

友愛と美德

倫理学のおもなテーマ

- ・ 正しさの基準（功利主義、義務論、社会契約説等）
- ・ 基本的な道徳の概念（正義、平等、自由、権利等）
- ・ 道徳の本性（相対主義、主観主義、客観主義等）
- ・ 幸福と不幸、「人生の意味」
- ・ 美德
- ・ 友情、ケア、よい社会
- ・ 具体的な倫理的問題（安楽死、死刑、妊娠中絶、etc）
- ・ その他日常生活における道徳的疑問（ウソ、自己欺瞞、etc）

アリストテレス

- ・ アリストテレス
- ・ 幸福(=よく生きる)のためには友人が必要
- ・ 「愛する友なしには、たとえ他の善きものをすべてもっていたとして、誰も生きてゆきたいとは思わないだろう」



アリストテレス

- ・ 愛と欲求の対象
 - 快いもの
 - 有益なもの
 - よいもの
- ・ 交友関係
 - 有益さによる交友
 - 遊びと楽しみを目的とする交友
 - 互いの人格的な価値を認め、互いの幸福を望む交友

有用性・快樂の愛

「有用性のゆえにお互いに愛し合っている人たちは、相手を相手の人そのものとして愛しているのではなくて、相手から自分自身に何か善いものが生じるかぎりにおいて愛しているのである。快樂のゆえに愛する人たちも同様である。たとえば、そのような人たちは、機智に富む人たちを、その人たちが特定の性質であることによって好むのではなくて、もっぱら自分たちにとって愉快だから好きなのである。」

5

「有用性のゆえに愛する人たちは自分にとっての善のゆえに相手に愛情を抱いており、また快樂のゆえに愛する人たちは、自分にとって快いがゆえに相手に愛情を抱いているのであって、そうした愛情というのは、愛される人が愛される人であるかぎりにおいてではなく、相手が有用であったり、快かったりするかぎりにおいて、抱かれているものなのである。」

6

「だから、この種の友愛はどちらも、相手がもとの同じような状態にとどまっていなければ、容易に解消されうるものなのである。すなわち、愛する側の者たちは、相手がもはや快くなかったり、有用でなくなったりすれば、愛するのをやめてしまうのである。」

(1156a)

7

有用性による友愛は不満をまね

「有用性による友愛は、不満を招きやすい。というのも、その点で友である人たちは、利益のために互いに相手を扱いながら、たえずより多くのものを求めるのであり、しかるべき利益以下のものしか得られないと思うと、自分が求めているかぎりの、自分にふさわしいだけのものが手に入らないという理由で、相手を非難するからである。」 (1162b)

8

「若い人たちに見られる友愛は、快樂が原因であるように思われる。というのも、彼らは情念にしたがって生きているのであり、何よりも現在目の前にある、自分自身にとって快いものを追い求めるからである。しかし年齢が進むと、快いものも変わってゆく。それゆえ、若い人たちはすぐに友人になり、すぐに友人であることをやめてしまうのである。なぜから、彼らの友愛は快いものとともに変化するが、彼らの求める快樂は、移り変わりが速いからである。」

9

「若者たちは恋心を抱きやすい。それというのも、「恋愛における友愛」の多くは情念によるものであり、また快樂が原因となっているからである。まさにこのゆえに、彼らはたちまち愛し、たちまち愛するのをやめてしまうのである。」

10

「恋愛における友愛」においては、恋する者が時には、自分の方はとても愛しているのに、相手から愛し返されないと行って、不満を訴えることがある。……こうした事態が起こるのはいつでも、恋する者が、相手の恋される者を、快樂のために愛し、他方、恋される者の方は、自分を恋してくれる者を、有用性のために愛し、しかも、どちらの側にも求められているものがそなわっていない場合なのである。」

11

- 「というのは、どちらも相手自身に愛情を抱いていたのではなく、ただ相手にそなわっているものに愛情を寄せていただけであって、そうしたものは永続的なものではないからである。それゆえ、その友愛もまた永続的ではないのである。それに対して、互いの「性格エートス」を愛する友愛は、先に述べられたように、友愛そのものに基づいているがゆえに、永続する。」(1164a)

