

● Rejse: Bhutan



Bhutan er et af verdens fattigste lande, men alligevel en af klodens lykkeligste nationer. Befolkningens lykke er målet for al udvikling i Bhutan. Hvor man normalt ser på et lands bruttonationalprodukt, så er det vigtigste for regeringen i Bhutan i stedet bruttonationallykke.

At beskytte naturen i Bhutan er en del af filosofien om bruttonationallykke. 60 pct. af landet er dækket af skov.



Nonne Chophal Palmo med udsigt til nonnekloster i Trongsa, midt i Bhutans bjerge. - Roden til vores lidelse er vores tilknytning til jeget og ideen om et ego.

NÅR
MÅLET
ER

> TEKST OG FOTO:
MARIE VENØ THESBJERG

BRUTTONATIONAL
lykke

Bevarelse af Bhutans kultur er en del af bruttonationallykken, som har en holistisk tilgang ved at måle både materielle OG spirituelle elementer.



”Livskvalitet er ikke, hvad man har, men hvad man føler, man har.

PÅ EN SÅRBAR HOLDEPLADS i Himalayas bjerge, presset inde mellem stormagterne Kina og Indien, forsøger det lille land Bhutan at finde sin egen vej. Den vej hedder bruttonationallykken. Målet er befolkningens lykke. Men vejen frem er ikke økonomisk vækst med 140 kilometer i timen. Den er langsom, snoet og en delikat balancegang mellem det moderne og det traditionelle, mellem det materielle og det spirituelle.

Der er ingen trafiklys i landet, men rundkørsler. Det er stadig kun muligt at betale med kreditkort få steder. Bhutan fik tv og internet i 1999. Reklamer er stærkt regulerede. Til gengæld er der gratis sundhedsvæsen og gratis uddannelse indtil 10. klasse, hvilket normalt er uhørt for et uland.

Bhutan er et af verdens fattigste lande, hvor 70 pct. af befolkningen lever på landet af jordbrug. Men alligevel er Bhutan et af verdens lykkeligste lande ifølge en undersøgelse fra Leicester Universitet. Her rangerer Bhutan som nummer otte – efter de rige, vestlige lande med Danmark i toppen. Når man som jeg har boet og rejst i Bhutan,

bliver det tydeligt, at mange af de 700.000 bhutanere længe har vidst, at livskvalitet ikke er, hvad man har, men hvad man føler, man har.

Positiv tilgang til livet

– Bhutanere er tilfredse mennesker på trods af deres mange besværligheder og anstrengelser. Generelt er de lykkelige mennesker. De ser positivt på tingene. Det er den måde, de er opvokset på. Måske er det deres spirituelle tro og buddhismen, der giver en positiv tilgang til livet. Selv i landsbyerne ser du smilende mennesker, og hvis rynker er et bevis på lykke, så er bhutanere meget lykkelige, siger Karma Tshiteem med et glimt i øjet. Han er chef for Bhutans Kommission for Bruttonationallykke, der skiftede navn fra Planlægningskommissionen i 2008. Nu er navnet og fokus skiftet. Bruttonationallykke er indskrevet i den bhutanske grundlov, og den siddende regering har som mål at arbejde for landets bruttonationallykke. Kommissionens formål er derfor at få landets politik om bruttonationallykke implementeret og dirigeret ud til folket.

– Vi prøver ikke på direkte at gøre folk lykkelige. Lykke er den enkeltes ansvar, det er op til individet. Men vores job er at skabe betingelser, så bhu-



”Vi prøver ikke på direkte at gøre folk lykkelige. Lykke er den enkeltes ansvar, det er op til individet. Men vores job er at skabe betingelser, så bhutanere har mulighed for at leve et fyldestgørende liv.

tanere har mulighed for at leve et fyldestgørende liv. Vi skaber omstændighederne for et lykkeligt liv, for dem kender vi: Ren luft, et rent miljø, kultur, tradition, sans for fællesskab, de bløde, subtile elementer, hvor det spirituelle ikke er glemt. Alle de rare ting, der kendetegner Bhutan. Det fokuserer vi på, forklarer han.

Bruttonationallykke er det vigtigste

Filosofien om Gross National Happiness (GNH) blev skabt af Bhutans fjerde konge, Jigme Singye Wangchuck, i 1972 og har siden været udgangspunkt for udviklingen i Bhutan.

