

**BỘ NÔNG NGHIỆP VÀ PHÁT TRIỂN NÔNG THÔN  
CỤC LÂM NGHIỆP**



# *Phúc lợi rừng*

**MỘT CÁCH TIẾP CẬN MỚI  
TRONG VIỆC SỬ DỤNG GIÁ TRỊ TỪ RỪNG**







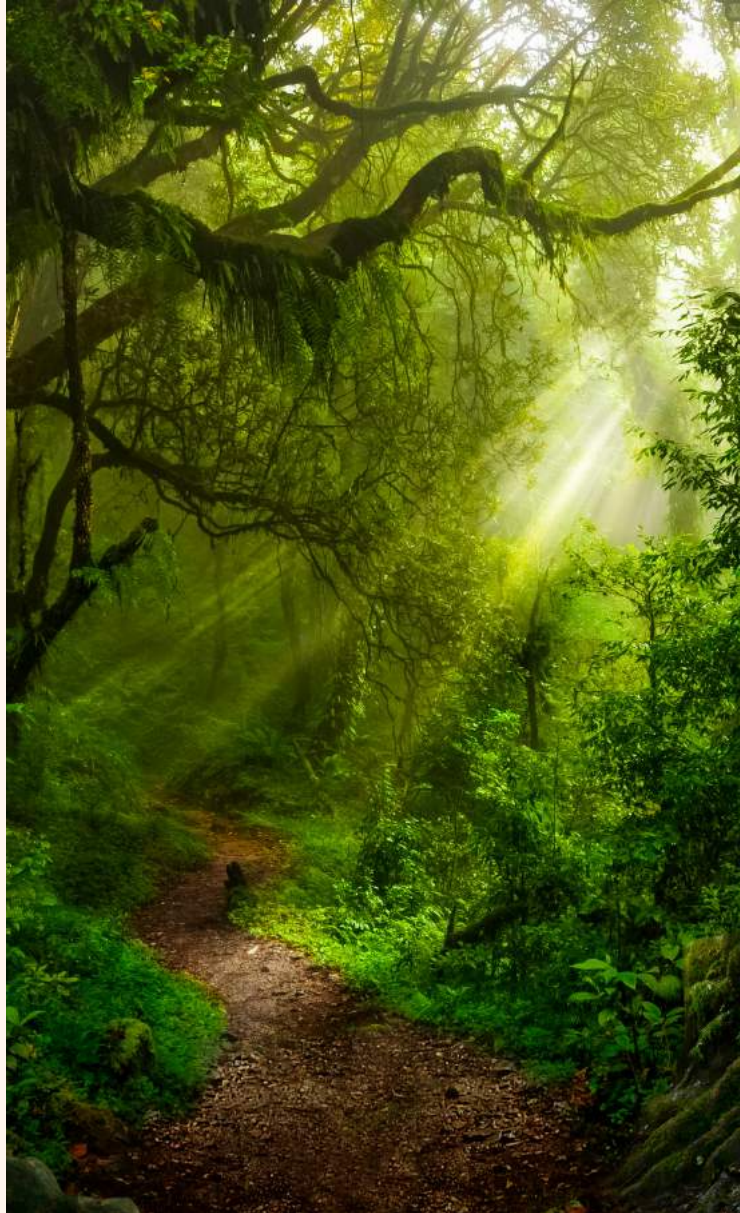
# Tiếp cận về Phúc lợi rừng





## *Giá trị to lớn của rừng*

Rừng là lá phổi xanh của trái đất; có tác dụng như bộ lọc, làm trong sạch không khí; là không gian sinh sống của nhiều loài động – thực vật hoang dã, trong đó có nhiều loài nguy cấp, quý, hiếm; nơi tạo ra nguồn thực phẩm, nguồn nguyên liệu quý cho công nghiệp và dược phẩm; nơi lưu giữ, bảo tồn nguồn gen, cung cấp giống cho ngành trồng trọt và chăn nuôi; cung cấp dược liệu tự nhiên (tắm thuốc, ngâm rượu, nước giải khát,...) và còn vô vàn giá trị khác, nhất là giá trị về môi trường cho cuộc sống của con người.



