

# 幼児期における道德教育及び宗教教育 「利他」の心を育てる

著者	山室 吉孝
雑誌名	鶴見大学仏教文化研究所紀要
号	23
ページ	27-44
発行年	2018-03
URL	<a href="http://doi.org/10.24791/00000305">http://doi.org/10.24791/00000305</a>



# 幼児期における道徳教育及び宗教教育—「利他」の心を育てる—

仏教文化研究所兼任研究員 山室 吉孝

## はじめに

本稿は、平成29年6月10日(土)に、「仏教に学ぶ保育の原点」というテーマで行われた平成29年度仏教文化研究所の公開シンポジウムにおける筆者の報告をもとに、大幅に加筆修正を行い、書き上げたものである。当日の筆者の報告のタイトルは、「幼児期における道徳教育」である。

平成29年3月31日に文部科学省が新しい「幼稚園教育要領」を告示した。

その第1章「総則」の第2は、「幼稚園教育において育みたい資質・能力及び『幼児期の終わりまでに育ってほしい姿』」である。ここに記載されている「資質・能力」とは、「幼稚園教育要領」の第1章「総則」の第2の1の中に、「幼稚園において育ってほしい『生きる力の基礎』となるもので、「知識及び技能の基礎」、「思考力、判断力、表現力等の基礎」、および「学びに向う力、人間性等」であると説明されている。

この第2の3として、「次に示す『幼児期の終わりまでに育ってほしい姿』は、第2章に示すねらい及び内容に基づき活動全体を通して資質・能力が育まれている幼児の幼稚園修了時の具体的な姿であり、教師が指導を行う際に考慮するものである」という項目がある。

その項目の四番目の(4)は「道徳性・規範意識の芽生え」である。

すなわち、これは、第2の『幼児期の終わりまでに育ってほしい姿』として示された10項目の内の一つである。ところで、この第1章「総則」の第2の3の(4)「道徳性・規範意識の芽生え」の項目であるが、それには、次のような詳しい説明がなされている。

「友達と様々な体験を重ねる中で、してよいことや悪いことが分かり、自分の行動を振り返ったり、友達の気持ちに共感したりし、相手の立場に立って行動するようになる。また、決まりを守る必要性が分かり、自分の気持ちを調整し、友達と折り合いを付けながら、きまりをつくったり、守ったりするようになる。」

このような「道徳性・規範意識」を育成するとなれば、小学校以降であれば、道徳教育で行われるものであろう。ただ、道徳教育というと、教師が生徒に行うべき内容を教え、行わせる賞罰による指導をイメージする人が少なくないように思われる。しかし、「幼稚園教育要領」の中には、「友達と様々な体験を重ねる中で、してよいことや悪いことが分かり、自分の行動を振り返ったり、友達の気持ちに共感したりし、相手の立場に立って」とか、「決まりを守る必要性が分かり、自分の気持ちを調整し、友達と折り合いを付けながら」(波線は著者)などの表現がされている。

つまり、園児に他律的に身に付けさせようとしているというよりも、園児が自ら「分かり」、「振り返ったり」、「共感したり」するなどして、自律的に道徳性や規範意識の芽生えが身に付くように配慮すべきこととしている。

これは、「幼児の主体的な活動」を重視し、「遊びを通しての指導を中心として」、「総合的に達成されるようにする」といった、「幼稚園教育要領」における基本的な理念である幼児の主体性を大切に考えた考え方と適合している。

繰り返しですが、賞罰による指導によって「為さねばならないから道徳行為を行う」ように教育するのではなく、子どもが主体的に必要な気が付いたり、考えたりして道徳行為が取れるように教育しなくてはならないのである。

そのためには、教師による強制や命令によって、あるいは脅しによって、そのような行動を取らせるのではなく、主体的に子どもが進んで行うような「心」を育てなければならぬのである。つまり、知っているといったレベルまで教えれば十分であるということにはならないのである。