»Bruttonationallykke er vigtigere end bruttonationalproduktet,« udtalte han.

Landet har gennemgået en stormende udvikling siden 1960'erne, hvor det som et af verdens mest isolerede lande begyndte at åbne sig for omverdenen og starte en moderniseringsproces. Det er ikke noget sjældent syn at se en landmand gå efter en kvægtrasket plov, samtidig med at han taler i mobiltelefon.

Udviklingen i Bhutan var i 1970'erne og 1980'erne under stærk indflydelse fra Indien og andre udenlandske donorer, der støttede Bhutan økonomisk, herunder Danmark. Kong Jigme Singye Wangchuck begyndte at tale om en specifik bhutansk model for udvikling, der var i overensstemmelse med bhutaneres værdier, tradition og tro, og som søgte at skabe lykke for befolkningen. Den kaldte han for bruttonationallykke.

– GNH anerkender, at målet for al udvikling er lykke. Er det ikke, hvad vi alle leder efter? GNH anerkender dette. Alt andet er metoder til at opnå det, forklarer nyhedsredaktør Kunga Tenzin Dorji fra Bhutan Observer, en af Bhutans privatejede aviser fra 2006, der dagligt beskæftiger sig med GNH i mediedækningen af Bhutans politik.

De fire søjler til landets lykke

Bruttonationallykke bygger på fire søjler: God regeringsførelse, økonomisk udvikling, beskyttelse af miljøet og bevarelse af kulturen. Bhutanerne har taget udgangspunkt i de fire søjler, fordi de optager dem og bekymrer dem. Udviklingen af god regeringsførelse resulterede i, at Bhutan i marts har valgt sit første demokratiske parlament efter 100 års monarki.

– Kongen selv var den første til at erkende, at monarki ikke er den bedste form for regering. Den afhænger for meget af et enkelt individ. Hvis du har en god konge er det godt, men med en dårlig konge er det skidt for hele landet, fortæller Kunga Tenzin Dorji.



Buddhistiske bedeflag sender bønner ud i verden til gavn for alle levende væsner, når vinden får flaget til at blafre.



En balanceret økonomisk udvikling er en anden afgørende del af GNH og af Bhutans udvikling som uland.

– Hvordan kan du være glad, hvis du ingen penge har? Men forskellen på Bhutan og andre ulande er, at vi satser på bæredygtig udvikling, der ikke skal ske på bekostning af ressourcerne, vores tradition, kulturen og miljøet. Det forklarer også, at vores primære eksportvare er elektricitet, som har en minimal miljøforurening, uddyber han.

Bevarelse af natur og kultur

Balancen mellem elementerne gør sig også gældende i Bhutans miljøpolitik. 60 pct. af landet skal være dækket af skov. 26 pct. af landet består af naturreservater. Bhutan ligger i et af verdens økologisk sårbare områder, og bhutanere har traditionelt levet i samklang med naturen.

– Traditionelt tror vi på, at vores floder, søer og bjerge er hellige steder. De huser ånder og væsner, og når du forstyrrer dem og naturen, så skaber du ubalance. Forurening vil forstyrre dem. I byerne er den tanke nu ændret. Folk smider deres affald rundt omkring, men traditionelt var det vores måde at tænke på. Du kunne ikke bare smide en sten i floden, det ville forstyrre balancen i naturen. Vi tror på karma i buddhisme, at hvad du gør nu vil have en konsekvens i næste liv. Det bliver en motiverende faktor til at bevare dine omgivelser. Du kan ikke bare slå dyr ihjel eller genere dem for sjovs skyld. Vi praktiserer en tro på liv. Vi ønsker ikke at slå ihjel eller forstyrre liv. Det forklarer vores miljøbeskyttelse. Den er nedarvet i os fra gamle tider, forklarer han.

Kultur, den fjerde søjle i GNH, har fået en særlig, stærk rolle i Bhutan som et værn mod magtfulde naboer.

– Kulturel bevarelse er en vigtig del af GNH, åbenlyst fordi vi har Kina mod nord og Indien



”Vi ønsker alle lykke. Men lykke er svævende og forgængelig. Det eneste konstante, der findes, er forandringer.

mod syd. Vi var meget bekymrede, da Kina invaderede Tibet, og Indien havde taget Sikkim. En måde at etablere os som en selvstændig nation på var at promovere vores kultur, da vi ikke havde nogen militær eller økonomisk magt. Med vores kultur adskiller vi os som bhutanere og sikrer vores suverænitet som uafhængig nation, siger Kunga Tenzin Dorji.

