từ một mặt bằng chung, từ một điểm xuất phát giống nhau để đi tới hạnh phúc, hay ngược lại, ngay từ khi sinh ra, mỗi cá nhân đã được yếu tố di truyền định sẵn cho một "điểm chuẩn riêng" để từ đó họ đi tới hạnh phúc theo các diễn biến thăng trầm khác nhau? David Lykken, nhà di truyền học hành vi, GS. tâm lý học của Đại học Minnesota, Minneapolis, Mỹ cho rằng 44-55% cảm giác hài lòng của con người thường được quyết định bởi "điểm chuẩn hạnh phúc" vốn có do gen di truyền

chi phối. Trong khi đó mức thu nhập, tình trạng hôn nhân, lòng tin tôn giáo hay nền tảng giáo dục..., tức là những nhân tố ngoài di truyền lại chỉ ảnh hưởng với một tỷ lệ không lớn so với những nhân tố di truyền. Kết luận này tuy bị nhiều người nghi ngờ, nhưng đã góp phần kích thích những nghiên cứu sâu thêm về vai trò của gen di truyền. Michael Cunningham, GS. Đại học Louisville, Kentucky, Mỹ đã có một nghiên cứu chứng minh rằng, nhiều người có điểm chuẩn hạnh phúc thấp và rất thấp, nhưng trong hoạt động xã hội vẫn có thể đạt tới một nấc thang hạnh phúc cao hơn (Xem: 11, 12).

II. Chỉ số Hạnh phúc của 178 nước năm 2006

1. Mặc dù nhận ra việc nghiên cứu định lượng về hạnh phúc mang trong nó những hạn chế, thậm chí, những hạn chế không nhỏ, song các học giả và một số tổ chức quốc tế vẫn thấy hướng nghiên cứu này không phải là kém ý nghĩa. Quá trình đo đạc, trắc nghiệm hạnh phúc thông qua các nhân tố cụ thể cấu thành nên hạnh phúc luôn luôn gợi mở cái nhìn sâu hơn, thực tế hơn về cuộc sống con người. Dẫu phiến diện đến mấy, khi nguyên nhân của một tình trạng hạnh phúc hay bất hạnh được chỉ ra, con người vẫn có thêm căn cứ để đưa ra các quyết sách hợp lý hơn, thoả đáng hơn nhằm nâng cao chất lượng sống (một đại lượng rất căn bản của hạnh phúc) cho từng cộng đồng. Và bởi thế, các học giả và nhiều tổ chức quốc tế vẫn tiếp tục triển khai những công trình nghiên cứu định lượng với quy mô ngày càng lớn hơn.

Cho đến thời điểm hiện nay, công trình có quy mô lớn hơn cả là Báo cáo *Chỉ số hạnh phúc hành tinh* được công bố vào tháng 7 năm 2006. Đây là kết quả nghiên cứu của NEF. Dựa vào các số liệu chọn lọc từ các quốc gia, các tổ

chức quốc tế và các số liệu do chính NEF điều tra, thời gian gần đây, NEF đã đưa ra các báo cáo về kinh tế, xã hội và môi trường... gây được tiếng vang nhất định trong dư luận quốc tế. Trong số các báo cáo của NEF (13), Báo cáo về *Chỉ số hạnh phúc hành tinh năm 2006* là đáng chú ý hơn cả.