12

完全な友愛

「完全な友愛とは、美德に基づいて互いに似ている善き人々どうしの愛である。なぜなら、そのような人たちは、善き人々であるかぎり、善きものを互いに対して、同様の仕方で願望するからであり、また彼らは、ほかでもなく彼ら自身について善き人たちだからである。・・・友に対して善きものを、友のために願う人たちどうしは、だれよりも互いに友であえる。・・・こうして、善き人々どうしでの友愛は、彼らが善き人々であるかぎりずっと続くことになる・・・」

13

- 家族愛についてはアリストテレスはあまり議論していない
- 親子の愛情、兄弟の愛情は血縁にもとづいた自然なもの

14

男女の愛情

「人間は子どもを生むために一緒に暮すだけでなく、生活の便のためにも暮らしを共にするのである。なぜなら、もともと男女の機能は区分されているのであり、男と女の仕事は異なっているからである。だから、男女は、共通の善のためにそれぞれ固有のはたらきをすることによって、お互いに助け合うのである。こうしたことのゆえに、その友愛には、快さと有用性が含まれていると考えられるのである。」

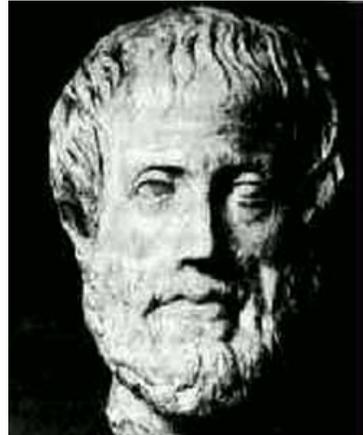
15

「そして、もし彼らが品位ある人たちであるなら、彼らの友愛は徳によるものでもあるだろう。実際、男女のそれぞれには固有の徳があり、彼らはその徳によるこびを覚えるであろう。一方、子どもたちも、夫婦の仲を結びつける絆であると考えられる。それゆえ、子どものいない人たちの方が早く分かれてしまうのである。事実、子どもたちは夫婦双方にとって共通の善であり、共通なものは彼らを結びつけるのである。」(1162b)

16

アリストテレスの美德

- 徳（アレテー） = 長所、卓越性。賞賛に値するもの
- 知性的徳
 - 知恵、理解力、思慮、etc.
- 性格的徳・倫理的徳
 - 気前のよさ、節制、おだやか、etc.



徳は習慣によって身につく

「徳の場合は……われわれはまずその行為を現実化することによって身につけるのである。……たとえば人は家を建てることによって建築家になり、豎琴を弾くことによって豎琴奏者になるのである。まさにこれと同様に、正しいことを行なうことによって、われわれは正しい人になり、節制あることを行うことによって節制ある人になり、また勇気あることを行うことによって、勇気ある人になるのである。」 1103a

中庸

- 美德は不足の悪徳と過剰の悪徳の間にある。

不足	中庸	過剰
憶病	勇気	向こう見ず
けち	気前のよさ	浪費
さもしさ	度量の大きさ	悪趣味・俗悪
卑下	高邁	虚栄
名誉心の欠如	(名前なし)	名誉愛
怒りの欠如	温厚	怒りっぽさ
とぼけ	正直さ	ほら
野暮	機智	悪ふざけ
意地の悪さ	友愛	愛想・おべっか
恥知らず	つつしみ	引っ込み思案
悪意	憤り	妬み

性格の強み (美德 Virtue)

- ポジティブ感情 (快、楽しい、うれしい、ハッピー、恍惚、心地良いetc.)
- エンゲージメント (何かに熱中している、充実)
- 自分の人生の意義、意味、有意義さ (人の役に立つ、自分より大きなものにかかわる、etc.)
- 達成、成功、獲得。なにかをなしとげる、勝利する
- ポジティブな人間関係