『科学』という雑誌の「利他の心の進化」というタイトルの論文に、長谷川眞理子氏は、「物体は他から力を加えられたときに動くのだが、他者を動かすのは、他者の『心』であり、その心を持つ『欲求』や『意図』であるということを理解せねばならない」（長谷川眞理子著、「利他の心の進化」、『科学』、vol.81、No1、Jan. 岩波書店、2011年、80頁）と述べている。

つまり、「生物には『心』があり、その心の状態（欲求や意図のあり方）に応じて行動すると認識」しておかなければならないということである。

たとえば、子どもに挨拶をするように躡をする時には、挨拶とはこのようなもので、このようにしなさいと強要しても、表面的には出来ても、挨拶の心までは育たない。心から挨拶が出来るように躡をするためには、挨拶の心である「親愛の情」や、「尊敬の念」を育てなければならぬ。

このように形からではなく、まず「心」を育てるために、幼稚園では、子どもに挨拶を教える時には、子どもと一緒に遊び、親しみを感じてもらい、先生自ら笑顔で出迎え、親しみを込めて子どもの「モデル」として挨拶するように心掛けるのである。

すなわち、子どもに先生に対する「親愛の情」を芽生えさせることによって、子どもが自ら先生のような挨拶を模倣し、徐々に大人が行うような挨拶を身に付けていくように援助、指導しているのである。

この（4）「道徳性・規範意識の芽生え」の項目は、『大辞林』（松村明編者、『大辞林』、三省堂、1992年、1707頁）の「道徳」の項目の説明の中にあるように、あくまで「人間相互の関係を規定するもの」である。

すなわち、「相手の立場に立つて行動する」や、「友達と折り合いを付けながら」といった説明がなされているように、自分も、相手もあるいは友達も、みんなが納得して行える行動ができるようにするための項目である。

ところが、問題なのは、同じ第2の3の(5)の「社会生活との関わり」の項目である。この項目には、以下のような説明が入っている。

「家族を大切にしようとする気持ちを持つとともに、地域の身近な人と触れ合う中で、人との様々な関わり方に気付き、相手の気持ちを考えて関わり、自分が役に立つ喜びを感じ、地域に親しみをもつようになる。」

問題なのは、この説明の中にある「自分が役に立つ喜びを感じ」という文章である。

この部分は、まさに倫理的な「徳」である「利他」の心である。「利他」とは、「他者の利益のために行動すること」である。確かに、「利他」は、多くの宗教や道徳、哲学で見出される黄金律である。このため、教育の領域区分から判断したら、道徳教育ばかりではなく、宗教教育にも関わって考えると考える。

ここで問題と考えるのは、どのようにして「利他」の行動を取るように教育するかである。まして幼児期の子どもにどのようにしたら、このような「心」を育てられるのであろうか。

本論文は、「利他」とは何か。また、「利他」の「心」を育てるためには、「幼稚園指導要領」の指導方針に従いながら、どのような援助・指導が幼児期の子どもにも必要であるのかを考察した。

## 一、「利他」とは何か

花園大学教授である佐々木閑氏によると、「他者の利益を思う心」を「慈悲」と呼び、釈尊は、まさに慈悲の心を持って、他者のために布教活動を行った人であるとしている。(佐々木閑著、「仏教における『利他』の二つの概

念』、『科学』、vol.81, No.1, Jan. 2011, 岩波書店、66頁)

しかも、梅原猛氏は、釈尊が自らの教えの中で一番大切なものとしたのが「慈悲の心」であるとしている。(梅原猛著、『梅原猛の授業 仏教』、朝日新聞社、2006年、68頁)

釈尊は、次のような言葉を残している。

『あたかも、母性がそのひとり子をおのが命に代えてまもるがごとく生きとし生けるものうえにかぎりなき慈しみの思いをそそげ』

また一切の世間にたいしてかぎりなき慈しみの思いをそそげ』

上にも、下にも、また四方にもうらみなく、敵意なく、ただ慈しみをのみそそげ』

梅原氏によれば、釈尊は、我が子を愛する母親のようにすべての人に「慈しみの心」をささげるような人生を送るように説いているとしている。(梅原猛著、68頁)