Ngày nay, kinh tế thế giới phát triển không ngừng; việc sử dụng các giá trị phổ biến từ rừng ban đầu chỉ là giá trị cung cấp gỗ, chuyển đổi đất rừng sang phát triển nông nghiệp, phát triển kinh tế xã hội, nhận thức chung của toàn xã hội và nhân loại về giá trị của rừng ngày càng một nâng cao, nhất là trong bối cảnh biến đổi khí hậu toàn cầu gia tăng, cùng với nhu cầu thụ hưởng của con người hướng tới giá trị tinh thần cao hơn, đòi hỏi việc khai thác các giá trị mới từ rừng ngày càng phải trở nên “thông minh” hơn – khai thác, sử dụng khôn khéo mà không làm suy giảm giá trị của rừng, đất rừng.



## Mối quan hệ "Rừng và Cuộc sống"

Mối quan hệ của rừng và cuộc sống con người đã trở thành một mối quan hệ hữu cơ, thể hiện lớn nhất ở khía cạnh mối quan hệ "Rừng và Sức khỏe"; đây cũng chính là chủ đề trọng tâm của Ngày quốc tế về rừng năm 2023 (21/3). Thông điệp Ngày quốc tế về rừng năm nay là "Rừng khỏe mạnh để con người khỏe mạnh". Thông điệp này khẳng định vai trò ngày càng quan trọng của rừng đối với sức khỏe của con người, đồng thời mong muốn nhân loại chung tay bảo vệ và phát triển rừng, giảm thiểu mất rừng, đặc biệt là rừng tự nhiên.



## Phúc lợi rừng

"Phúc lợi rừng" là một khái niệm tương đối mới, lần đầu tiên được thể chế hoá, đề cập trong Đạo Luật Xúc tiến phúc lợi Rừng của Hàn Quốc, theo đó nhằm hỗ trợ kinh tế, xã hội và tinh thần được thiết kế để nâng cao phúc lợi của người dân thông qua các dịch vụ phúc lợi dựa vào rừng do Chính phủ cung cấp.

Phúc lợi rừng gắn với chu trình của cuộc sống, cung cấp cho mọi người cơ hội cải thiện sức khỏe của họ thông qua các dịch vụ có tổ chức khác nhau trong việc sử dụng rừng. Các hoạt động này bao gồm từ chăm sóc trước khi sinh cho thai nhi và bà mẹ, phát triển cảm xúc cho trẻ nhỏ và thanh thiếu niên, các chương trình giải trí và thể thao giải trí trong rừng cho người lớn để cải thiện khả năng miễn dịch và duy trì sức khỏe thể chất, các chương trình giáo dục và trị liệu rừng để giảm căng thẳng và cuối cùng là các công viên tưởng niệm cho người chết. Như vậy, phúc lợi rừng đi cùng và gắn liền với vòng đời sống của con người từ khi lọt lòng, sinh ra tới khi trở về cõi vĩnh hằng.

Phúc lợi rừng đối với con người thể hiện ở năm (05) dịch vụ sau:





### **Dịch vụ liệu pháp rừng (chữa lành):**

- Là các hoạt động tăng cường hệ thống miễn dịch và cải thiện tình trạng sức khỏe, sử dụng nhiều yếu tố liên quan tới các cảm giác trong rừng, chẳng hạn như không khí, mùi hương, cảnh đẹp, không gian rừng,...
- Là hoạt động phục hồi sức khỏe tinh thần và thể chất bằng cách sử dụng các yếu tố chữa bệnh khác nhau (cảnh đẹp, hợp chất hữu cơ dễ bay hơi kháng khuẩn phytoncide có nguồn gốc từ cây cối, âm thanh, ánh sáng mặt trời, oxy) trong rừng để giúp giảm tình trạng căng thẳng và trầm cảm, tăng cảm xúc tích cực, và tăng cường khả năng miễn dịch thể chất; giúp các tế bào NK (sát thủ tự nhiên) được kích hoạt phòng chống các triệu chứng ung thư, các bệnh dị ứng và hen suyễn được cải thiện.