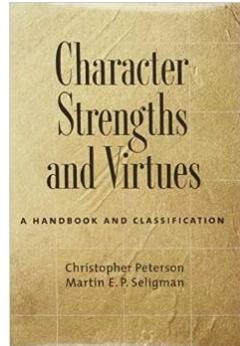
幸福とはなにか

- 楽しい感じ。しかし楽しいだけでよいか？ 毎日遊んでいる生活は幸福か？
- → 「自分の人生に満足する」の方がベターか？

- セリグマンやピーターソンらのポジティブ心理学者によれば、自分の性格上の長所 (Character Strength)を發揮できる状況を多く経験することが幸福への道
- 長所を發揮することによってさらにその長所を伸ばせる

ポジティブ心理学：性格の強み(VIA)

- なにを美德と見るかは文化によってずいぶん違う。しかし、普遍的に認められている徳も多く、それらは6つぐらのクラスタに分けられるかもしれない
- (1) 知恵 (2) 勇気 (3) 人間性 (4) 正義 (5) 節度 (6) 超越性



セリグマンとピーターソンの「性格の強み」リスト ほぼどの文化でも共通に賞賛される性格の特徴

知恵・知性 創造性。好奇心・オープンマインド。学習意欲。広い視野。

勇気 勇敢さ。誠実。根気強さ、勤勉さ。熱意、活力。

やさしさ 親切、寛大、ケア、慈悲、利他。愛。社会的知性、EQ。
人間味

正義 公正。リーダーシップ。チームワーク、責任感。忠誠心。よき市民。

節度・節制 許す心。謙虚。思慮深さ。自己統制、セルフコントロール。

超越性 審美眼、美と卓越の鑑賞。感謝心。希望、楽観性、未来志向。ユーモア、遊び心。
個人を超える ア、遊び心。
大きなものに 精神性、宗教性、信仰、大きな人生の目的。

知恵: 知識を獲得し使う

- 創造性：新しいもの・方法を作り出す
- 好奇心：新しい経験を好む、探索し発見する
- 開かれた心、批判的思考：なにかを考えぬきあらゆる面から吟味する。証拠・根拠をフェアに取り扱う
- 学習意欲：新しいスキルや知識を学習することに喜びを感じる
- 広い視野：多様な観点から広く物事を見る、他人へ賢明な助言をする

勇気：さまざまな抵抗にあっても目標を達成する

- 勇敢：脅し、恐怖、苦痛に負けない、他に人氣がなくても信念をもって行動する
- 誠実、本物、自分自身に忠実：自分を曲げない、自分の感情と行動の責任をとる
- 根気強さ、勤勉さ：じっくり物事にとりくむ、はじめたことをやりとげる
- 熱意、活力：なにかに気合いを入れて全力で参加する

人間味： 対人的強み

- 親切、寛大、ケア、慈悲、利他：他人のために行動する
- 愛：他者との親密で相互的な関係に価値を見出す
- 社会的知性、EQ：他の人や自分の動機や感情に敏感

正義： 社会の一員としての強み

- 公正さ：すべての人を公平と正義にんしたがって同じように扱う。他人についての判断に個人的な感情をまじえない
- リーダーシップ：自分のグループを励まし、同時にグループ内での人間関係を良好に保つ
- チームワーク、社会的責任、忠誠心、よき市民：グループやチームの一員として働く。グループに対して忠実

節度： 過剰なものを避ける

- 許し：悪事をなした人を許す。他人の欠点を許す。もう一度チャンスを与える。復讐を控える
- 謙虚・謙遜：自分の成果を自慢しない。自分を実際以上に特別な人間と考えない
- 思慮深さ：選択の際に注意深い。無駄なリスクを負わない。のちに後悔するようなことをしたり行ったりしない
- 自己統制・セルフコントロール：自分の感情や行動を制御する。自分を訓練する。欲望や感情をコントロールする

超越： より広い世界とつながる

- 美と卓越の鑑賞・審美眼：美しいもの、優れたものや行ないを愛でる
- 感謝：よきことがらに気づき感謝する。感謝の念を表明する
- 希望、楽観性、未来指向：将来のよい事柄を期待し、そのために働く
- ユーモア、遊び心：笑いふざけることを好む。他の人を笑い微笑ませる。物事の明るい面を見る
- 精神性、宗教性、信仰、人生の目的：より高い目的、人生の意味、宇宙の意味について一貫した信念をもつ