キリスト教の『聖書』(マタイによる福音書22:39)にも、「イエスは、神を愛することとともに、この隣人への愛こそもっともたいせつな戒めだと教えた。」「隣人を自分のように愛しなさい」とある。すなわち、キリストも、「利他」に通じる「隣人愛」を説いたのである。

ところで、『広辞苑』(新村出編、『広辞苑』、第6版、2008年、2314頁)の「利他」の項目に、「①自分を犠牲にして他人に利益を与えること」とある。ところが、②「仏」には「人々に功德・利益(りやく)を施して済度すること」とある。ここで問題であると私が考えたところは、①の「自分を犠牲にして」の言葉が②ではないことである。

『大辞林』(松村明編者、三省堂、1992年、2533頁)にも、「利他」とは、①としては「自分を犠牲にしても他人の利益を図ること」とあり、「自己犠牲」の記述がある。しかし、②《仏教》では、「自分の善行の功德に

よって他者を救済すること」としてある。つまり、「自己犠牲」の文字はない。

『岩波哲学・思想事典』（廣松渉他編者、岩波書店、1998年、P. 1680）には、「利他主義は、自己の利益を犠牲にしてまでも他人の利益・幸福を求めるべきだとする主張」であるとしている。つまり、「自己の利益を犠牲」が含まれている。

さらに、『日本語大辞典』（梅棹忠夫他監修、『日本語大辞典』、第二版、講談社、1996年、2289頁）には、②《仏教》には、「自分の功德のために修行することより、他の人々の救済を優先すること」とある。「自分の功德のために修行することより」ということは、「自己犠牲」を含むことであろう。

つまり、「利他」の意味を「自己犠牲」を含んだものとして捉えるのであれば、「利他」の行動を取るように援助・指導するためには、「利他」の「自分を犠牲にして、他人の利益のために行動する」「心」を育てなければならぬ。

ところで、子どもに自分の命を大切にすることを教えるには、人間には「自己保存の本能」があるために、すなわち誰も自己の生命を保存し発展させようとする本能があるために、子どもに納得してもらえないことはそれほど難しいことではないであろう。

ところが、「利他」は、「自己保存の本能」を抑制し、「自分を犠牲にすること」を行使することを理解させなければならぬ。

『現代倫理学事典』（大庭健編集代表、弘文堂、2006年、857頁）の「利己主義／利他主義」の項目に、以下のようない記載がある。

仁愛や隣人愛は通常否定されることはなく倫理的な『徳』として推奨されるが、『自己保存』が一概に否定されるべきではないとすれば、自己愛や自己利益もまた必ずしも常に否定されるべきことではない。

すなわち、「仁愛や隣人愛」は、時には「自己保存の本能」を脅かすことを敢えてすることはあっても、やはり「自己保存の本能」は必ずしも否定するべきものではないのである。それゆえ、「自己の利益」も必ずしも否定することはないと考える。

そのため、「利他」の「自分を犠牲にして、他人に利益を与える」「心」を育てることは必ずしも必要ではないと思われる。

ところで、佐々木氏は、「釈迦の言う利他」は、「自己犠牲ではない」と論じている。(佐々木著、67頁)

佐々木氏によれば、「釈迦は、『この世には、私たちを救済してくれる不可思議な絶対者などいないのだから、悟りへの道は、私がやったのと同じように、各人が自分で歩むしかない。私は、その道を最初に歩いた先輩としてみなを指導する。それが私にできる唯一の利他行だ』と考えたとしている。確かに、この釈迦の「みなを指導する」ことは、他者のための活動ではあるが、「自己犠牲」ではないと思われる。(同書、67頁)

