

【査読論文】

仏教的ウェルビーイング学と科学的ウェルビーイング学の響創の可能性

前野 隆司 (武蔵野大学教授、慶應義塾大学教授)

要約

本稿では、まず、仏教の基本的な考え方および仏教における幸福・ウェルビーイングの捉え方について述べる。次に、現代科学、特にウェルビーイングの科学についての現状と、仏教的ウェルビーイングとの関係について述べる。また、感性の陶冶とイノベーション指向が仏教的ウェルビーイングと科学的ウェルビーイングの響創を加速すると考えられることについても述べる。さらに、農耕革命、産業革命に次ぐ三つ目の変革、すなわち、近現代からウェルビーイング時代への人類史上3度目の大転換を、仏教的ウェルビーイング学と科学的ウェルビーイング学の響創が先導する可能性についても述べる。仏教的ウェルビーイングと科学的ウェルビーイングの学問を体系化し、共に学び、共に実践することによってこそ、生きとし生けるものが幸せに生きる未来の創造への道が拓けてくると考えられる。ウェルビーイング学部は、これらを実践する学部である。

1. はじめに

産業革命以来の人類が選択した主要な価値の一つは、経済成長を重視する資本主義・自由主義であると考えられる。欧米、特にアメリカやイギリスにおいては、マックス・ヴェーバー¹が述べているように、プロテスタンティズムが資本主義発展のきっかけの一つであったと考えられている。すなわち、プロテスタントの倫理規範の一つである「清貧」と経済的発展という、いわば逆説的な二つの概念が実は通底する。つまり、人間の性質は神が授けた賜物であるから、この賜物を用いて天職を全うし蓄財することは善である、という考え方が近代資本主義発展の一因となった。この過程には、経済活動が、その基底にあった世俗内禁欲という宗教倫理を喪失し、形骸化した制度のみを資本蓄積の手段と化したという問題がある。

日本においては、明治維新前後の神仏分離・廃仏毀釈や戦後の欧米型教育の導入に代表されるように、仏教的・東洋思想的価値観が希薄化する方向に近現代社会形成が進んできた歴史がある。また、欧米においても、宗教を信じる人の割合は減少している²。つまり、宗教的・思想的ないしは全体的・包括的価値観抜きに経済成長重視型、すなわち「個人が各々に自由な活動を行えば結果として全体もうまくいくに違いない」という資本主義・自由主義の価値観が現代先進諸国の主要な価値観として広まっているといえよう。

そんな世界が現在直面している課題は、格差の拡大、環境問題、戦争や紛争、パンデミック、資本主義の後退である。すなわち、世界全体について考える規範的価値が希薄化した現代において、世界全体について考えるべき課題がきわめて深刻な社会問題として現代世界を覆っている。

このような現代社会において、仏教的真理観に基づいて煩惱の無力化を目指すとともに生きとし生けるものの幸せを実現しようとする仏教思想³と、科学的手法に基づく学問分野横断型学問であるウェルビーイング学⁴の響創（響きあいながら協創すること）が、産業革命以来の人類文明の行きすぎた進歩主義を抜本的に革新する可能性を有するのではないだろうか。なお、ウェルビーイングとは、直訳すれば「よい (well) あり方 (being)」である。具体的には、幸せ、生きがい、安心、福祉、健康、平和など、生きとし生けるもののよき生き方を包含する概念である。もとより、仏教において「よき生き方」とは、自己の現世的な生の安楽のみならず、過去未来現在の他者の幸福という、自己を超越した存在様態における生を想定しており、それは伝統的に浄土や彼岸という形象として受容されてきた。現在課題になっているのは、この完成された伝統的理念を現在の思想状況のなかでいかに再現しうるかである。この問題意識のもと、本稿においては仏教的ウェルビーイング論が科学的幸福論をさらに豊かものにしうる可能性について、考えを述べる。また、農耕革命、産業革命に次ぐ三つ目の変革、すなわち、近現代からウェルビーイング時代への人類史上3度目の大転換を、仏教的ウェルビーイング学と科学的ウェルビーイング学の響創が先導する可能性についても述べる。

2. 仏教の根本的真理観

(1) 三法印に表される仏教的真理

仏教の最古の文献のひとつであるといわれる『真理のことば』（ダンマパダ）「第20章 道」に説かれている仏教の根本的真理（仏法、ブッダ・ダルマ）は以下のとおりである。なお、パーリ語の dhamma（ダンマ）はサンスクリット語では dharma ダルマである。

「一切の形成されたものは無常である」（諸行無常）と明らかな知慧をもって観るときに、ひとは苦しみから遠ざかり離れる。これこそが人が清らかになる道である」（二七七）

「一切の形成されたものは苦しみである」（一切皆苦）と明らかな知慧をもって観るときに、ひとは苦しみから遠ざかり離れる。これこそが人が清らかになる道である」（二七八）

「一切の事物は我ならざるものである」（諸法非我）と明らかな知慧をもって観るときに、ひとは苦しみから遠ざかり離れる。これこそが人が清らかになる道である」（二七九）⁵

これら「諸行無常」「一切皆苦」「諸法非我（諸法無我とも呼ばれる）」は、仏教の根本的な理念を示しており、三法印と呼ばれる。後述する「涅槃寂静」も併せて四法印と呼ばれることもある。日本には中国を経て仏教が伝来したため仏教概念は漢字で表される。このため、四法印は現代人には一見難解な概念に思われるかもしれない。四法印の法とは法則・真理という意味であり、ダルマ（保つ、支持するという意味の語根√ dhṛ から派生した名詞）の訳である。仏教もそもそも仏法（ブッダ・ダルマ）と呼ばれていたが、明治以降にキリスト教やイスラム教と区別された Buddhism という西洋起源の概念に対応する語として仏教という用語が使われるようになったといわれる。さて、武蔵野大学のケネス・タナカ名誉教授が四法印をシンプルな英語に訳している⁶ので紹介しよう。

諸行無常 人生は無常である。 Life is impermanent.

一切皆苦 人生は凹凸道である。 Life is bumpy road.

諸法無我 人生は縁起である。 Life is interdependent.

涅槃寂静 人生は根本的に良いものである。 Life is fundamentally good.