- Thông qua giáo dục trong rừng, trẻ nhỏ có thể học được các kỹ năng giao tiếp xã hội và sự quan tâm đến người khác. Ngoài ra, chơi trong rừng đã được chứng minh là cải thiện khả năng sáng tạo, sự tập trung, kỹ năng khám phá, khả năng hình thành nhân cách bản thân và thúc đẩy sự nhạy cảm với môi trường của trẻ em. Đối với độ tuổi thanh thiếu niên, chúng có thể cải thiện kỹ năng học tập thông qua giáo dục trong rừng, cũng như phát triển sự nhạy cảm với môi trường và tăng cường khả năng miễn dịch về thể chất.

- Giáo dục trong rừng giúp ngăn chặn bạo lực học đường và thay vào đó khuyến khích, tăng cường sự thân thiện, kết nối tình bạn. Thời gian ở trong rừng có thể làm giảm sự trầm cảm và lo lắng, đồng thời giúp phát triển các nhân cách tốt đẹp trong giai đoạn trưởng thành.

## Dịch vụ giáo dục môi trường rừng

- Là hoạt động giáo dục nhằm tìm hiểu tầm quan trọng của rừng, tiếp thu kiến thức về rừng và phát triển nâng cao nhận thức đúng đắn về giá trị bằng cách trải nghiệm, khám phá và học hỏi các chức năng khác nhau của rừng.

- Mục đích của giáo dục về rừng không chỉ để mọi người tiếp xúc với môi trường tự nhiên, mà còn để tăng sự quan tâm và tính nhạy cảm đối với hệ sinh thái rừng. Điều này đạt được thông qua các chương trình do các chuyên gia giáo dục về rừng thực hiện và học hỏi một cách có hệ thống về thiết lập mối quan hệ lành mạnh và hài hoà giữa con người và thiên nhiên.







### **Dịch vụ văn hóa**

- Là hoạt động nghỉ ngơi và trị liệu về tinh thần và thể chất trong rừng, và lối sống tổng thể, hòa hợp được hình thành bởi sự tương tác giữa rừng và con người.
- Văn hóa rừng xuất phát từ cách nhìn về chức năng của rừng không chỉ về vật chất mà còn về tinh thần, văn hóa. Các hình thức văn hóa rừng rất đa dạng, nhưng có thể chia thành văn hóa vật thể (chế biến gỗ, di tích lịch sử, rừng với tình cảm dân tộc,...) và văn hóa rừng phi vật thể (truyền thuyết, dân ca, phòng tục, tín ngưỡng,...).







### **Dịch vụ nghỉ dưỡng, giải trí**

Là hoạt động nghỉ dưỡng, giải trí ngoài trời trong môi trường tự nhiên (trong rừng), cách xa với cuộc sống hàng ngày và liên quan tới các hoạt động trải nghiệm, mang lại niềm vui và sự hài lòng về tâm lý cho con người thông qua các hoạt động trong tự nhiên như nghỉ ngơi, cắm trại, đi bộ, trải nghiệm trong rừng, ngắm cảnh và cảm nhận về thế giới tự nhiên.







### **Các hoạt động thể thao**

- Là những hoạt động: thể thao mạo hiểm, leo núi, đạp xe, cưỡi ngựa, dù lượn, trượt tuyết trên núi, đi bộ xuyên rừng, chạy marathon trên núi nhằm giải tỏa những căng thẳng về tinh thần và thể chất; rèn luyện thân tâm khi ở trong môi trường rừng núi; và cải thiện chất lượng cuộc sống thông qua phát triển bản thân và mưu cầu hạnh phúc.

- Các môn thể thao giải trí trong rừng chủ yếu sử dụng môi trường rừng nên rất ít tác động đến môi trường so với các môn thể thao giải trí khác. Vì vậy, nó có tác dụng tích cực trong việc bảo tồn và sử dụng hiệu quả tài nguyên rừng.