佐々木氏によれば「釈尊の死後400〜500年すると、その仏教が変質」し、「大乘仏教」という新しい流れの仏教が現れた。その「大乘仏教」は、「自己犠牲」が利他の条件となり、『自己犠牲をともなわない、単なる教育としての利他はにせものである。大乘の利他こそが本当の意味でも慈悲だ』といつて釈迦本来の仏教を貶めた」としている。(同書、67頁)

本稿では、佐々木氏の解釈に賛同する立場を取る。

なぜならば、釈迦はそもそも人のあらゆる苦しみから解放され、真の幸福を得るためにどうしたらよいかを探るために、出家し、悟りを開いたと云われている。そのことを考えると、自己犠牲の無理強いを説いたとは考えられない。

日本の天台宗の開祖である最澄伝教大師の言葉であるとされている「自利とは利他をいふ」の言葉も、自己犠牲を



提唱したのではなく、「自利」と「利他」はまったくの別物ではなく、利他の実践がそのまま自分の幸福なのであることを伝えたものであると考える。

また、キリストの「隣人愛」も、「隣人を自分のように愛しなさい」とあるように、あくまで自分を愛するように隣人を愛することを説いたのであって、「自己犠牲」を必ずしも前提にして隣人を愛することを説いたのではないと考える。なぜならば、「自己愛」を前提にしていなければ、「自分を愛するように隣人を愛すること」は出来ないからである。

## 二、「利他」の「こころ」を育成する方法

### (一) オキシトシンとは何か

ウイスコンシン医科大学教授である高橋徳氏は、イエスキリストの「隣人愛」を説いた言葉を引用し、「他人を思いやり、社交性を高めることで、オキシトシン分泌が刺激されます。その高まったオキシトシンが個人の自律神経のアンバランスを整え、あなた自身の健康をも維持することができます。『愛』とは自己犠牲ではなく、相手を愛することで自分も健康になれるというポジティブな循環があると考えます。(中略)個人個人がオキシトシン分泌を高めることにより、この地上にこそ、天国は創られ得るものであると信じます」(高橋著、3〜4頁)と述べている。

オキシトシンとは、脳内で分泌される神経ホルモン一つで、「その働きは、私たちの『情緒』『認識』『対人関係』における『反応や行動』のバランスを保ち、私たちが健康に暮らしていけるようにしている」(同書、p. 6)として

いる。そもそも、オキシトシンは、女性の出産時の『子宮の収縮』や『授乳』、『育児行為』などに関係しているホルモ

ンであることはよく知られている。しかし、近年さらに『心臓血管機能』、『代謝機能』、『鎮痛作用』、『抗炎症作用』、『抗鬱作用』にまで影響を与えているホルモンであることが分かってきた。(同書、6頁)

現代社会は、ストレス社会といわれるほど、大人も、子どもも、ストレスの溜まりやすい社会であるといわれている。ストレスは、肉体的にも、精神的にも大きなダメージを我々に与えるといわれている。オキシトシンは、「愛のホルモン」や「幸せホルモン」ともいわれ、ストレスを緩和し幸せな気持ちにさせるといわれている。

高橋氏は、様々な研究結果から、「助けを必要とする人々のことを考え、彼らに同情を寄せるだけで視床下部のオキシトシン発現が増加します。そして、そのオキシトシンが私たちの心と身体の健康を促進しせるので」ある。(同書、159頁) すなわち、「他人を思いやることが、自他共に幸せになれる鍵なので」あるとしている。(同書、160頁)

こうして、「利他」の心を育むためには、社会的に人の役に立つ活動に参加する等もオキシトシンの分泌を促進させるために必要なことであると思われる。

以上から、「利他」の心を育む上で、オキシトシンの分泌が大きな影響を与えるのであれば、もう少しオキシトシンについて調べてみたい。

## (二) オキシトシンの分泌は後天的である

他者に対する思いやりや、愛情を傾けることが、オキシトシンの分泌を促し、心身ともに健康にすることならば、これはまさに最澄の「自利とは利他をいふ」の言葉を科学的に証明したことになるわけである。