また、『感興のことば』「第1章 無常」の冒頭には、「諸行無常」について、「諸のつくられた事物は実に無常である。生じ滅びる性質のものである。それらは生じては滅びるからである。それらの静まるのが、安楽である。」(三)⁷と説かれている。続く箇所では、無常の事態が次のように描き出されている。

「朝には多くの人々を見かけるが、夕べには或る人々のすがたが見られない。夕べには多くの人々をみかけるが、朝には或る人々のすがたが見られない。」(七)

「わたしは若い」と思っているが、死すべきはずの人間は、誰が(自分の)生命をあてにしているよいだろうか?若い人々でも死んで行くのだ。—男でも女でも、次から次へと—。」(八)⁸

つまり、世界の一切は無常であり(諸行無常)、それを生じさせているのは我ならざるものである(諸法非我)のに、その仏教的真理を理解せず、愛着・執着のこだわりで囚われる人は、苦しみから逃れられない(一切皆苦)と考えるのが三法印である。『ゴータマ・ブッダI』⁹には以下のように述べられている。

わたくしのさとしたこの真理は深淵で、見がたく、難解であり、しずまり、絶妙であり、思考の域を超え、微妙であり、賢者のみよく知るところである。ところがこの世の人々は執着のこだわりを楽しみ、執着のこだわりで耽り、執着のこだわりを嬉しがっている。さて執着のこだわりを楽しみ、執着のこだわりで耽り、執着のこだわりを嬉しがっている人々には、<これを条件としてかれがあるということ>すなわち縁起という道理は見がたい。・・・すべての執着を捨て去ること、妄執の消滅、貪欲を離れること、止滅、やすらぎ(ニルヴァーナ)というこの道理もまた見がたい。

ではいかにすれば『真理のことば』における「清らか」、『感興のことば』における「安楽」ないしは『ゴータマ・ブッダI』における「やすらぎ(ニルヴァーナ)」に到達できるのだろうか。そのことについては次節で述べよう。

(2) 苦しみからの解放の理論と涅槃寂静

『ブッダのことば』(スッタニパータ)「第三 大いなる章 十二 二種の観察」には、次のように説かれている。

「苦しみを知り、また苦しみの生起するもとを知り、また苦しみのすべて

残りなく滅びるところを知り、また苦しみの消滅に達する道を知った人々、
— かれらは、心の解脱を具現し、また智慧の解脱を具現する。」(七二六、
七二七)¹⁰

また、『ブッダのことば』(スッタニパータ)「第四 八つの詩句の章 一
欲望」には次のように述べられている。

「欲望をかなえたいと望んでいる人が、もしもうまくゆくならば、かれは
実には人間の欲するものを得て、心に喜ぶ。

欲望をかなえたいと望み貪欲の生じた人が、もしも欲望をはたすことができ
なくなるならば、かれは、矢に射られたかのように、悩み苦しむ。

足で蛇の頭を踏まないようにするのと同様に、よく気を付けて諸々の欲望
を回避する人は、この世でこの執着をのり超える。」(七六六～七六八)¹¹

「無力のように見えるもの(諸々の煩惱)がかれにうち勝ち、危い災難が
かれをふみにじる。それ故に苦しみがかれにつき従う。あたかも壊れた舟
に水が侵入するように。

それ故に、人は常によく気をつけていて、諸々の欲望を回避せよ。船のた
まり水を汲み出すように、それらの欲望を捨て去って、激しい流れを渡り、
彼岸に到達せよ。」(七七〇、七七一)¹²

同じく、『ブッダのことば』(スッタニパータ)「第五 彼岸に至る道の章 五、
学生メッタグーの質問」では、次のように説かれている。

「世の中にある種々様々な苦しきは、執着を縁として生起する。実には知る
ことなくして執着をつくる人は愚鈍であり、くり返し苦しみに近づく。だ
から、知ることあり、苦しみの生起のもとを観じた人は、再生の素因(=
執着)をつくってはならない。」(一〇五〇、一〇五一)¹³

同様に、怒りについても、『感興のことば』「第二〇章 怒り」において、次の
ように述べられている。

「怒りを捨てよ。慢心を除き去れ。いかなる束縛をも超越せよ。名称と形
態とに執着せず、無一物となった者は、苦悩に追われることがない。

怒りが起こったならば、それを捨て去れ。欲情が起こったならば、それを
防げ。思慮ある人は無明を捨て去れ。真理を体得することから幸せが起こ
る。」(一、二)¹⁴

このように、欲望を回避し、怒りを捨て、執着を手放すことによってこそ、安楽・安らぎは得られるのである。言い換えれば、「諸行無常」「諸法非我（諸法無我）」を理解し、「一切皆苦」を離れることができれば、「涅槃寂静」に到達することができる。と説くのが仏教の根本的真理（仏法、ブッダ・ダルマ）である。

3. 仏教における幸福観とウェルビーイング

(1) 慈悲に基づいて成立する仏教的幸福観

また、仏教の書物にはウェルビーイングに関連すると考えられる言及が少なくない。このため、本節では仏教において幸福感とウェルビーイングについて言及されている部分について述べよう。

『ブッダのことば ―スッタニパーター―』「第一 蛇の章 八、慈しみ」に次の一節がある。

「いかなる生物生類であっても、怯えているものでも強剛なものでも、悉く、長いものでも、大きなものでも、中くらいのものでも、短いものでも、微細なものでも、粗大なものでも、目に見えるものでも、目に見えないものでも、遠くに住むものでも、近くに住むものでも、すでに生まれたものでも、これから生まれようと欲するものでも、一切の生きとし生けるものは、幸せであれ。」（一四六、一四七）¹⁵

「あたかも、母が己が独り子を命を賭けても護るように、そのように一切の生きとし生けるものどもに対しても、無量の（慈しみの）こころを起すべし」（一四九）¹⁶

ここには、すべての生きとし生けるものの幸せを願うブッダの思いが込められている。すなわち、初期仏教における慈しみの思想である。

(2) 大乘仏教の慈悲

初期仏教における慈しみの思想は、大乘仏教においてさらに豊かに展開する。すなわち、四無量心（慈悲喜捨）あるいは大悲・中悲・小悲などの区別も説かれるようになる。「慈」とは他者へ安楽を与えること、「悲」とは他者の苦しみを抜くこと、「喜」とは他者の安楽をともに喜ぶこと、「捨」とは対象に執着なく平等無差別に慈悲の実践をすることである。