# Kinh nghiệm quốc tế





# Hàn Quốc



Korea Forest  
Welfare Institute

Hiện nay trên thế giới, Hàn Quốc là quốc gia đầu tiên đưa khái niệm “Phúc lợi rừng” vào trong quy định pháp luật tại Đạo Luật thúc đẩy Phúc lợi rừng (Forest Welfare Promotion Act). Phúc lợi rừng được diễn giải trên 4 nhóm phúc lợi chính bao gồm: Rừng văn hóa, Rừng giải trí, Rừng cho giáo dục, Liệu pháp rừng, Rừng nghỉ dưỡng và thể thao. Năm 2001, Cơ quan Lâm nghiệp Hàn Quốc đã công bố xây dựng một quốc gia phúc lợi rừng, trong đó người dân cùng sống và tồn tại và có mối quan hệ cộng sinh. Đến năm 2016, Hàn quốc thành lập Viện Phúc lợi rừng Hàn Quốc (Korea Forest Welfare Institute) thuộc Bộ Lâm nghiệp.

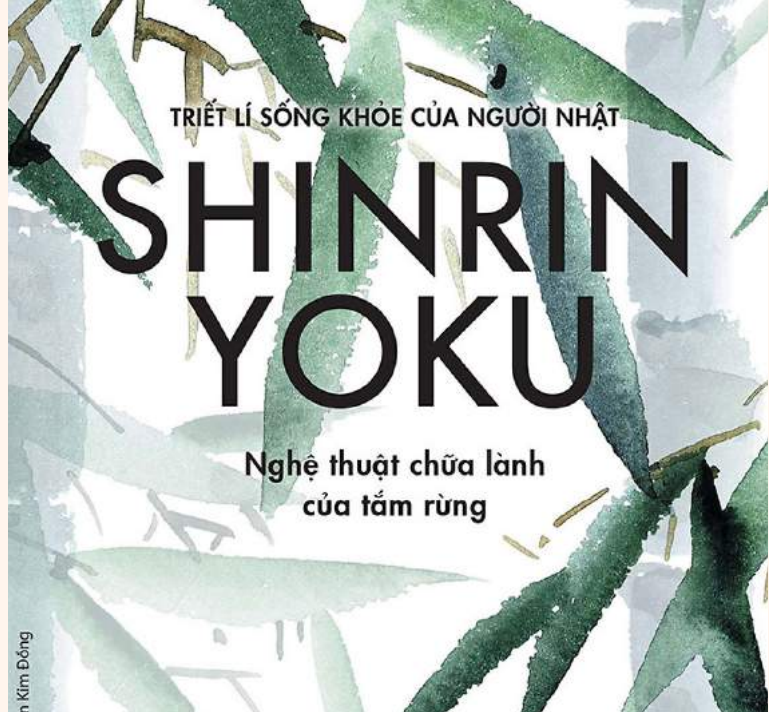


Viện Phúc lợi rừng Hàn Quốc điều hành Trung tâm Trị liệu rừng Quốc gia, Khu liên hợp trị liệu rừng lớn nhất ở Hàn Quốc, Trung tâm Giáo dục rừng Quốc gia và Rừng chữa bệnh Quốc gia. Hàn Quốc có kế hoạch xây dựng 34 cơ sở chữa bệnh từ rừng, và đào tạo 500 hướng dẫn viên và bác sĩ chữa bệnh từ rừng (trong đó có lực lượng kiểm lâm) để cung cấp các dịch vụ này cho công chúng. Các phúc lợi rừng được phát triển để cung cấp cho người dân những cơ hội để phục hồi sức khỏe thông qua một loạt các dịch vụ sử dụng đến rừng. Quá trình này được diễn giải từ khi một đứa trẻ sinh ra, đến khi có những cảm nhận về rừng, sử dụng các dịch vụ thể thao giải trí và các chương trình vui chơi cho người lớn để cải thiện hệ miễn dịch và sức khỏe thể chất, đến rừng cho hoạt động giáo dục và các liệu pháp về rừng để giảm căng thẳng và cuối cùng kết thúc bằng giai đoạn yên nghỉ, trở về cõi vĩnh hằng cuối cùng trong những cánh rừng.



# Nhật Bản

“Y học rừng” có nguồn gốc từ Nhật Bản và ra đời cách đây khoảng 30 năm. Hiệp hội Y học Rừng Quốc tế của Nhật Bản đang tiến hành nghiên cứu, kỳ vọng sẽ phát triển ngành y tế dự phòng trong tương lai.



