研究ノート

布施行と幸福感に関する研究

キーワード：利他的行動、主観的幸福感、七種施、無財の七施、正当世界信念(BWJ)

髙　野　光　拡

＜はじめに＞

三離れ（寺離れ、墓離れ、葬式離れ）・人口減少が進む現代日本において、寺院や僧侶には何が求められているのだろうか。西（2009）によると、宗教を信仰する人は39％、信仰していない人は49％と信仰をしていない人が上回っているが、一方で宗教がもたらす役割や効果については「心の安らぎや幸福感が得られる」50％、「困難や悲しみを癒す」45％とあり、宗教を信じることによって毎日を心穏やかに過ごしたり、心の傷が癒されたりすると考える人は比較的多いことがわかる。また、仏教への親しみは10年前より増加しており、墓参りや初詣は９割以上の人が行っていること、霊魂やあの世といった「宗教的なもの」は若い人ほど信じている人が多いなどの結果が報告されている。その他の調査報告を概観しても、お寺に社会的活動を期待するなど、一定の期待が存在するといえる（たとえば井上（2016）、小谷（2009）、NHK（2018）など）。現代日本で活動する僧侶は、この「心の安らぎや幸福感が得られる」という期待やニーズに対して、何を提供することができているのかを考えていく必要があるだろう。

日蓮宗が大切にする法華経では、他者への布施などを含む菩薩行を推奨しており、目の前の全ての相手に敬意を払っていくという常不軽菩薩の精神を宗門運動の核としている。相手を敬うこと、相手のためを思って行動すること、相手を敬い合う国土を作っていくことが自分の幸せにつながっていくことを主張

しており「巡り巡って自分の幸せにたどり着く」といった表現で諭されることがある。この「相手のために何かをする」という行動指標に関して、社会心理学では「向社会的行動」や「利他的行動」という言葉で研究がなされている。利他的行動の動機づけについては、Batson（2012）が他者志向的な感情である共感的配慮が作り出すこと（共感－利他性仮説）を指摘しており、牧野ら（2010）の実験でも、他者の内部状態に対する推定能力があることで、また、相互理解が可能な推定構造を持つことで、社会的な利他的行動が促進されることを確認している。また、「正当世界信念（BJW）：正の投入には正の結果、負の投入には負の結果が伴うと考える認知傾向（入口ら、2011）」や「下方OFT戦略：その相手が過去にどのくらい利他的に振る舞ってきた人間であるかを決定基準として用いる方略（高橋ら、1996）」と利他的行動との関連も研究されているが、これらは因果応報の原理を受け入れることと似ている。（BJW：Belief in Just Worldは公正世界信念とも訳される概念であるが、本論ではより理解をしやすくするために以後「応報観念」と意訳を用いる）

これらの知見が示すのは、他者の立場に立って物を考えるという慈悲の心（菩提心）を持つことが利他的行動を促すということであり、布施という行動によって菩提心を喚起することが仏教の方略であること、因果応報という概念が布施や菩提心と切り離せない概念であることを示唆するものである。

一方で、利他的行動が行為者の主観的幸福感の向上に益するという研究（大隅ら（2016））や相手の幸せを願うという行為が、不安を軽減し、幸福感や共感、社会的な連帯感といった感情を高めるという研究（Gentile（2019））など、利他的行動をとることで起こる精神的身体的にポジティブな変化についても多方面から支持されている。これらの研究結果は、他者のために行動すること、菩薩行の実践は「巡り巡って自分のためになる」という実感の難しい効果だけでなく、即時的な「幸福感の向上」など、直接的な「救い」につながっている可能性を示唆するものである。これが更に証明されていくならば『菩薩行は自分自身の心を豊かにする』という主張の根拠としていくことができるのではな

いかと考えた。そこで本論では「利他的行動」という切り口から「布施行」特に「七種施（無財の七施）」を取り上げ、布施行に関する個人の心理への影響を検討し、布教実践の根拠としての知見を得ることを目的とする。

＜仮説＞

仮説１：布施行を実践していると自己認知している人ほど、主観的幸福感が高いであろう。

仮説２：布施行を実践していると自己認知している人ほど、BWJが高いであろう。

仮説３：布施行を実践し、かつ見返りを求めないスタンスの人は見返りを求めがちな人よりも幸福感が高いであろう。

＜方法＞

１、評価指標の作成：布施行に関する尺度を作成する。

雑寶藏經卷第六に「七種施」という布施の形が説かれている。金品など財を施す「財施」や教えを説き施す「法施」に対して「財物を損なわず大果報を獲る」布施の形であり、「無財の七施」とも称される。その内容は「眼施。和顔悦色施。言辭施。身施。心施。床座施。房舍施」の七種であり、広説佛教語大辞典には以下のように解説がある。