大乘仏教では、無分別智の重要性が強調される。分別、分離、分析に基づく思考（分別智）によって近代以降の執着追求容認型社会は発展したのであるが、それに対し、そもそも仏法（仏教的真理）は言語化され分析されうる事態を超えており、それを把握する智慧としての無分別智に至ったのが大乘仏教である。例えば禅宗では「不立文字」と言われる。文字では表せない、という考え方である。また、浄土真宗をはじめとする浄土教では、涅槃寂靜を言葉で表し得ないばかりか、そもそも人間は簡単には涅槃寂靜には至れないという凡夫（愚かな者、無知な者、凡庸な人、一般の人）としての自覚が強調される。もちろん、仏教の根本的真理の理解と実践のために高邁な志を抱くことも重要であるが、それと同時に、自己の欲望充足に向けた飽くなき衝動に導かれ、暴走してしまう本性を自覚し、その凡夫が凡夫でありつつ、いかに仏道完成の歩みが続けていくかという、非常に謙虚かつ誠実な自己存在の在り方を深く見つめる自覚が強調される。浄土教の流れ、とりわけ親鸞の浄土思想においては、阿弥陀仏の本願力回向によって、自己の有限性の限界に気づかされ、さらには有限性を越えた世界へと生まれていくという、究極の他力思想が表明されている。

たとえば、親鸞の『一念多念文意』¹⁷には、以下のように述べられている。

凡夫はすなはちわれらなり。（中略）凡夫といふは、無明煩惱われらが身にみちみちて、欲もおほく、いかり、はらだち、そねみ、ねたむころおほくひまなくして、臨終の一念にいたるまで、とどまらず、きえず、たえずと、水（水の河は貪欲の例え）火（火の河は怒りの例え）二河のたとへにあらはれたり。

自己の有限性の深遠な自覚を通し、それを越える無限なる存在に開かれようとする、仏教思想の究極的な発展形態である。仏法がインドから中国を経て日本に伝来し、長い年月をかけ、様々な思惟を経て、人間心理のあらゆる面を吟味した結果として到達した境地がそこにある。すなわち、人間は悟りたくても悟れない。煩惱と愛欲に悩まされる。仏教的真理を実現すべきなのに、頭ではわかっても、実践できない。生きとし生けるものを救う慈悲を根本思想の一つとする仏教は、そんな人をも救いの対象とするのである。自分は煩惱がある人（悪人、ないしは凡夫）であると自覚するとともに、その上で仏法を会得しようとする人こそが、阿弥陀如来（アミターバ、はかりしれない光を持つもの、

真理に目覚めたもの)により救われると考えるのである。以上が、大乘仏教の、特に浄土真宗の、慈悲と願いの思想である。

(3) ブッダの説くこよなき幸せ

ここまで慈悲と幸せの関係について述べてきた。ここでは、仏教の智慧(根本的真理)と幸せの関係について述べる。

『ブッダのことば』「第二 小なる章 四 こよなき幸せ」においては、こよなき幸せとして次のように説かれている。

「諸々の愚者に親しまないで、諸々の賢者に親しみ、尊敬すべき人々を尊敬すること、—これがこよなき幸せである」(二五九)¹⁸

この箇所が続いて、深い学識があること、技術を身につけ、身をつつしむことをよく学ぶこと、父母につかえること、仕事に秩序あり混乱せぬこと、ほどこしを行うこと、親族を愛し護ること、非難を受けない行為につとめること、悪をやめ悪を離れ飲酒をつつしむ、徳行をゆるがせにしないこと、尊敬と謙遜と満足と感謝、教えを聞くこと、耐え忍ぶこと、ことばのやさしいこと、諸々の〈道の人〉に会うこと、理法についての教えを聞くことなどがこよなき幸せとして説かれている。世俗の中での、人間関係、社会生活についても、節度を保ちつつ行動することが説かれており、中村元の注によると、この章は南アジアにおいては、「大いなる幸せを説いた経」としてよく読誦されているということである。また、「この短い一節は、〈人生の幸福とは何か〉をまとめて述べている。いわば釈尊の幸福論である」¹⁹とも解説されている。したがって、ブッダの幸福論は、出家して修行生活を送るものだけを対象として説かれているのではなく、世間的、日常的な生活を送る中で、幸せな生活がどうあるべきか、という点に十分な配慮がなされていることがわかる。

その上で、最後の箇所では次のように述べている。

「修養と、清らかな行いと、聖なる真理を見ること、安らぎ(ニルヴァーナ)を体得すること、—これがこよなき幸せである。

世俗のことがらに触れても、その人の心が動揺せず、憂いなく、汚れを離れ、安穩であること、—これがこよなき幸せである。」(二六七、二六八)²⁰
 こうした道は出家者にしか歩めないのだろうか。仏教の歴史の事実、そうで

はないことを明らかに示している。「聖なる真理を見ること」、「安らぎ（ニルヴァーナ）を体得すること」、動揺・憂い・煩悩のほしいままの暴走を離れて心が「安穏であること」などが仏教の目指す最終的な幸せのゴールに設定されていることは明らかである。

このような仏教的幸福観は、『ブッダのことば —スッタニパータ—』「第二小なる章 一、宝」においても、次のように述べられている。

「心を統一したサキヤムニは、（煩悩の）消滅・離欲・不死・勝れたものに到達された、—その理法と等しいものは何も存在しない。このすぐれた宝は理法のうちに存する。この真理によって幸せであれ。

最も勝れた仏が讃嘆したもうた清らかな心の安定を、ひとびとは「〔さとりに向かって〕間をおかぬ心の安定」と呼ぶ。この〈心の安定〉と等しいものはほかに存在しない。このすぐれた宝は理法の（教え）のうちに存する。

この真理によって幸せであれ。」（二二五、二二六）²¹

この箇所においても、ブッダの幸せは、煩悩の生滅、欲望からの解放によって、死をはじめとした苦しみの事態から自由になった状態、心が安定的に統一され、真理に導かれた幸せであることがわかる。また、「第二 小なる章 九、いかなる戒めを」においても、真理について、次のように説かれている。

「真理を楽しみ、真理を喜び、真理に安住し、真理の定めを知り、真理をそこなうことばを口にするな。みごとに説かれた真実にもとづいて暮らせ。」

（三二七）²²

『ブッダのことば』に説かれる仏教の真理観を集約すれば、ブッダが目覚めた真理、ブッダによって説かれた真実の理法を拠り所として生きていくということが苦しみの解放、この上なき心の安定を実現していく上で決定的に重要なメッセージであり、また「真理によって幸せであれ」という言葉こそが仏教的幸福論の結論ともいえよう²³。