2. Về quy mô, Báo cáo *Chỉ số hạnh phúc hành tinh năm 2006* tập hợp và đưa ra được bức tranh về thực trạng hạnh phúc của 178 nước; tức là hầu hết các nước và vùng lãnh thổ trên thế giới. Chỉ một số ít nước không có số liệu do hoàn cảnh chính trị - xã hội khá đặc biệt như Iraq, Afghanistan, CHDCND Triều Tiên, Somali, Tây Sahara, Liberia, Đảo Greenland, Serbi & Montenegro, Đông Timor... Về mặt học thuật, Báo cáo đã thiết kế và đưa ra được một *chỉ số định lượng xác định* về hạnh phúc, *chỉ số HPI*. Đã có những tranh cãi về chỉ số này sau một thời gian NEF công bố Báo cáo: một số học giả chưa thỏa mãn với cách thiết kế chỉ số, chưa đồng ý với logic của việc quy giản khái niệm hạnh phúc... Tuy thế, đến nay, đánh giá về Báo cáo nhìn chung là tích cực, chưa có quốc gia nào hay tổ chức quốc tế nào lên tiếng phản đối Báo cáo này.

3. Bộ máy lý thuyết định hướng thiết kế chỉ số HPI là các khái niệm *Số năm được sống hạnh phúc* (Happy life years) và *Sống hạnh phúc* (Well-being: *Sự hiện hữu - sáng khoái*; sống hạnh phúc, sống dễ chịu). Lý thuyết của NEF rất chú trọng đến đời sống hạnh phúc cá nhân, coi tỷ lệ cá nhân sống dễ chịu là đại lượng quyết định trạng thái hạnh phúc. Chỉ số HPI gồm ba chỉ số thành phần là:

(i) Mức độ hài lòng với cuộc sống (Life Satisfaction): Mức độ được sống hạnh phúc của con người ở mỗi quốc gia.

(ii) Tuổi thọ (Life Expectancy): Tuổi thọ bình quân thực tế mà mỗi quốc gia đạt được; không phải tất cả mà chỉ một phần trong đó là những năm sống hạnh phúc.

(iii) Môi sinh (Ecological Footprint - *dấu chân sinh thái*): dấu vết của toàn bộ hệ sinh thái xung quanh con người, không chỉ môi trường - Con người tiêu dùng tài nguyên tự nhiên đến mức nào, có vượt quá mức độ cho phép mà tự nhiên đã “ban” cho con người tại mỗi quốc gia hay không, có làm tổn hại đến hệ sinh thái mà trong đó con người chỉ là một thực thể sinh học hay không).

HPI được tính theo công thức:

$$HPI = \frac{\text{Life Satisfaction} \times \text{Life Expectancy}}{\text{Ecological Footprint}}$$

Theo công thức này, người ta sẽ tính được chỉ số hạnh phúc của mỗi quốc gia hoặc của mỗi cộng đồng. ý nghĩa của công thức này là: *Hạnh phúc của mỗi quốc gia / cộng đồng là số năm trong vốn tuổi thọ mà con người cảm thấy hài lòng với cuộc sống của mình nếu điều này phù hợp với điều kiện tài nguyên tự nhiên được phép tiêu dùng (chỉ số hài lòng với cuộc sống nhân với chỉ số tuổi thọ chia cho chỉ số thực trạng tiêu dùng tài nguyên tự nhiên và mức độ làm ảnh hưởng đến hệ sinh thái xung quanh).*

Thang HPI được thiết kế từ 0 - 100. Theo NEF, thang lý tưởng (Reasonable Ideal) trong điều kiện hiện nay là 83,5; trong đó, chỉ số hài lòng với cuộc sống là 8,2; chỉ số tuổi thọ là 82,0 và chỉ số môi sinh là 1,5.

4. Theo Báo cáo, HPI cao nhất thế giới năm 2006 thuộc về Vanuatu, một quần đảo ở nam Thái Bình Dương với HPI = 68,2. Thấp nhất là Zimbabwe với HPI = 16,6. Việt Nam trong Báo cáo đạt

được chỉ số HPI là 61,2 với chỉ số hài lòng với cuộc sống là 6,1; chỉ số tuổi thọ là 70,5 và chỉ số môi sinh là 0,8. Điều thú vị là, Việt Nam đứng thứ 12 trong số 178 nước, trên cả Trung Quốc (31/178), Thailand (33/178), Italia (66/178), Nhật Bản (95/178), Mỹ (108/178) và hơn 160 nước khác.