勇気をのばす

- 自分自身に忠実、誠実
 - 1日、自分が本当に信じていることしか言わない
 - 毎日自分が一番大事だとおもっている一つのことをする
- 勇猛さ
 - 自分が不安になったりしりぞみしたりしている場面を自覚する
 - よいことをしたり言ったりすることを尻込みしてしまうときに、自分が不安になっていることを自覚する

- 根気強さ
 - 今日、やるべきことを一つ計画し、計画にしたがって達成するまでやりつづける
 - しばらく先延ばししていたことをする。細かい段階に分けて一つずつ達成する
- 熱意
 - 今日、いままで本当にやりたかったけどするべきでないと思っていたことをする
 - 8時間寝て3食しっかり食べて1時間運動し、自分が元気になっていることを確認する

人間味をのばす

- 親切さ
 - 誰かに一つ親切なことをする
 - 孤独にしている人を訪問してなにか話をする
- 愛
 - 友達やパートナーと相手が本当にやりたいことをする
 - 褒めてもらったなら否定しないで「ありがとう」と返事する

- 社会的知性
 - だれかがうざいことを言ったら、すぐに反論しないでその動機を理解しようとする
 - 緊張した場面では、他の人がリラックスできることを言ってみる

正義をのばす

- 公正さ
 - 間違ったことをしてしまったらそれを公にみとめる
 - 意見の違う人の言葉を遮らずに聞く
- リーダーシップ
 - 友達や家族のイベントをとりしきる
 - 人気のない人や新人さんを自分のグループに誘ってみる

- チームワーク
 - 集合時間をまもり、自分の役目をしっかり果たす
 - 自分の属しているグループのためになることを自発的にしてみる

節度をのばす

- 許し
 - 誰かあなたにひどいことをした人を許す手紙を書く(実際には送らない)
 - うざい思いをしてもそれを忘れるようにする
- 謙虚さ
 - 1日自分のことは話さないでみる
 - 友人があなたより優れているところをほめてみる

- 思慮深さ
 - ジャンクフードを食べたりアルコール飲み過ぎたりしたときのリスクを考えてみる
 - 「～しすぎ」を一つ抑えてみる
- 自己規制
 - カットとなりそうなときに10数えてみる
 - 他人についてゴシップや悪口をいうのを我慢してみる

超越をのぼす

- 美や卓越性の鑑賞
 - 1日2回立ち止まってまわりの風景に目をやってみる
 - 1週間の間まいにち目にした美しいものについて文章を書いてみる
- 感謝
 - 一日の終わりにその日あったよかったことを3つ書いてみる
 - いままであなたを助けてくれた人に感謝の手紙を書いてみる。実際に出せばもっとよい

- 希望
 - 来月の目標を書いてみる。そのための計画を書く
 - がっかりさせられたことを思い出して、それがプラスになることを考えてみる
- ユーモア
 - 今日誰かを笑顔にする
 - 自分を笑いのネタにしてみる

- 宗教性
 - 15分間瞑想してみる
 - 今日自分の人生の考えてみる

結論

- おそらく幸福であるためには道徳的であった方がよい
- 個々の行為よりは、自分がどういう人間になるかを考えた方がよい
- 完璧な人間は存在しないので、自分なりの長所を発見しそれを伸ばす

参考文献

- アリストテレス、『ニコマコス倫理学』
- クリストファー・ピーターソン、『ポジティブ心理学入門』、春秋社、2012 (翻訳が悪い)
- ジョナサン・ハイト、『しあわせ仮説』、新曜社、2011
- マーティン・セリグマン、『ポジティブ心理学が教えてくれる「ほんものの幸せ」のを見つけかた』、パンローリング、2021 (翻訳が悪い)
- マーティン・セリグマン『ポジティブ心理学の挑戦』