4. 仏教的ウェルビーイング学と科学的ウェルビーイング学の響創の可能性 —仏教的真理からの演繹、科学からの帰納および両者の響創による未来創造の仮説形成—

（1）仏教と現代諸科学の類似点と相違点

(a) 諸行無常と諸法非我

ここでは、これまでに述べてきた仏教の本質と、自然科学、人文科学、社会科学、特にウェルビーイング学との類似点及び相違点を整理したい。

まず、「諸行無常」と「諸法非我」、あるいは縁起の思想が、現代の科学的 세계観に通じ得ることについて述べたい。

近代以降の科学、主に自然科学と社会科学は、物事を分解し、分析し、要素還元論的に部分を明確に理解するとともに、それを積み上げることによってさまざまな物事は理解できる、という考え（分別智）に基づいている。ただし、科学的な分析の結果、量子力学、複雑系の科学、脳神経科学、人工知能など、要素の積み上げだけでは説明できない現象がこの世界には存在することが科学的に明らかにされている²⁴。つまり、今も科学の手法は要素還元論的であるが、しかし、最先端科学の一部は要素還元論からの帰納（部分からの全体の推測）によって全体的世界観についての科学的事実を導き出しつつあるのである。たとえば光は粒子としての性質と波動としての性質を併せ持つため、光は粒子なのか波動なのかという問いに答えはない。あるときには粒子の性質を示し、あるときには波動の性質を示すのであって、“粒子”および“波動”という表現自体が本来物理現象に対する近似的な定義に過ぎないというべきなのである。また、複雑系の科学によれば、すべての物事は相互作用し合っていて、その挙動は要素の積み上げでは説明できない複雑さを示すことが知られている。脳神経科学による自由意志に関する実験結果を説明するには、心が自由意志によって意思決定をしているということ自体を疑わざるを得ない（受動意識仮説²⁵）。近年の人工知能では、生物の神経回路網を模倣したニューラルネットワークによるディープラーニングという手法が用いられるが、もはやニューラルネットワークの優れた挙動を論理的に説明し尽くすことはできない。いずれも、二項対立的な分類・分析・分別による科学的手法には限界があることを科学自体が実証して見せるとともに、部分的理解からの帰納によって全体理解を深める可能性を示した事例である。

これらの現代科学の知見は「諸行無常」および「諸法非我」に近似している。一切の物事はさまざまな相互作用の結果、移り変わっているのであって、光は粒子ないし波動に留まるものではないし、物事の相互作用を司る自由意志のよ

うなものが確固として存在すると言い切ることは困難であり、さまざまな相互作用は自己という主体が司ると考えない時に脳神経科学の研究結果は説明できるのである。

ただし、科学が解を導き出すやりかたはあくまで要素還元論的・部分的現象理解からの全体の帰納である。たとえば、複雑系の科学は、非線形二元二次連立方程式がカオスの挙動を示すことから、世界全体も複雑系であることを帰納する。ニューラルネットワークという関係性に基づく人工知能のディープラーニングが囲碁や将棋で人間に勝ったことから、世界全体も関係性により成り立っていることを帰納する。こうした事例は、「諸行無常」や「諸法非我」という仏教的真理が、現代諸科学の個々の方法によって個別に明らかにされ、全体として追認されつつあることを示していると考えられる。

(b) 一切皆苦および仏教の幸福感

次に「一切皆苦」および仏教の幸福感は現代の科学とどのような関係にあるかについての考えを述べたい。

「諸行無常」および「諸法非我」は現実世界について論じるのに対し、「一切皆苦」はそれらを受け入れがたい人間の心の状態を述べているので、両者は範疇が異なる。科学の側から単純化して見ると、物理学の対象であるか、心理学の対象であるかという違いがあるといえよう。すなわち、先ほどから述べてきたように、「諸行無常」および「諸法非我」は物理現象に対する現代の先端科学と整合する。一方、私たちの心が感じているものはどのようなものであるかという問いは現代科学の中では主に心理学が扱ってきた問いである。フロイト、ユング、マズロー、アドラーの頃の心理学は哲学の一分野であったが、コンピュータが発展し、統計学により実証科学的に人の心を扱えるようになって以来、心理学（の一部である実証主義的な心理学）は科学の対象となった。すなわち、現代の実証主義的な心理学とは、人の心の振る舞いの特徴を要素還元論的に明らかにするものである。このような、分析的な科学の立場からは、「一切」という全体的な議論は行えない。行えるとしても、(a)と同じく帰納によってしか論じられない。よって、一切が全て苦であるというような哲学的・宗教的な結論は、自然科学・社会科学的な研究（実証的な心理学も含む）

からは導けず、できるとしても、(a)と同様に A は苦である、B もまた苦である、などの要素還元的な事実の積み上げから、多くのことは苦であるに違いない、と帰納するところまでが科学の限界である。なお、前出のケネス・タナカ名誉教授が行ったように一切皆苦を Life is bumpy road と平易に英訳するならば、現代科学・心理学のみならず一般的な人生観と一切皆苦がより近接すると考えることもできる。

心理学における主観的幸福 (subjective well-being) 研究により、多くの部分的事実が知られている。なお、統計学に基づく心理学の研究手法は帰納的である。たとえば、誠実さと幸福度を多くの人にアンケート調査し、その結果を統計処理すると、誠実さと幸福度とは中程度の相関を有することがわかる。つまり、統計的に、調査対象者のうち、多くの誠実な性格の人は幸せな傾向があることが明らかにされる。ここから帰納して、「誠実な人は幸せである」に違いない、という科学的帰結が導かれる。哲学・思想や宗教が演繹的に議論を進めることを基本とするのとは逆の道筋である。

主観的幸福研究により、多くの統計的研究結果が既に導かれている。金銭欲、物欲、名誉欲による幸せは長続きしない。視野の広い人は幸せである。多様性を受け入れる人は幸せである。利他的で親切な人は幸せである。寛容な人は幸せである。自分の個性や境遇を受け入れ、ありのままに生きる人は幸せである。健康な人は幸せである。成長意欲が高く、何かを身につける人は幸せである。満足する人は幸せである。感謝する人は幸せである。辛いことを乗り越えた人は幸せである。怒ったり、イライラしたり、落ち込んだりしにくい人は幸せである。慈悲の心を持ち、今ここを大切に生きて生きる人は幸せである。大きな目標を立てすぎる人よりも、自分にできる範囲で満足する人の方が幸せである。

これらの結果は、前に述べた仏教的幸福感とよく似ている。つまり、(a)と同様、科学は、部分の積み上げという帰納的な方法により、仏教の述べてきた幸福感を一つずつ追認しているといえることができる。よって、科学的な研究の積み上げと帰納によって、四法印に代表される真理に接近していくことや、「すべての生きとし生けるものの幸せを願う」という慈悲の想いに接近していくことは可能であると考えられる。