Như vậy, theo chỉ số này, hạnh phúc không nhất thiết đi liền với trình độ giàu - nghèo, hay mức độ phát triển - kém phát triển; tiện nghi vật chất và tinh thần cũng chỉ đem lại hạnh phúc cho con người với những điều kiện giới hạn nhất định. Hạnh phúc trước hết là con người có tuổi thọ cao, trong đó có nhiều năm được sống hài lòng với cuộc sống của mình nhưng không tiêu dùng lạm vào vốn tài nguyên tự nhiên và không làm ảnh hưởng đến hệ sinh thái xung quanh.

Cũng nên tìm hiểu nước đạt tới HPI cao nhất thế giới, Vanuatu là quốc gia như thế nào. Vanuatu - tên gọi đảo quốc này nghĩa là “Miền đất vĩnh hằng”. Quốc gia này nằm ở phía nam Thái Bình Dương với 83 hòn đảo có khí hậu tuyệt vời: mùa hè 27°C - 29°C, mùa đông 19°C-22°C. Dân số Vanuatu năm 2003 chỉ 199.400 người gồm nhiều sắc tộc nhưng sống rất hoà thuận với nhau. Trước kia, Vanuatu là miền đất thuộc Anh và Pháp. Từ năm 1984 Vanuatu tuyên bố độc lập. GDP đầu người năm 2005 của Vanuatu là 1.398 USD (= 2.944 USD tính theo PPP). Kinh tế Vanuatu chủ yếu là nông nghiệp và du lịch quy mô nhỏ. Điều đáng lưu ý là nhiều sắc dân Vanuatu có nguồn gốc từ châu Âu nhưng tất cả đều tôn trọng văn hoá bản địa có từ hàng nghìn năm nay và họ có ý thức đề kháng với những thói xấu của văn hóa phương Tây. Ở

Vanuatu hiện vẫn rất ít các thiết bị tiêu dùng hiện đại, người dân không ưa những dịch vụ kiểu siêu thị hay nhà hàng Mc Donald. Nhưng ở đây phần đông dân số sống thanh thản bình yên đến tận 85-90 tuổi. Nhiều tài liệu ca ngợi Vanuatu là thiên đường nơi hạ giới bởi cảnh quan đẹp, môi trường trong lành, con người khoẻ mạnh, thân thiện (Xem: 14, 15, 6, 20).

5. Với Việt Nam, dường như có vẻ thiếu thuyết phục khi Việt Nam lại được coi là hạnh phúc hơn cả Singapore, Mỹ, Nhật Bản... Điều này có thể phải bàn luận thêm, vì logic của sự đánh giá này tuân theo quan điểm của NEF. Nhưng ở đây, nếu thừa nhận số liệu của NEF là chính xác và nếu đồng ý với NEF coi hạnh phúc nghĩa là hài lòng với cuộc sống thực tại, đồng thời tiêu dùng môi trường ở mức cho phép và bảo tồn được sự đa dạng sinh thái thì người Việt Nam có quyền tự hào về thực trạng cuộc sống của mình. Theo chúng tôi, 61,2 % cư dân Việt Nam hài lòng với cuộc sống hiện tại, là con số có thể tin được. Trải qua nhiều thập niên chiến tranh, rồi chịu đựng gian khó để xây dựng đất nước, đến nay, dễ hiểu là sự phát triển của đất nước đã cho phép người dân đánh giá tích cực về cuộc sống của mình. Con số này càng trở nên quý giá nếu lưu ý, mức lý tưởng trong điều kiện hiện nay là quốc gia nào đó có 83,5% chứ không phải 100% cư dân hài lòng với cuộc sống của họ (ngay cả Vanuatu, nước xếp thứ 1/178 về chỉ số hạnh phúc cũng mới chỉ đạt 68,2, còn xa mới đạt tới chỉ số 83,5).