Bagsiden af den stærke kulturpolitik resulterede i starten af 1990'erne i, at et større mindretal af sydbhutanere med nepalesisk baggrund følte sig diskriminerede og valgte at flygte fra Bhutan. Særligt promoveringen af bhutansk kultur, i form af en national klædedragt og et nationalt sprog, var medvirkende til utilfredsheden. Men det er en helt anden historie.

Middelvejen mellem ekstremer

Kulturen i Bhutan bygger primært på buddhistiske værdier og den bøntradition og spirituelle overbevisning, der formede landet før buddhismens udbredelse i 900-tallet.

For at finde en valgdato til Bhutans første demokratiske valg måtte en astrolog udsige en særlig god dag til dette. Tro er en afgørende del af bhutaneres liv. Munke i røde rober er synlige i gadebilledet og ved templer på bjergtoppene. De hjælper familier med bønner og ofringsceremonier i forskellige overgange i livet. Bhutan er det eneste land i verden, der har mahayanabuddhisme i tantrisk form som statsreligion. Overalt sender farverige bedeflag bønner ud over Bhutan om lykke for alle levende væsner.

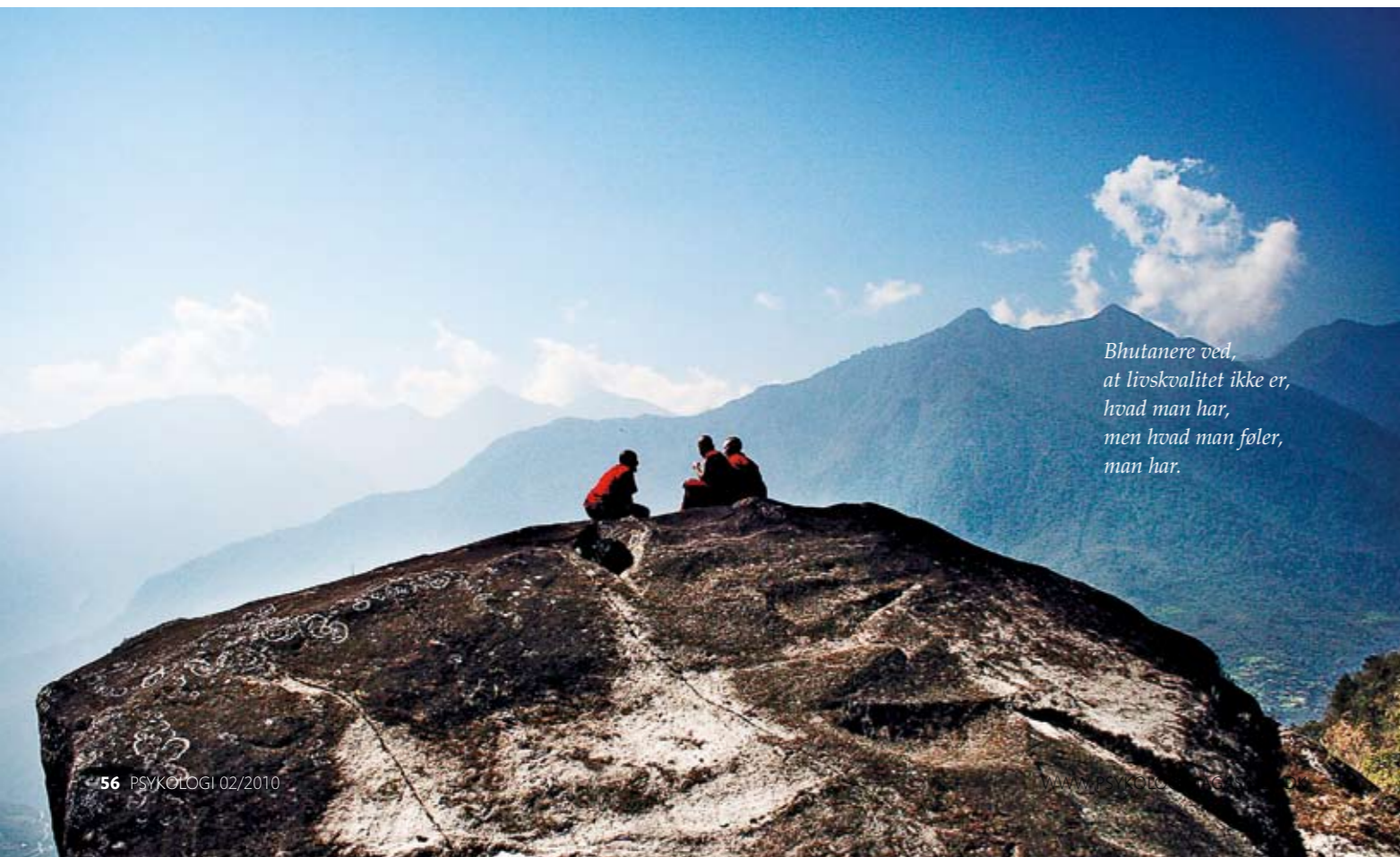
7 pointer om bruttonationallykke

- I 1972 bekendtgjorde Bhutans fjerde konge Jigme Singye Wangchuk, at bruttonationallykke er vigtigere end bruttonationalproduktet.
- GNH er Bhutans udviklingsfilosofi, der bygger på 4 søjler: god regeringsførelse, balanceret økonomisk udvikling, bevaring af kultur og en beskyttelse af naturen.
- GNH søger at balancere Bhutans udvikling fra et traditionelt samfund til et moderne samfund på Bhutans egne præmisser og ved at tage ved lære af fejlslagen udvikling i andre ulande og vækstpolitik i vestlige lande.
- GNH er indskrevet i Bhutans forfatning, der trådte i kraft ved Bhutans første demokratiske valg i 2008.
- I dag måler Bhutan GNH ud fra en holistisk tankegang om at måle subjektiv lykkefølelse i befolkningen sammen med den materielle udvikling ud fra 9 områder: psykologisk velvære, sundhed, kultur, uddannelse, fællesskabets levedygtighed, god regeringsførelse, miljø, tidsforbrug og levestandard.