また、主観的幸福研究とは、言い換えれば、主観的不幸研究である。上に羅

列した幸福研究結果は、以下のように言い換えることもできる。

不誠実な人は不幸せである。金銭欲、物欲、名誉欲に囚われすぎることは不幸せである。視野の狭い人は不幸せである。多様性を受け入れない人は不幸せである。利己的で自分勝手な人は不幸せである。寛容でない人は不幸せである。自分の個性や境遇を受け入れられず、ありのままに生きられない人は不幸せである。不健康な人は不幸せである。成長意欲が低く、新たに学ばない人は不幸せである。満足しない人は不幸せである。感謝しない人は不幸せである。辛いことを乗り越えない人は不幸せである。怒ったり、イライラしたり、落ち込んだりする人は不幸せである。慈悲の心を持たず、過去と未来を憂いながら生きる人は不幸せである。大きな目標を立てすぎ、自分にできる範囲で満足しない人は不幸せである。

このように、主観的幸福研究は、主観的な不幸ないしは苦しみについて要素還元論的に明らかにしてきたということもできる。ここから帰納的に導けることは、幸せ（ウェルビーイング）に留意して生きないと、多くのことは苦であり、人生は凸凹道であるという帰結である。「一切皆苦」とは言えないが、「多くのことは苦」であるというところまでは到達できる。この違いは、これまでの比較と同様、帰納的手法によって部分から全体を述べることと、宗教や哲学が基本的に用いることの多い演繹的な方法の違いに基づいているといえよう。重要な点は、方法論が異なるとはいえ、科学の側がここでも仏教の真理にある程度は近づいてきているという点である。

つまり、ウェルビーイングの科学を学ぶことのみによっては、最後まで「一切皆苦」そのものを科学的に明らかにすることはできないが、「多くのことは苦であるから、それをいかにして超えるかを考えるべきである」というところまでは到達できる。一切皆苦に漸近することはできるのである。よって、仏教の真理とウェルビーイングの科学の両者を学ぶことによって、仏教の真理とウェルビーイングの科学双方の理解を深めるとともに、これをベースにしてウェルビーイングに溢れた世界を創造的にデザインしていくことが可能になると考えられる。伝統的な仏教のアプローチと現代科学のアプローチとの響創による新たな知の創発を通して、仏教の智慧を未来社会に開き出してゆく企図である。

(c) 慈悲・愛欲・愛について

現代日本人が知っておくべき重要な論点であると考えるので、慈悲と愛の関係についての考察を行う。日本では、「愛」という単語はもともと愛欲・愛着という意味であった。仏教では、愛はアーラヤ（執着・愛着のこだわり）の一相であることが強調される。

一方で、近代に入り、諸外国の概念を和訳する必要性により、愛は英語の「love」の意味も含むようになり、現代に至る（love は当初、愛ではなく御大切と訳されていたことから、love は従来の愛の概念とは同一ではないことがわかる）。その過程で、現代一般用語としての愛は、古代ギリシャやキリスト教の愛の概念も含む一般用語として用いられるようになった。古代ギリシャにおいては、愛には四つの相があると考えられる。エロス（性愛）、ストルゲー（家族愛）、フィリア（友愛）、アガペー（古代ギリシャでは普遍的な愛、キリスト教では神による無限・無償の真の愛）である。エロス、ストルゲー、フィリアは仏教における愛欲・愛着という意味も含むと考えられるが、アガペーはむしろ対人執着的な意味を持たず、人類愛、無償の愛、真の愛という意味を持つため、その古代ギリシャにおける本来の意味は、むしろ仏教における重要概念である慈悲に近い、ないし少なくとも執着・愛着からは離れた意味の単語と考えることもできるのではないだろうか。菅原ら²⁶による心理学に基づく主観的ウェルビーイング研究においては、クラスター分析の結果、日本語における思いやり（慈悲、compassion）と愛情（love）は、感嘆、畏敬・尊敬、和み・喜び、意気込み、誇りなどの他のポジティブ感情に比べて近い概念であることが示されている。一方、欧米では、love と compassion を別の概念と捉える研究²⁷も存在する。玉城²⁸は、新約聖書の愛（アガペー）と原始仏典の慈悲とを比較し、大枠での同一性、類似性を認めつつ、違いも述べている。よって、仏教用語、心理学用語、現代一般用語の「愛」には、定義やニュアンスの違いがあることに注意が必要であるといえよう。

以上に述べてきたように、愛という一般用語には、煩惱・愛着を表す面と、思いやり・慈悲に近いニュアンスを持つ面があると考えられるので、使用される文脈に応じて注意深く用いるべき概念であるというべきであろう。

(d) 凡夫の自覚と他力

浄土真宗では、その自己観は凡夫としての限界性の自覚に基づく謙虚かつ誠実な自己観であり、その限界は阿弥陀仏の他力によって突破されると考える。

(a) (b) と同様な理由により、このような真理観に対して直接的に対応する科学的研究結果は見られないが、この真理観を部分的に支持する研究結果には様々なものがある。

筆者が提唱し、多くの脳神経科学研究結果と整合する受動意識仮説²⁹では、私たちの自由意志は幻想であり、その意思決定は脳の無意識的な情報処理結果に随伴すると考えられる。すなわち、そもそも自己のみによる決定などないと考えるのである。

また、先ほど述べた主観的幸福研究結果の中に、「大きな目標を立てすぎる人よりも、自分にできる範囲で満足する人の方が幸せである」という興味深い研究結果がある。自分だけの力で大志をなさんとするよりも、自分の小ささを自覚する方が幸せという結果は、自身の現実の姿に目覚めさせようとする浄土真宗の自己観に似ている面がある。

さらに、産業革命以来の人間中心主義そのものも、人間が自力で新たな世界を構築できるという思い上がりに基づいていると見ることもできる。様々な課題に直面する現代社会において、本来人間は世界の一部に過ぎず、自己のみの力で成し遂げることなどないという限界性の自覚に基づく謙虚さと誠実さが求められているというべきではないだろうか。もちろん、人間存在の真理としての他力と、世界構築の意思としての自力志向の行きすぎへの警鐘とを混同すべきではないものの、両者はアナロジーとして類似している面もある。このことは、科学・工学によってウェルビーイングに関する部分的課題解決に対応するとともに、社会デザインの基盤として仏教真理を生かすというあり方の可能性を表していると考えられる。

以上のように、浄土真宗の基本としての他力と、現代科学から導かれる局所的な知見を比較すると、さらに両者の距離を縮める努力がなされるべきであると考えられるものの、両者の対話を重ねることが人類のより良いあり方（ウェルビーイング）への歩みに貢献できる可能性を示唆していると考えられる。