Có thể coi điều vừa nói trên đã được xác nhận ít nhiều bởi một nghiên cứu khác, tuy phạm vi và thời gian khái quát có hẹp hơn so với quy trình nghiên

cứ của NEF: Cuối năm 2006, Viện Gallup International Association (GIA, một tổ chức nghiên cứu xã hội học nổi tiếng) đã khảo sát mức độ lạc quan và bi quan của dân chúng tại 53 nước trên thế giới. Kết quả là người Việt Nam hoá ra dẫn đầu thế giới về mức độ tin tưởng vào tương lai. Trong gần 49.000 người tại 53 nước được hỏi, chỉ có 43% tin rằng tương lai sẽ tốt đẹp hơn, trong đó, Việt Nam: 94% tin tưởng vào tương lai, Hong Kong: 74%, Trung Quốc: 73%, Ghana 68%, Nigeria 66%, Thailand: 53%, Singapore: 52%. Những nước có số người bi quan nhiều nhất khi nhìn về tương lai là Ấn Độ: 32%, Indonesia: 33%, Philippines: 34%, Iraq: 43%, và Hy Lạp: 44% (Xem: 5).

Dĩ nhiên, những nghiên cứu nói trên không phải đã tuyệt đối thuyết phục và khi nghe người bên ngoài ca ngợi Việt Nam hạnh phúc hay lạc quan nhất thế giới, thì cũng không mấy ai quên Việt Nam vẫn còn là nước có GDP thấp (482 USD/người = 2.490 USD tính theo PPP (theo 20, tr. 268)) và nhiều mặt còn cách các nước trong khu vực khá xa. Nhưng, chính điều đó lại càng làm cho việc đánh giá mức độ hài lòng với cuộc sống của người Việt Nam trở nên có ý nghĩa hơn.

*

* *

Sau đây là chỉ số HPI của toàn bộ 178 nước được công bố 2006. Phân tích bảng HPI này, có thể ai đó sẽ thấy nhiều điểm không thật hợp lý, song xin nhắc lại, đây là một cách nhìn, một cách đánh giá về hạnh phúc của con người trong thế kỷ XXI. Nếu nghiêm túc mổ xẻ, chắc chắn ta sẽ rút ra được nhiều điều thú vị. Xin mời bạn đọc khám phá.

Happy Planet Index 2006 (nguồn: 13)					
Rank	Country	Life Sat	Life Exp	EF	HPI
Reasonable Ideal		8.2	82.0	1.5	83.5
1	Vanuatu	7.4	68.6	1.1	68.2
2	Colombia	7.2	72.4	1.3	67.2
3	Costa Rica	7.5	78.2	2.1	66.0
4	Dominica	7.3	75.6	1.8	64.6
5	Panama	7.2	74.8	1.8	63.5
6	Cuba	6.3	77.3	1.4	61.9
7	Honduras	7.2	67.8	1.4	61.8
8	Guatemala	7.0	67.3	1.2	61.7
9	El Salvador	6.6	70.9	1.2	61.7
10	Saint Vincent and the Grenadines	7.2	71.1	1.7	61.4
11	Saint Lucia	7.0	72.4	1.6	61.3
12	Vietnam	6.1	70.5	0.8	61.2
13	Bhutan	7.6	62.9	1.3	61.1
14	Samoa (Western)	6.9	70.2	1.4	61.0
15	Sri Lanka	6.1	74.0	1.1	60.3
16	Antigua and Barbuda	7.4	73.9	2.3	59.2
17	Philippines	6.4	70.4	1.2	59.2
18	Nicaragua	6.3	69.7	1.1	59.1
19	Kyrgyzstan	6.6	66.8	1.1	59.0
20	Solomon Islands	6.9	62.3	1.0	58.9
21	Tunisia	6.4	73.3	1.4	58.9
22	São Tomé and Príncipe	6.7	63.0	1.0	57.9
23	Indonesia	6.6	66.8	1.2	57.9
24	Tonga	6.6	72.2	1.6	57.9
25	Tajikistan	6.1	63.6	0.6	57.7
26	Venezuela	7.4	72.9	2.4	57.5
27	Dominican Republic	7.0	67.2	1.6	57.1
28	Guyana	7.2	63.1	1.5	56.6
29	Saint Kitts and Nevis	7.4	70.0	2.3	56.1
30	Seychelles	7.4	72.7	2.6	56.1
31	China	6.3	71.6	1.5	56.0
32	Thailand	6.5	70.0	1.6	55.4
33	Peru	5.6	70.0	0.9	55.1
34	Suriname	7.3	69.1	2.3	55.0