- Målet er at skabe en lykke-indikator, der kan være retningsgivende for regeringens politik.
- Bhutan har fået international opmærksomhed for sin unikke tilgang til udvikling. Andre lande har ladet sig inspirere af ideen om, at det ikke kun er økonomisk vækst, der gør folk glade. Senest har Frankrigs præsident Sarkozy talt om at måle vækst via glæde, velbefindende og bæredygtighed frem for gennem bruttonationalprodukt. I år afholdes den femte internationale konference om GNH i Brasilien, sidste år blev den afholdt i Bhutan.

– Ser vi på GNH på et højere niveau, er det som middelvejen i buddhisme. GNH er en fin balance: Hvor meget forbruger vi af naturen, hvor meget beholder vi til vores børn og børnebørn? Hvor meget skal staten gøre, hvor meget skal privatsektoren gøre? Vi er ikke bundet af en normal ideologi, vi er bundet af ideen om GNH, hvor mennesker er i centrum, hvor vi finder en balance, og et tempo for udvikling. Der ser jeg en relation til buddhisme. Vi søger ikke ekstremer, men søger en balance i livet, reflekterer Karma Tshitem.

Hvorfor er lykken så lunefuld?

Hvad er det, vi kan lære af Bhutans tilgang til lykke? For det første tanken om, at vi alle ønsker lykken. Men hvor skal vi mon lede? I det materielle, vi omgiver os med? I rejser, der endnu en gang ▶



Bhutanere ved, at livskvalitet ikke er, hvad man har, men hvad man føler, man har.



giver os en ordentlig en på opleveren, i en lykkerus i en brandert? Vi bruger oceaner af tid på at gøre os til for andre, for at opnå anerkendelse, status, udrette noget, blive til noget. For at føle en snert af lykke.

Men den er så lunefuld. Lykken. Et kort øjeblik er den her, så pist væk. Eller i lange perioder er den der. For så at forsvinde og lade os tilbage i en anden tilstand.

– Vi er alle sammen ens. Vi ønsker alle lykke. Men lykke er svævende og forgængelig. Det eneste konstante, der findes, er forandringer. Så lykke vil være forskellig under forskellige former og opleves forskelligt. Det er individuelt og subjektivt, forklarer Karma Tshiteem.

Ubestandigheden er central i buddhisme.