また、そもそもオキシトシンは出産時に分泌されることによって、新生児に愛着を抱き、母性行動が促進され、新生児に対して育児行動や保護行動を促すといわれている。

しかも、母乳などにより子どもとの身体的接触が、母親のオキシトシンの分泌を促し、母乳の射出を促すだけではなく、「母乳での育児は母親のストレスを和らげる」ことができる。また、「授乳中に高まったオキシトシンは、母親の長期健康維持を担う」といふ働き、たとえば、オキシトシンが分泌すると、「『高血圧症』『糖尿病』『高脂血症』『循環器疾患』に罹りにくい」といふ働きがある。（高橋著、p 頁26）

さらには、新生児に対しても、良い影響を及ぼすのである。「母親との濃密な身体接触が新生児の体力を維持し、新陳代謝を盛んにして心身の健康を保障している」（同書、25頁）

また、新生児が母親から身体による触れ合いなどの高いレベルの育児行為を受けると、新生児の脳内においてオキシトシンが分泌され、「新生児の脳の発育・発達に非常に大きな影響を与え」るのである。（同書、34頁）こうした結果、新生児は「母親をさらに求めるようになり」、求められた母親は「一層の丁寧さと熱心さで応えようとする」。「こうして、子どもと母親の間にオキシトシンのシステムを媒介として相互に愛着・愛情を基礎にした揺るぎない絆（ループ）ができるのである。（同書、53頁）

つまり、オキシトシンを媒介にした「利他」の行為は、相互にプラスの効果をもたらし、「両者の間に限りなく強い絆を作るのである。

ところで、「オキシトシンの濃度の高さと、子どもへの愛情の深さに相関がある」ことは、予想することが出来るであろう。つまり、血漿中に分泌されたオキシトシンの濃度が高いほど、乳幼児に対する愛情表現が豊かであり、育児行動が愛情深くなされる。オキシトシンの性質には、「用量依存効果（量が増えればそれに比例して効果が増える）」がある。（同書、150頁）

その結果、さらにオキシトシンが分泌されるのは理解できることであろう。

ただし、問題なのは、オキシトシン濃度が低い人が、乳幼児と接触しても、オキシトシンの「増加が見られ」ない

ということである。(同書、48頁)

つまり、誰でもが、乳幼児と接触すれば、オキシトシンが分泌されるわけではないということである。

高レベルの育児行為を受けた経験をした者でないと、「高い機能のオキシトシンシステム」を持つことが出来ない。そのために、高レベルの育児行為をすることができず、それが引き継がれてしまう可能性があるということである。

(同書、50～54頁)

つまり、オキシトシンが十分に分泌されない母親であると、低レベルな育児行為しかできず、その結果、その娘も再び同じような母親になってしまうかねないということである。

しかも、「『霊長類』、および『げっ歯類』を使って行われた『乳児交換』実験のデータを見る限り、この継承は遺伝子によるものではなく(遺伝子配列には影響がなく)、むしろ後天的に獲得した行動形態であるように」であると高橋氏は述べている。(同書、p頁51)

遺伝的なものでなく、後天的なものであるのなら、負の連鎖を断ち切ることは、可能であると思われる。

ラットの実験結果によると、低レベルの育児行為しかできない母親から生まれた子どもであっても、高レベルの育児行為ができる母親に育児をさせると、高レベルの育児が出来る母親に育つたということである。(同書、51頁)

確かに、この世の中は、良い人ばかりではない。オキシトシンの生成システムの健全な成長は、「幼児期、ならびに思春期を含めて誕生直後からの環境に依存している可能性が高い」ということは納得のいくことである。

幼児期に十分な愛情を与えられなかった経験や、長期的な別離等のストレスの強い環境におかれていた経験があるか、あるいは、反対に愛情溢れる育てられ方をされたかで、「高い機能のオキシトシンシステム」を持てるか、持てないかに大きな影響を与えてしまうことは間違いないことであろう。