35	Yemen	6.2	60.6	0.7	55.0
36	Fiji	6.7	67.8	1.7	54.5
37	Morocco	5.6	69.7	0.9	54.4
38	Mexico	6.9	75.1	2.5	54.4
39	Maldives	6.6	66.6	1.6	53.5
40	Malta	7.5	78.4	3.5	53.3
41	Bangladesh	5.7	62.8	0.6	53.2
42	Comoros	5.9	63.2	0.8	52.9
43	Barbados	7.3	75.0	3.1	52.7
44	Malaysia	7.4	73.2	3.0	52.7
45	Palestine	5.4	72.5	1.1	52.6
46	Cape Verde	5.8	70.4	1.3	52.4
47	Argentina	6.8	74.5	2.6	52.2
48	Timor-Leste	6.6	55.5	0.8	52.0
49	Belize	6.9	71.9	2.6	52.0
50	Trinidad and Tobago	6.9	69.9	2.3	51.9
51	Chile	6.5	77.9	2.6	51.3
52	Paraguay	6.5	71.0	2.2	51.1
53	Jamaica	7.0	70.8	2.6	51.0
54	Nepal	5.5	61.6	0.6	50.0
55	Mauritius	6.5	72.2	2.4	49.6
56	Mongolia	6.7	64.0	1.9	49.6
57	Uruguay	6.3	75.4	2.6	49.3
58	Ecuador	5.6	74.3	1.8	49.3
59	Uzbekistan	6.4	66.5	1.9	49.2
60	Grenada	6.5	65.3	1.9	49.0
61	Austria	7.8	79.0	4.6	48.8
62	India	5.4	63.3	0.8	48.7
63	Brazil	6.3	70.5	2.2	48.6
64	Iceland	7.8	80.7	4.9	48.4
65	Switzerland	8.2	80.5	5.3	48.3
66	Italy	6.9	80.1	3.8	48.3
67	Iran	6.0	70.4	2.1	47.2
68	Ghana	6.2	56.8	1.1	47.0
69	Bolivia	5.5	64.1	1.2	46.2
70	Netherlands	7.5	78.4	4.7	46.0
71	Madagascar	5.8	55.4	0.8	46.0
72	Cyprus	6.9	78.6	4.0	46.0
73	Algeria	5.2	71.1	1.5	45.9