これまでに述べてきたことを図1にまとめる。四法印などの真理からの演繹

として論じることが基本とする仏教的ウェルビーイングが部分の蓄積として論じられる科学的ウェルビーイングなどの科学からの帰結を構造として包含する関係にあることがわかる。

なお、現代西洋哲学が、構造主義（すべてのことは要素ではなく構造に基づいているという考え方）、ポストモダン（分析、分解、分別へのアンチテーゼ）、ニヒリズム（すべては無であるという考え方）に至ったことは、科学が分析、分解、分別の限界を発見したことと呼応している。現代において分別智に基づいて発展してきた西洋哲学も、仏教真理に近接しつつあるというべきかもしれない。

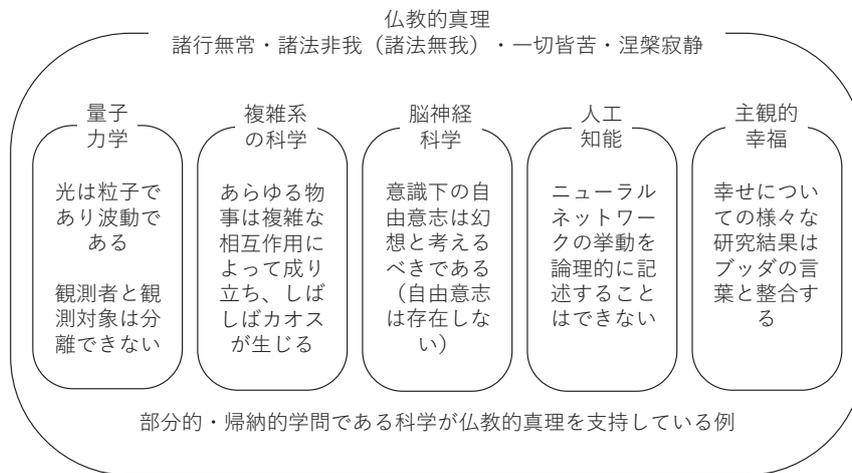


図1 仏教的真理・しあわせと科学的帰結の関係

(2) 仏教的ウェルビーイングと科学的ウェルビーイングの響創の必要性

産業革命以降の 250 年間、科学による発明・発見は人間生活を利便・快適にし、衣食住における満足度を高めてきた。しかしながら、このような「文明発展」のスタイルによっては、一部の人間の欲望を優先的に充足することは可能でも万人の際限なき欲望の安定的充足は不可能であること、欲望充足を願う人々の欲望への執着が、自己を中心とした広がりの中で必然的に他の人々、集団の抱く異なる好悪、欲望と矛盾を来たし、衝突することによっておびただしい憎悪、差別、紛争、戦争、殺戮などの事態を引き起こす可能性があること、人間中心主義の蔓延により人間以外の生態系や地球環境への配慮がなおざりにされ、生態系や地球環境の不可逆的破壊に足を踏み入れつつあることなど、様々な解決困難な事態を科学が因となり縁となって生起させてきたことを直視

すべきであろう。

近代以降の人類は、二項対立的思考や分析的アプローチに偏りすぎたことにより、全体性を喪失してきたと考えることができる。ただし、前節で述べたように、量子力学、複雑系の科学、脳神経科学、人工知能、主観的幸福研究などの最先端科学は、分析的アプローチからの帰納により全体にアプローチする可能性を模索中である。中でも、人類のウェルビーイングのために重要な分野であるにもかかわらず未だ発展途上にあるのがウェルビーイングの科学である。

「生きとし生けるものが幸せな世界」を願い、執着から生じた現代社会の課題を離れて仏教の理想実現に近づくためには、真理からの演繹を基本とする仏教的ウェルビーイングと、要素から積み上げて帰納する科学的ウェルビーイングについて、両者の専門家がともに学び、両者の役割分担を明確に理解することに基づいて、新たな学問を創造的に構築するとともに、その学問を多くの人に教育し社会に広めていくアプローチが不可欠であると考えられる。

ここでキーとなるのは、執着なきイノベーションであると考えられる。仏教では、執着から離れることを説く。一方で、グローバル 이슈が山積する現代社会を変革するためには、イノベーションを引き起こし、世界の幸せをカタチにする強い意志が求められる。後者は、よりよい社会を自らが創ることへの執着であるように見えるかもしれないが、そうではないあり方が可能である。己の力のみを根拠にし、他人に打ち勝つことへの欲望をドライビングフォースとして社会変革を志すのではなく、自己の限界を自覚した上で、謙虚かつ誠実に、生きとし生けるものにとっての幸せな世界を志すという、無私・無欲なあり方での自己変革からの社会変革を志向するなら、両者は矛盾しない。「プロテスタンティズムの倫理と資本主義の精神」が近現代の経済成長第一主義的社会拡大の契機となったと考えられるのに対し、これからの時代には、「ブディズムの真理とポスト近代資本主義の科学」こそが、時代をリードすべきなのではないだろうか。このことによってこそ、産業革命以来の文明の大転換と、生きとし生けるものが幸せな世界への抜本的な改革が成し遂げられるであろう。

なお、演繹 (deduction)、帰納 (induction) の両者からアプローチするからこそ、その融合としての仮説形成 (abduction) が創出される結果として、執着なきイノベーションの実現を目指すことが可能となる点が重要である。すなわ

ち、仏教真理からの演繹的説明の理解と実践（仏教的ウェルビーイング学）、科学的ウェルビーイングからの帰納的探求（科学的ウェルビーイング学）、そして創造的イノベーションのための仮説形成とその実践（執着なきイノベーションに基づくウェルビーイング学の統合と世界の変革）の3つを、基礎から応用展開まで、体系的に教育・研究・実践していくことが、これからの自己変革・社会変革のために必要不可欠な考え方・やりかたであると考えられる。言い換えれば、演繹、帰納、仮説形成の響創によってこそ、統合されたウェルビーイング学は、現代社会において機能する実践的智慧になりうる。

なお、本書の主題からは若干離れるものの、ウェルビーイングの響創のためには、演繹（deduction）、帰納（induction）、仮説形成（abduction）の3つに加えてもうひとつの柱が必要であることについて述べたい。実践に基づく感性の陶冶である。