– Buddha erkendte, at alting er ubestændigt. Intet varer ved. Alting vil helt sikkert forandre sig, opløses eller forfalde på et eller andet tidspunkt. Forstår vi det, forstår vi også, at vi ikke kan holde fast i noget for altid, fortæller nonnen Chophal Palmo, som jeg møder i et nonnekloster midt i Bhutans bjerge i Trongsa.

Filosofien om bruttonationallykke bunder i buddhisme, som størstedelen af bhutanere bekender sig til. Den er nedarvet i befolkningens væremåde og tankegang gennem århundreder. Af bhutanere kan vi lære, at lykke ikke gemmer sig i en jagt uden for os selv, men er en sindstilstand i os selv.

Lykken ligger på lur i tilfredsheden

Chophal Palmo fortæller om de sindstilstande, der forstyrrer os og tager os væk fra lykken: Når egoets krav, dets grådighed, utilfredshed, vrede og jalousi overtager styringen, så finder vi ikke lykke.

– Roden til vores lidelse er vores tilknytning til jeget og ideen om et ego. Man bliver frustreret over ikke at få opfyldt jegets ønsker. Årsagen til frustrationer og al den lidelse kommer altså fra os selv og skyldes ikke vores omgivelser, fortæller hun.

Når vi skifter de negative tanker og følelser ud med at tilgive, være taknemlige og glæder os over andres lykke, og er gode ved andre, så føler vi os lette om hjertet, opløftede, glade. På den måde bliver vi tilfredse. Og lykken ligger på lur i tilfredsheden. For at opnå lykke må vi først være tilfredse.

I templet mediterer hun og beder bønner for alle levende væsners lykke. Og jeg lærer af hende, at det bløde sted i hjertet kan udvikle sig til ikke bare at omhandle mine bedste venner og min familie. Men også en myg, der stikker mig, og andre væsner, som jeg ikke kender, som ikke kender mig, men som ønsker lykken lige så meget, som jeg gør. Hun nævner et citat fra Shatideva, en buddhistisk filosof fra det 8. århundrede.

»Al den glæde, som findes i verden, skyldes ønsket om andres lykke. Al den elendighed, som er i verden, kommer af kun at ville sin egen lykke.«

Et eksempel på det får jeg en dag på et marked i hovedstaden Thimphu. Jeg skal netop til at købe kartofler hos en ældre dame, da en kvinde peger ned på jorden: Min fod er tæt på at træde på en rotte! Forskrækket udbryder jeg et halvkvalt skrig over et dyr, som jeg synes er frastødende. Rotten ligger på siden og trækker vejret i tunge drag, hele dens krop bevæger sig i store ryk. Det lille hjerte slår hårdt, mens dyret kæmper for sit liv. Kvinden begynder at hælde vand ned til rottens mund, som om det er det mest naturlige i hele verden. For mig demonstrerer hun essensen af buddhisme: Medfølelse for alt levende.

Tiden løber ingen steder

Den måde en nonne tager mig i hånden på og kerer sig om mig, som om intet andet har værdi end det at være der for mig i det øjeblik. Omhyggeligheden, når hun serverer en kop te, langsommeligheden i hændernes bevægelse, som de placerer koppen på det lille bord foran mig, lægger en ske ved siden, glatter den lille dug. Det kaldes mindfulness. Hendes koncentration om at være i nuet smitter af. Ingen stress. Men nærvær.

Der er en bundsolid ro over mange bhutanere og særligt en klog mand, der krydser min vej en hastig hverdag, giver mig noget at tænke over:

– Hvorfor har du så travlt? Vi siger, at dem, der altid skynder sig, skynder sig, fordi de har et kort liv. Vi siger, at vi alle har prøvet alt i vores mange tidligere liv, så vi behøver ikke at stresser eller løbe efter mere.

Der ligger noget lykke dér i langsommeligheden. I nærværet. Det enkle. I et land, hvor det spirituelle ikke er glemt. Og hvor det at kere sig om andre end sig selv stadig er af yderste vigtighed. ■

MARIE VENØ THESBJERG
er journalist, cand.public. og forfatter til bøgerne *Buddhas kvinder - Nonner i Bhutan* og *Mit land er Bhutan - Tordendragens land*. Se mere på www.buddhaskvinder.dk og www.wordbyword.dk. Hun har desuden arbejdet for Danida i Bhutan.