74	Luxembourg	7.6	78.5	4.9	45.6
75	Bahamas	7.7	69.7	4.1	44.9
76	Papua New Guinea	6.3	55.3	1.3	44.8
77	Burma	5.3	60.2	0.9	44.6
78	Belgium	7.3	78.9	4.9	44.0
79	Slovenia	6.6	76.4	3.8	44.0
80	Oman	7.3	74.1	4.4	43.9
81	Germany	7.2	78.7	4.8	43.8
82	Croatia	5.9	75.0	2.9	43.7
83	Lebanon	5.6	72.0	2.3	43.6
84	Taiwan	6.6	76.1	3.9	43.4
85	Haiti	5.5	51.6	0.5	43.3
86	Syria	5.1	73.3	1.9	43.2
87	Spain	7.0	79.5	4.8	43.0
88	Hong Kong	6.6	81.6	4.6	42.9
89	Saudi Arabia	7.3	71.8	4.4	42.7
90	Gambia	5.7	55.7	1.1	42.5
91	Cambodia	5.6	56.2	1.1	42.2
92	Albania	4.6	73.8	1.5	42.1
93	Jordan	5.1	71.3	1.9	42.0
94	New Zealand	7.4	79.1	5.5	41.9
95	Japan	6.2	82.0	4.3	41.7
96	Congo	5.7	52.0	0.9	41.6
97	Egypt	4.8	69.8	1.5	41.6
98	Turkey	5.3	68.7	2.0	41.4
99	Denmark	8.2	77.2	6.4	41.4
100	Brunei Darussalam	7.6	76.4	5.6	41.2
101	Georgia	4.1	70.5	0.8	41.2
102	Korea	5.8	77.0	3.4	41.1
103	Bosnia and Herzegovina	5.1	74.2	2.3	41.0
104	Senegal	5.6	55.7	1.2	40.8
105	Azerbaijan	4.9	66.9	1.5	40.7
106	Gabon	6.2	54.5	1.7	40.5
107	Libya	5.7	73.6	3.1	40.3
108	United Kingdom	7.1	78.4	5.4	40.3
109	Laos	5.4	54.7	1.0	40.3
110	Benin	5.4	54.0	1.0	40.1
111	Canada	7.6	80.0	6.4	39.8
112	Pakistan	4.3	63.0	0.7	39.4

113	Ireland	7.6	77.7	6.2	39.4
114	Poland	5.9	74.3	3.6	39.3
115	Norway	7.4	79.4	6.2	39.2
116	Macedonia	4.9	73.8	2.3	39.1
117	Israel	6.7	79.7	5.3	39.1
118	Namibia	6.5	48.3	1.6	38.4
119	Sweden	7.7	80.2	7.0	38.2
120	Romania	5.2	71.3	2.7	37.7
121	Hungary	5.7	72.7	3.5	37.6
122	Guinea	5.1	53.7	1.0	37.4
123	Finland	7.7	78.5	7.0	37.4
124	Mauritania	5.3	52.7	1.1	37.3
125	Kazakhstan	5.8	63.2	2.8	36.9
126	Togo	4.9	54.3	0.9	36.9
127	Kenya	5.6	47.2	0.9	36.7
128	Czech Republic	6.4	75.6	5.0	36.6
129	France	6.6	79.5	5.8	36.4
130	Armenia	3.7	71.5	1.0	36.1
131	Singapore	6.9	78.7	6.2	36.1
132	Slovakia	5.4	74.0	3.6	35.8
133	Greece	6.3	78.3	5.4	35.7
134	Tanzania	5.5	46.0	0.9	35.1
135	Guinea-Bissau	5.4	44.7	0.7	35.1
136	Portugal	6.1	77.2	5.2	34.8
137	Eritrea	4.4	53.8	0.7	34.5
138	Bahrain	7.2	74.3	6.6	34.4
139	Australia	7.3	80.3	7.7	34.1
140	Mali	5.3	47.9	1.1	33.7
141	Mozambique	5.4	41.9	0.7	33.0
142	Cameroon	5.1	45.8	0.9	32.8
143	Djibouti	4.8	52.8	1.3	32.7
144	Ethiopia	4.7	47.6	0.7	32.5
145	Bulgaria	4.3	72.2	2.7	31.6
146	Nigeria	5.5	43.4	1.2	31.1
147	Moldova	3.5	67.7	1.2	31.1
148	Burkina Faso	4.7	47.5	1.1	30.1
149	Lithuania	4.7	72.3	3.9	29.3
150	United States of America	7.4	77.4	9.5	28.8
151	Cote d'ivoire	4.5	45.9	0.9	28.8