Vào đầu thập niên 1980 ở Nhật Bản, sức khỏe tâm thần của người dân trở nên kém đi và tỷ lệ tự tử tăng vọt. Trước tình trạng này, Chính phủ Nhật Bản đã đầu tư các nguồn lực để tìm ra những cách giải quyết tình trạng này. Sự ra đời của khái niệm Shinrin-Yoku (tắm rừng) là kết quả của nỗ lực đó. Các nhà khoa học Nhật Bản đã phát hiện ra tắm rừng có tác động tốt tới hệ thống miễn dịch của con người. Cụ thể, trong cơ thể một người áp dụng phương pháp tắm rừng, số lượng tế bào sát thủ tự nhiên tấn công tế bào ung thư tăng lên và hoạt động mạnh hơn, huyết áp giảm. Tắm rừng cũng giúp con người ít căng thẳng hơn, ngủ ngon hơn và tràn đầy sức sống. Tắm rừng là một trào lưu đang dần phổ biến và đến nay, tại Nhật Bản có 62 cơ sở nghiên cứu trị liệu liên quan đến rừng và có 2,5- 5 triệu người thực hành liệu pháp tắm rừng theo chỉ định của bác sĩ để giảm hội chứng căng thẳng và chăm sóc sức khỏe của họ (Association of Nature and Forest Therapy Guides and Programs)



# Xu thế trên Thế giới

Với các lợi ích nêu trên, Ý tưởng về Phúc lợi rừng đang được nhiều nước nghiên cứu, quảng bá và bắt đầu áp dụng tại quốc gia mình để phục vụ cho sức khỏe của người dân và cải thiện chất lượng rừng bền vững.



Hiện nay, trên thế giới đã có Hiệp hội Toàn cầu về thiên nhiên và vật lí trị liệu của Rừng. Hiệp hội này đã xây dựng các hướng dẫn về vật lí trị liệu dựa vào rừng trên cơ sở các nghiên cứu lâu năm về mối liên kết chặt chẽ giữa rừng và sức khỏe. Từ đó, hơn 44 quốc gia trên toàn cầu đã xây dựng được gần 700 hướng dẫn về chủ đề này (Association of Nature and Forest Therapy Guides and Programs, Global Institute of Forest Therapy). Ngay cả Châu Âu và Anh Quốc cũng xây dựng các Viện nghiên cứu về phương pháp chữa bệnh và vật lí trị liệu nhờ rừng (The European Forest Therapy Institute, Nature and Therapy UK). Ngành lâm nghiệp tại các nước cũng đang chuyển mình để đào tạo các kiểm lâm viên trở thành những bác sĩ vật lí trị liệu và người hướng dẫn về sức khỏe.





# **Bài học kinh nghiệm và cơ hội của Việt Nam**





Việt Nam cũng đã và đang dần dần hướng theo xu thế các nước khác trên thế giới, tuy nhiên do xuất phát điểm thấp, nền kinh tế hiện đang trong giai đoạn quá độ phát triển nên việc sử dụng các giá trị từ rừng vẫn dựa vào khai thác tài nguyên thiên nhiên, trong đó có tài nguyên rừng. Việc khai thác tài nguyên rừng nhằm cung cấp nguồn nguyên liệu cho ngành chế biến, sản xuất; từng bước nâng cao sinh kế cho người dân với việc sử dụng đa giá trị của các hệ sinh thái rừng. Tuy vậy, Việt Nam vẫn đang nỗ lực hướng tới việc khai thác, sử dụng đa giá trị của hệ sinh thái rừng mà không làm suy giảm giá trị của rừng, đất rừng. Trong đó có học tập, tiếp thu kinh nghiệm để hướng tới phát huy phúc lợi rừng



Là một quốc gia nằm trong khu vực Đông Nam Á, với vị trí địa lý và các yếu tố địa hình, khí hậu có sự khác biệt đã tạo ra các hệ sinh thái rừng rất phong phú như: rừng kín thường xanh mưa ẩm nhiệt đới; rừng kín nửa rụng lá ẩm nhiệt đới; rừng lá rộng thường xanh trên núi đá vôi; rừng lá kim tự nhiên; rừng thưa cây họ đậu/rừng khộp rụng lá; rừng tràm đầm lầy nước ngọt; rừng tre, nứa; rừng ngập mặn. Với diện tích đất có rừng trên 14,7 triệu ha, tỷ lệ che phủ rừng là 42,02%; rừng Việt Nam là nơi cư trú của hàng chục nghìn loài động, thực vật hoang dã; đã có hơn 10.000 loài động vật, 12.000 loài thực vật bậc cao có mạch đã được ghi nhận với hơn 7.000 loài cây cho lâm sản ngoài gỗ, trong đó khoảng 5.000 loài cây dược liệu.