高性能なオキシトシンの発現システムを体内に身に付けるには、誕生直後から母親から愛情をたっぷりと与えられ

て育てられることが必要なのである。このシステムが体内に保持されていないと、人に愛情を掛けられない可能性がある。たとえ人に愛情を掛けたとしても、オキシトシンが分泌されない可能性もあるということになる。

### (三) 人との絆を結ぶオキシトシン

人間は、社会的動物なので、他者と協力関係を築くことが生きていくうえで必要である。そのため、人との関わりが良好であるかどうかは、人が幸福にしかも健全に生活していくうえで重要な意味を持つ。人間関係が良好でなく悩んだりしていれば、当然「人生はつまらなくなり、精神障害を引き起こす原因になってしまう」こともあると思われる。(高橋著、74頁)

ところで、人との良好な関係を築くためには、人を「信頼」したり、「共感・同情」したりする機能はとても大切である。その他者への「信頼」や「共感・同情」を引き起こす働きをするのが、オキシトシンなのである。

「オキシトシンは人間同士の信頼を高め、そのことによって人との付き合いから得る利益を大いに増加させる働きがある。(同書、68頁)

人は、他者を思いやり共感すると、オキシトシンが分泌される。また反対に他者から思いやられ、共感され理解を得られても、オキシトシンが分泌される。その結果、今度は信頼してくれた相手に対して信頼を抱くというのである。こうして思いやるほうも、思いやられるほうも、共に健康が維持されるというわけである。

「人間関係が良好であれば、オキシトシンは安定して分泌されるようになり、それが二次効果として血圧を下げ、ストレスへの耐性も高めてくれる」。その結果、「心臓血管系の疾病のリスクが低く」なると考えられている。(同書、61頁)

「質の高い良好な人間関係を築けている人たちは、死の危険リスクが低くなっていますが、独り暮らしの人々の

死の危険リスクは高く、このことは人間関係の欠如が主要な死亡要因になっていることを示している。（同書、148頁）

他者を思いやり、共感しても、反対に他者に思いやられ、共感されても、オキシトシンが分泌される。そうであれば、積極的に他者との良好な人間関係を築き、すなわち他者を思いやり、共感するだけではなく、他者に思いやられ、共感される関係を築ければ、よりオキシトシンが分泌される機会が増え、よりオキシトシン効果が得られるように思われる。

以上から、親子関係だけではなく、友人との親愛感情、親愛行為の総合交換も大切であり、そうしたかかわりが視床下部でのオキシトシンの発現を活性化させると思われる。

「私たちの社会倫理・道徳上の性格形成は、幼児期、ならびに思春期を含めて誕生直後からの環境に依存している可能性が高い」としている。（同書、213頁）

## 二、結語

以上から、幼児期における道徳教育と同じ教育方針で、「利他」の心を育てるためには、私は、以下のような試みが必要であると考ええる。

### (一) 愛情溢れる体験

第1に必要なことは、子どもの身体にオキシトシンを分泌させ、子どもの高性能なオキシトシンの生成システムの健全な成長のために、子どもの誕生直後から、子どもに愛情溢れる関わりを保障する環境を与えることである。可能

であれば、母乳を初めとする肌の温もりを感じさせる身体的接触をともなった関わりは大切であると考ええる。

「母子間のスキンシップは、母親の心に落ち着きを与え安らかな気持ちにする効果があり、コルチゾール濃度を低くしてオキシトシン濃度を高めることに関係している」（高橋著、25頁）る。子どもにとって、母親が落ち着いて、心安らかな気持ちで育児をすることは大切である。もちろん、母子間のスキンシップは、子どもにとっても大切である。「正常に生まれた新生児にとって最適の姿勢は、密着した母親との身体接触が保たれている姿勢であるといわれて」（同書、25頁）いる。「この母親との濃密な身体接触が新生児の体力を維持し、新陳代謝を盛んにして、心身の健康を保障しているといえ」（同書、25頁）る。