152	Rwanda	4.4	43.9	0.7	28.3
153	Sierra Leone	5.0	40.8	0.9	28.2
154	United Arab Emirates	7.4	78.0	9.9	28.2
155	Angola	4.8	40.8	0.8	27.9
156	South Africa	5.7	48.4	2.8	27.8
157	Sudan	3.6	56.4	1.0	27.7
158	Uganda	4.7	47.3	1.5	27.7
159	Kuwait	7.2	76.9	9.5	27.7
160	Latvia	4.7	71.6	4.4	27.3
161	Niger	4.5	44.4	1.1	26.8
162	Malawi	4.6	39.7	0.7	26.7
163	Zambia	4.9	37.5	0.8	25.9
164	Central African Republic	4.9	39.3	1.1	25.9
165	Belarus	4.0	68.1	3.2	25.8
166	Qatar	7.0	72.8	9.5	25.5
167	Botswana	5.4	36.3	1.3	25.4
168	Chad	4.5	43.6	1.3	25.4
169	Turkmenistan	4.0	62.4	3.1	24.0
170	Equatorial Guinea	5.2	43.3	2.5	23.8
171	Lesotho	4.3	36.3	0.6	23.1
172	Russia	4.3	65.3	4.4	22.8
173	Estonia	5.1	71.3	6.9	22.7
173	Ukraine	3.6	66.1	3.3	22.2
175	Congo, Dem. Rep. of the	3.3	43.1	0.7	20.7
176	Burundi	3.0	43.6	0.7	19.0
177	Swaziland	4.2	32.5	1.1	18.4
178	Zimbabwe	3.3	36.9	1.0	16.6

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Ý Đức.
<http://www.khoahoc.net> 15/2/2007.
2. Đạt lai Lạt ma và Howard Cuter. Nghệ thuật tạo hạnh phúc (The Art of Happiness). Chùa Tam Bảo, Fresno, California, 2003. <http://www.zencomp.com/greatwisdom/uni-u-nthp/nthp-00.htm>.
3. Craig Lambert. The Science of Happiness. Harvard Magazine. January-February 2007, p. 26-27. (www.harvardmagazine.com/online/010783.html).
4. Đức Lê. Khi nào tiền bạc làm nên hạnh phúc. www.chungta.com 10/11/2005.
5. Minh Huy. Người Việt Nam lạc quan nhất thế giới. www.tuoiitre.com.vn 2/01/2007.
6. Thảo Hương. Vanuatu: Đảo hạnh phúc. www.nld.com.vn. 16-07-2006.
7. Henry Smith Williams. The Science of Happiness. New York: Harper & Bros, 1909. 350 p.
8. <http://www.indiana.edu/~intell/sternberg.shtml> . (Web về Robert J. Sternberg).
9. <http://www.yale.edu/pace/teammembers/personalpages/bob.html> (Web về R. Sternberg).
10. <http://www.psy.pdx.edu/PsiCafe/KeyTheorists/Sternberg.htm>. (Web về Robert Sternberg).
11. <http://www.psych.umn.edu/people/faculty/lykken.htm> (Web về D. Lykken của University of Minnesota).
12. <http://php.louisville.edu/advancement/ocm/expertsources/expertdetails.php?fname=Michael&lname=Cunningham> (Web về M. Cunningham của University of Louisville).
13. <http://www.happyplanetindex.org> (Web của New Economics Foundation).
14. <http://www.en.wikipedia.org/wiki/Vanuatu> (Web về Vanuatu).
15. <http://www.ru.wikipedia.org/Bahyaty> (Web về Vanuatu).
16. <http://www.gallup-international.com> (Web về Gallup International Association).
17. Tiền bạc đi liền với hạnh phúc. <http://www.vnexpress.net> 27/11/2006.
18. The formula for happiness. <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/2630869.stm> 6/1/2003.
19. The Science of Happiness. A series of essays on self love. By a friend to Humanity. London: Trÿbner & Co., 60., Paternoster Row, 1861, 141 p.
20. UNDP. Human Development Report 2005. p 268.