人類は古来自然の一部として生きてきた。仏教が人間中心主義を超えて生きとし生けるものの幸せを願うのはその表れである。ところが、近現代社会において、人類は自らが作り上げた都市文明や欲求充足社会に依存し過ぎた結果として全体性・無分別性を喪失しかけていることは前述の通りである。人間と人間以外を分断する人間中心主義を超え、全体性・無分別性を取り戻すためには、自然体験や農林水産業体験のような、世界と触れ合う機会が重要である。すなわち、図2に示したように、ウェルビーイング学の協創のためには、4つの柱が重要であると考えられる。このため、2024年4月に発足したウェルビーイング学部では、これら4つの柱に基づいたカリキュラムを構築している。

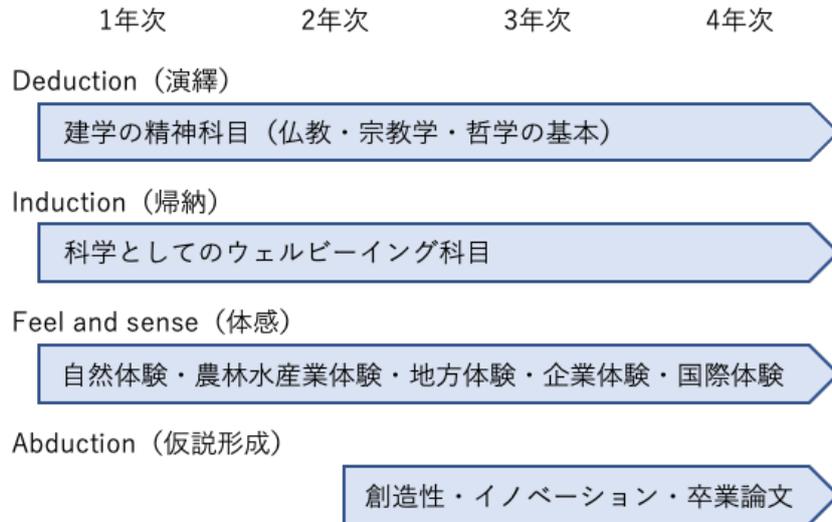


図2 ウェルビーイング学の響創のための教育カリキュラムのイメージ図

(3) ウェルビーイング学統合の歴史的意義

ウェルビーイングの響創は、人類に新たな地平をもたらすであろう。このことをマクロな視点から捉え直すために、人類史を俯瞰してみよう。広井³⁰によると人口・経済の規模は3度の成長期と踊り場を迎えている(図3)。1度目の成長と踊り場は狩猟採集社会のものであり、踊り場が始まった頃の時代は「心のビッグバン」と呼ばれ、洞窟の壁画や縄文土器など、人類がアートを広く残した時代であると言われる。2度目の成長と踊り場は農耕革命後のものであり、踊り場を迎えた紀元前5世紀は枢軸時代と呼ばれる。この時代は、ブツダの他、中国には諸氏百家、古代ギリシャにはソクラテスなどが出た時代であり、人類が広く思想・宗教を発展させた時代である。3度目の成長期は近代化と産業革命によるものであるが、環境問題、貧困問題、少子高齢化問題などが表面化していることからわかるように、産業革命後の成長は限界を迎え、3度目の踊り場に差し掛かるところであると考えられる。実際に日本では人口増加も経済成長も止まっており、世界に先駆けて3度目の定常化③社会に突入したとみることもできよう。

すなわち、過去の2度の踊り場は、それまでの経済成長第一の時代の行き詰まりを実感するとともに、だからこそ人間としての思惟を重ねた結果として、心の成長と思想・宗教・文化の発展に向かった時代であったということができよう。では、3度目の定常時代とはどのような時代なのであろうか。世界経済

フォーラムのクラウス・シュワブ会長は産業革命以来の「グレートリセット」と呼ぶ。革命家を自認するジョアンナ・メシーは、農耕革命、産業革命に次ぐ3度目の「グレートターニング」と呼ぶ。大いなるリセットの時、大いなる転換の時。まさに産業革命以来の文明の大転換と抜本的な改革が進むウェルビーイングの時代である。このような時代に、2度目の成長後の踊り場の時期に花開いた思想である仏教と近代化以降に大きく発展した科学の響創に基づき新たな未来をデザインするウェルビーイング学が次なる大転換・抜本的改革時代のために有効であることは想像に難くない。特に、煩悩を離れるべきであることを説く仏教は、煩悩主導型経済成長第一主義的社会から定常型ウェルビーイング社会への変革を先導する思想として適切である上、ウェルビーイングの科学はそれを支えるとともに定常化時代のイノベーションを担う方法論として有効である。よって、両者を基盤とし、そこに感性の陶冶とイノベーションの実践を加えた4つの柱の響創は、人類に新たな地平をもたらす方法論になりうるものと考えらる。

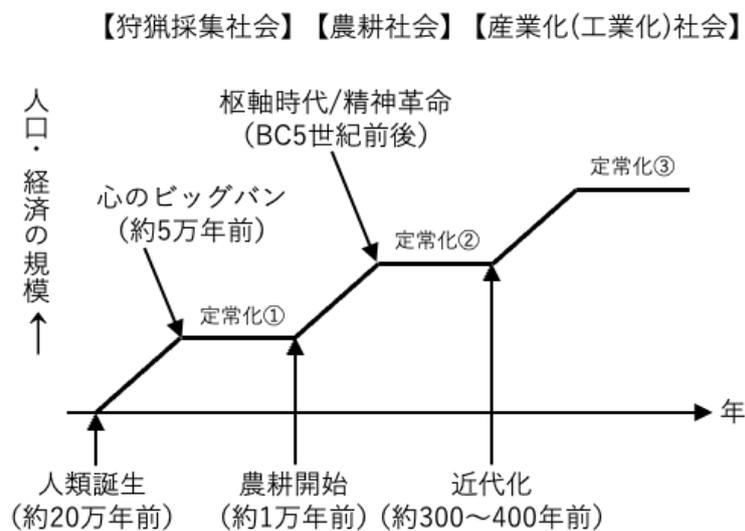


図3 人類史における拡大・成長と定常化のサイクル³¹

5. 課題

今後の課題について述べる。まず、本論文では大乘仏教、特に浄土真宗の考え方と科学的ウェルビーイングの関係については簡単に触れるにとどまった。

今後は、両者の議論をさらに重ね、理解を深化させる必要があるだろう。特に、大乘仏教や浄土真宗において強調される慈悲の思想を理解するためには、縁起、空の思想、浄土、本願、菩薩の概念、阿弥陀仏の概念、大乘仏教と上座部仏教の相違点などについての深い議論が必要である。愛と慈悲の現代的理解や相違点についての議論も今後さらに深める必要があるだろう。さらに、宗教的ウェルビーイングと科学的ウェルビーイングをいかにして具体的に響創されていくべきか、といった根源的な議論を学際的に継続する必要があるだろう。以上のように課題は山積しているけれども、武蔵野大学ウェルビーイング学部が集まった多様なバックグラウンドを持つ教員陣と学生との活発な議論によって、これらの膨大かつ深淵な響創が深化していくものと考ええる。また、このことこそが、世界中の生きとし生けるものの幸せ実現への歩みとして日本の仏教思想および日本のウェルビーイング学が世界に貢献する道程であると考ええる。