高性能なオキシトシンの生成システムの健全な成長のために、子どもの誕生直後から高性能なオキシトシンの生成システムの健全な成長のために十分な愛情与えられる体験が必要である。しかし、同時に幼児期からも、十分に愛情を与えて関わる事が、「情緒形成にとって」も大切であると考ええる。（同書、214頁）

「脳の基礎ができ上がる3、4歳ごろまでの時期が、私たちの情緒形成にとって、最も重要な時期」（同書、214頁）である。

## （二）役に立つ喜び

第2に大切なことは、子どもが誕生時から、3、4歳頃までに十分に愛情を感じる体験をするともに、「幼稚園教育要領」の第1章「総則」の第2の（5）「社会生活との関わり」の中の「自分が役に立つ喜びを感じ」る体験もすることである。

つまり、愛情を与えられるだけではなく、愛情を与える喜びを体験することも大切であると考ええる。「他の人の役に立っている仕事をすることは気分を高揚させ、社会に溶け込んでいく度合いを促進し、健康を増進するばかりでは

なく寿命を延ばす効果さえあるということが報告されて」いる。(同書、223頁)「長期のさまざまなボランティア活動に参加することは、個人の幸福感・健康感の増進に大いに関係して」いる。「他の人に共感し、その気持ちに寄り添い行動を共にすることが、視床下部でオキシトシン発現を増加させる重要な引き金になるから」である。

実際の子どもたちと触れ合う仕事をしているカウンセラーである夏目(櫻)祭子氏は、実に興味深いことを述べている。

「実は『愛情不足』というのは、決して「愛され足りてない」ことではなくて、『自分が愛を外へ表現し足りてない』というのが本当の意味」である。「どうやら、私たちの体というのは、あくまで本人の中から発散・放出されている愛の量をみて、『愛が足りている・足りてない』を判断するようにできているらしい。それもそうだ、外からかけられる愛というのは、別の人の身体から出たものだから、自分にとつては管轄外ということになる。」(夏目著、202頁)「子供たちは今、『自分が人の役に立つ』という実感を求めている。その機会を拓く道筋を作り出していかなくてはと痛切に思う」(同書、203頁)としている。

### (三) 良好な人間関係

第3に大切なことは、家族はもちろんのこと、幼稚園などの集団の中で、積極的に友達と関わり「質の高い良好な人間関係」を構築することが必要である。すなわち、友達に対して共感し、思いやりの行為をすると同時に、友達からも共感され、理解され、思いやられる、両方向からの共感や思いやりの感情の受け渡しが出来る環境に置かれることは、オキシトシンの分泌がより一層保障されるわけである。

「オキシトシンの働きによって人は優しくなり、人に好意を寄せ、好意ある行動をします。すると、好きになられた人は、その友好行為に刺激を受け、今度はその人の脳内オキシトシンの発現が活発になり、受けた好意を同様に好



意で返すようになる」。「こうして両者間には良好な関係の絆（愛のループ）が形成される」のである。（同書、239頁）

もちろん、「良好な人間関係を保つことは、日常経験するストレスを克服し、正常な身体機能を回復するのにとても重要である。」（同書 p. 166）

イギリスの動物学者であるニコラス・ティンバーゲン（1907～1988）は、「行動を引き起こす直接の要因」を「至近要因」とし、「どのような適応的価値があるからそのメカニズムが進化したのかを問う」のが「究極要因」であるとした。

以上の考察から判断すれば、「利他」行動の「至近要因」はオキシトシンの分泌である。「利他」行動の「究極要因」は、「人類という『種』として生き残るため」（同書、239頁）であると考えられる。

進化論者の主張する『最適者生存の原理』とは、「外界の状態（環境）に最もよく適応した個体が生存繁栄し子孫を残すことができ、その結果、その個体の遺伝的な形質がより広く後の世代に伝わるという説」である。この説に従えば、「利他」行動は、自己の個体の繁殖確率を下げるために、最適な行動ではないことになる。しかし、これまでの考察によれば、利己的な個体が必ずしも健康で、幸福に生き残れるものではないことが分った。