Các hệ sinh thái rừng tại Việt Nam có đóng góp rất lớn cho nền kinh tế và phúc lợi của con người thông qua các dịch vụ mà rừng cung cấp, như: gỗ, lâm sản ngoài gỗ, điều tiết nguồn nước, hấp thụ khí nhà kính,... Rừng là không gian sinh sống của khoảng 25 triệu người dân sống phụ thuộc vào rừng, trong đó chủ yếu là cộng đồng các dân tộc thiểu số với những nét đặc trưng văn hóa, bản sắc dân tộc gắn với rừng; đây là tiềm năng to lớn để phát triển các giá trị của hệ sinh thái rừng, trong đó có phúc lợi rừng.



Hiện nay, khái niệm về “Phúc lợi rừng” chưa chính thức được đề cập ở các văn bản quy phạm pháp luật của Việt Nam. Tuy nhiên, những khái niệm, thuật ngữ khác về rừng đem lại các giá trị cho con người cũng đã được đề cập và triển khai thực hiện ở nhiều ý tưởng như: dịch vụ hệ sinh thái, dịch vụ môi trường rừng, nâng cao giá trị rừng,... và hiện nay đang hướng tới mục tiêu nâng cao giá trị rừng theo hướng phát huy đa giá trị.



Trên thực tế ở nước ta hiện nay, rất nhiều phúc lợi từ rừng đã được phát huy từ lâu như: rừng cho cho mục đích văn hóa tín ngưỡng qua những di tích lịch sử, địa điểm tâm linh, gắn liền với văn hóa của người Việt liên quan đến các khu rừng; những khu rừng thiêng, rừng ma, những nơi mai táng người chết rồi đến khái niệm công viên vĩnh hằng cũng đã được thực hành trong lịch sử và cuộc sống hiện tại; rồi những phúc lợi về thể thao giải trí như: các môn thể thao mạo hiểm (chèo ca nô thác ghềnh, du lịch khám phá mạo hiểm, chạy xuyên rừng – jungle path,...); rừng cũng đang là những nơi để thực hiện các hoạt động nghiên cứu khoa học và giáo dục thiên nhiên cho thế hệ trẻ; là điểm đến cho người dân, du khách trải nghiệm các hoạt động cắm trại, nghỉ ngơi, ngắm cảnh, đi bộ xuyên rừng, quan sát các loài động thực vật hoang dã,...



## PHÁT TRIỂN GIÁ TRỊ ĐA DẠNG CỦA HỆ SINH THÁI RỪNG

Hiện nay, kinh tế dần phát triển, chất lượng cuộc sống đã có sự cải thiện, người dân Việt Nam càng ngày càng có điều kiện, cuộc sống vật chất đầy đủ hơn, càng quan tâm chăm sóc sức khỏe, tinh thần qua việc thực hành nhiều liệu pháp liên quan đến tự nhiên trong đó có rừng như: du lịch tâm linh, du lịch trải nghiệm, tắm rừng để chữa lành, thiền và yoga với thiên nhiên,... Trước bối cảnh, xu thế, định hướng về phát huy phúc lợi rừng đang ngày càng trở nên phổ biến trên toàn thế giới, Việt Nam cần xem xét để có những điều chỉnh chính sách, chiến lược và có cách tiếp cận phù hợp hơn. Trong thời gian tới, các cấp, các ngành cần quan tâm, thúc đẩy việc đa dạng hóa hình thức cung cấp các dịch vụ hệ sinh thái rừng hay có thể nói là đa dạng phúc lợi rừng cho cuộc sống của con người; từ đó giúp mỗi người Việt hiểu biết, trân trọng hơn về rừng, chung tay bảo vệ rừng nói riêng và bảo tồn thiên nhiên và đa dạng sinh học ở Việt Nam nói chung./.

**CỤC LÂM NGHIỆP**