6. おわりに

本稿では、まず、仏教の基本的な考え方および仏教における幸福・ウェルビーイングの捉え方について述べた後に、現代科学、特にウェルビーイングの科学についての現状と、仏教的ウェルビーイングとの関係について述べた。また、感性の陶冶とイノベーション指向が仏教的ウェルビーイングと科学的ウェルビーイングの響創を加速することについても述べた。仏教的ウェルビーイングと科学的ウェルビーイングの学問を体系化し、共に学び、共に実践することによってこそ、生きとし生けるものが幸せに生きる未来の創造への道が拓けてくると考えられる。すなわち、自己のあり方と他者との関係性を諸行無常・諸法無我の視点から深め、一切皆苦から離れたくてもなかなか離れ得ない人間の未熟さを自覚し、それでも光り輝く理想を願い、そのために真の社会変革の成就を謙虚かつ誠実に目指すことによって。

謝辞

本論文は、武蔵野大学ウェルビーイング学部ウェルビーイング学科教員就任予定者のみなさんおよび武蔵野大学に関わる多くの専門家・実践者の方々のご助言に基づいて作成した。ご助言くださったすべての方々への謝意を表する。

注釈

- 1 ヴェーバー〔1989〕
- 2 海外の宗教事情に関する調査報告書、文化庁、2008年3月
- 3 中村〔1984〕、p. 37.
- 4 前野〔2022-a〕
- 5 中村元訳『ブツダの真理のことば 感興のことば』、岩波文庫、1978年第1刷、1995年第33刷、p. 49、(以下、中村〔1978〕と略称).
- 6 タナカ〔2014〕
- 7 中村〔1978〕、p. 161.
- 8 中村〔1978〕、p. 162.
- 9 中村〔1992〕、p. 444.
- 10 中村元訳『ブツダのことば ースツタニパーター』、岩波文庫、1984年、第1刷、2008年第48刷、p.157 (以下、中村〔1984〕と略称) .西本〔2021〕、p.158.
- 11 中村〔1984〕、p.174.
- 12 同、p.174.
- 13 同、p.221.
- 14 同、p.220.
- 15 中村〔1984〕、p. 37.
- 16 同、p. 38
- 17 『一念多念文意』（『浄土真宗聖典註釈版』、 p. 693.）
- 18 中村〔1984〕、p. 58.
- 19 同、p. 306.
- 20 中村〔1984〕、pp. 58-59.
- 21 同、p. 51-52.
- 22 同、p. 69.
- 23 西本〔2021〕、p.163.
- 24 前野〔2010〕 pp.108-134.および前野〔2022b〕 pp.215-218.
- 25 前野〔2004〕
- 26 菅原〔2018〕

- 27 Fredrickson〔2009〕、Sauter〔2017〕
 28 玉城〔1975〕、p. 35
 29 前野〔2004〕
 30 広井〔2019〕 ないしは前野〔2022-a〕 p. 31.、前野〔2022-b〕 p. 229.
 31 広井〔2019〕 ないしは前野〔2022-a〕 p. 31.、前野〔2022-b〕 p. 229.

参考文献

- ヴェーバー〔1989〕：マックス・ヴェーバー(1989)、『プロテスタンティズムの倫理と資本主義の精神』、岩波文庫
- 丘山新・丘山万里子〔2005〕：丘山新・丘山万里子(2005)、『アジアの幸福論』、春秋社
- 『浄土真宗聖典(註釈版)』〔1988〕：『浄土真宗聖典(註釈版)』、本願寺出版社、1988年初版、2004年第二版
- 菅原〔2018〕：菅原大地、武藤世良、杉江征(2018)、ポジティブ感情概念の構造－日本人大学生、大学院生を対象として－、心理学研究、第89巻第5号、pp. 479-489
- タナカ〔2014〕：ケネス・タナカ(2014)、仏教に目覚めるアメリカ人－現代化する日本社会(仏教・真宗)への示唆となるか? <https://www.okazaki-kyoku.net/library/pdf/speech01.pdf>
- 玉城康四郎〔1975〕：玉城康四郎(1975)、「愛に関する新約聖書と原始経典」『仏教思想、I、愛』、平楽寺書店
- 中村〔1978〕：中村元訳(1978)、『ブツダの真理のことば 感興のことば』、岩波文庫、1978年第1刷、1995年第33刷
- 中村〔1984〕：中村元訳(1984)『ブツダのことば ースツタニパーター』、岩波文庫、1984年第1刷、2008年第48刷
- 中村〔1992〕：中村元選集(1992)、『ゴータマ・ブツダ I』(中村元選集[決定版]第11巻)、春秋社
- 西本〔2021〕：西本照真(2021)、「ブツダの言葉に見る不可避の老病死としあわせ」(西本照真・一ノ瀬正樹編『病災害の中のしあわせ 自然災害とコロナ問題を踏み分けて』第7章(武蔵野大学しあわせ研究所叢書①)、武蔵野大学出

版会

前野〔2004〕：前野隆司(2004)、『脳はなぜ「心」を作ったのか ―「私」の謎を解く受動意識仮説』、筑摩書房

前野〔2010〕：前野隆司(2010)、『思考脳力のつくり方―仕事と人生を革新する四つの思考法』、角川ワンテーマ21(新書)

前野〔2022-a〕：前野隆司・前野マドカ(2022)、『ウェルビーイング』、日経文庫

前野〔2022-b〕：前野隆司(2022)、『ディストピア禍の新・幸福論』、プレジデント社

広井〔2019〕：広井良典(2019)、人口減少社会のデザイン、東洋経済新報社

Fredrickson〔2009〕：Fredrickson, B. L. (2009). Positivity: Groundbreaking research reveals how to embrace the hidden strength of positive emotions, overcome negativity, and thrive. New York: Crown.

Sauter〔2017〕：Sauter, D. A. (2017). The nonverbal communication of positive emotions: An emotion family approach. *Emotion Review*, 9, 222–234.