大橋力らによるテトラヒメナの実験によれば、「利他的自己解体を実行させる動力は、利己的個体維持機構によって賄われており、それを止めると自己解体は妨げられた。つまり、利他的自己解体は利己的自己保存活性なしには実現せず、ここでは、利他と利己とは分離できない」ことが分かったのである。（大橋力他著、「利他的遺伝子、その優越とは」、90頁）

「こうして導かれた新しい観点に立つと、『利己的か、利他的か』という二項対立性、もしくは二律背反性、ある

いは二者択一性の設問は適正さに欠ける。むしろ『単に利己的であるだけか、さらに利他性がプラグインされているか』……と問いかけ直すべきであろう。この認識は、これまで『滅私奉公』という枠組みのもとにあった利他性の理想形を、『活私奉公』へと組換えることを促すのではないだろうか。」(同書、90頁)

結局、「利他」は、「利己」に繋がり、「利他」は「利己」よりも、「最終的に生き残る」のに有利であることが分った。そのために、「利他」は自分が犠牲になることではなく、表面的には犠牲になったように見えたとしても、最終的には、他人と共に自分も恩恵を被るということが分かった。反対に、誰かの犠牲の上に成り立つ幸福は、本質的には、幸福ではないことも分った。みんなの幸せを願い、みんなが幸せになるような行いをし、みんなで幸せになることが「利他」の理想的な有り様であろう。釈尊は、人類の幸せを願って、悟りの道を我々に教え示した。ただ、その道を歩むのは我々一人ひとりである。我々は、他者に助けられながらも、あるいは他者と協力し合いながらも、真実の幸せは他人に与えてもらうものではなく、自分で、あるいは自分たちで掴んでいかなければならないものであると考えられる。人類の未来は我々ひとり一人にかかっている。

#### 引用文献

1. 「幼稚園教育要領」、平成29年3月31日文部科学省告示第62号、健帛社、2017年。
2. 長谷川眞理子著、「利他の心の進化」、『科学』、vol.81、No1、Jan.2011、岩波書店、2011年。
3. 松村明編者、『大辞林』、三省堂、1992年。
4. 梅原猛著、『梅原猛の授業 仏教』、朝日新聞社、2006年。
5. 佐々木閑著、「仏教における『利他』の二つの概念」、『科学』、vol.81、No1、Jan.2011、岩波書店。
6. 新村出編、『広辞苑』、第6版、岩波書店、2008年。

7. 松村明編者、『大辞林』、三省堂、1992年。
8. 廣松渉他編者、『岩波哲学・思想事典』、岩波書店、1998年。
9. 梅棹忠夫他監修、『日本語大辞典』、第二版、講談社、1996年。
10. 大庭健編集代表、『現代倫理学事典』弘文堂、2006年。
11. 高橋徳著、『人は愛することで健康になれる』、知道出版、2014年。
12. 夏目（櫻）祭子著、『なぜ性の真実《セクシャルパワー》は封印され続けるのか』、ヒカルランド、2016年。
13. 大橋力他著、『利他的遺伝子、その優越とは』、『科学』、vol.81、No1、Jan2011、岩波書店。実験で使われたテトラヒメナとは、水中に生息する繊毛虫の属の一つである。洋梨型の形態をしている。多数の繊毛が生えており、これによつて運動する。細胞内には、収縮胞があり、細胞核は、大核と小核に分かれている。小核は生殖核とも呼ばれ、通常の染色体を持ち、細胞分裂のたびに受け継がれてゆく。大核は、多細胞生物でいうと体細胞のような役割をしている。（巖佐・倉谷編『岩波生物学辞典』第5版、岩波書店、2013年）

参考文献

1. パトリシア・S・チャーチランド著、信原幸弘他訳、『脳がつくる倫理』、化学同人、2013年。
2. J. フェアプレツツ他編、立木教夫他訳、『モーラルブレイン』、麗澤大学出版会、2013年。