眼施　　「やさしい目で人に接すること」
和顔悦色施「にこやかな顔で人に接すること」
言辭施　　「やわらかい言葉で人に接すること」
身施　　「労力で人に奉仕すること」
心施　　「思いやりの心で人に接すること」
床座施　　「席を譲ること」
房舍施　　「ここちよくもてなすこと」

山本ら（2014）は日本固有の向社会性の概念を模索するためにこれらを分析し、外来の概念を用いた従来の向社会性の研究が具体的経験の頻度を問う形式を取っているのに対し、無財の七施には「眼差し」や「心構え」など行為以前のものも含まれていることを指摘している。そこで本研究では質問項目作成にあたり、具体的経験・行動の有無や頻度に限定せず「どの程度心がけているか」「自分で行っていると認知しているか」という観点からの回答を排除しないことを意図した。（なお本論ではこれ以降、特段の説明がない限り「財施や法施を含む広義の布施」を「布施行（ふせぎょう）」とし、「七種施に基づく利他的行動」のことを「布施行為（ふせこうい）」と区別して表記する）

また、利他行動の研究において対象を区別して考える必要があることを指摘する小田ら（2013）を参照しながら、財施・法施・七種施それぞれに「家族・友人知人・他人」を対象とする27項目を作成し、「全くあてはまらない」から「非常にあてはまる」を７件法で尋ねる形をとった。予備調査は現代宗教研究所の関係者12名に行い、天井効果のあった２項目とフロア効果のあった１項目の文言を調整した他、その時点で含まれていた「財施」「法施」に関する６項目を削除し、最終的に21項目を七種施尺度とした。また分析に用いるために「布施行為に見返りを求めるか」を尋ねる２項目（以下、「見返り項目」）を追加した。

２、調査：寺院内行事に参加した60代から90代の檀信徒、飲食店サービス業のスタッフ、長崎県日蓮宗青年会会員及びその関係者に対し、質問紙調査を行った。

七種施尺度21項目（７件法）、「見返り項目」２項目（７件法）、日本版主観的幸福感尺度（島井ら、2004）４項目（７件法）、バランス型社会的望ましさ反応尺度日本語版（BIDR-J）（谷、2008）の一部４項目（７件法）、公正社会信念尺度（村山、2015）の一部４項目（６件法）を用いた。

主な被験者が60代以上であるため回答の負担も考慮した結果、BIDR-Jは全

24項目中「印象操作」因子の因子負荷量の高い４項目を、公正社会信念尺度は全12項目中「内在的公正世界信念」因子の４項目を使用した。

＜分析と結果＞

アンケートの結果103名の内、一項目以上欠損のある11名と社会的望ましさ尺度の得点が2SD以上だった２名を除く90名（平均年齢55歳、男性34名、女性56名）を分析対象とした。

【分析１】

まず七種施尺度の内的整合性を確かめるためにクロンバックの α 係数を算出したところ $\alpha = .94$ と十分な値が得られ、尺度の信頼性を確認した。

年齢、七種施尺度の合計、幸福感、BWJの間の相関（**表１**）を見たところ、年齢と布施行為、年齢と幸福感、布施行為と幸福感、布施行為とBWJに弱い相関があることがわかった。このことから、年齢を重ねるに伴って七種施を行う割合や幸福度が高まる傾向があること、布施行為と応報観念（BWJ）にも関連がありそうであることが示された一方、幸福感とBWJにはそのような傾向が見られなかった。

表１：七種施尺度得点との相関

	年　齢	布　施	幸福感	BWJ
年　齢				
布　施	0.239			
幸福感	0.237	0.235		
ＢＷＪ	0.177	0.220	－0.002	

【分析１-２】

上記の内容を詳しく見るため、七種施尺度を構成する「家族（$\alpha = .94$）」「友人・知人（$\alpha = .97$）」「他人（$\alpha = .89$）」への布施行為に関する得点の合計とその他の要因との相関（**表２**）を見たところ、年齢と家族、他人に弱い相関があり、友人との相関はなかった。また、家族得点と幸福感、友人・他人得点と

BWJに弱い相関が見られた。これらのことから、家族への布施行為と幸福感には関連があり、友人や他人への布施行為と応報観念には関連があることが示唆された。

表２：対象別布施行為との相関

	年齢	家族	友人	他人	幸福感	BWJ
年　齢						
家　族	0.294					
友　人	0.053	0.500				
他　人	0.228	0.499	0.750			
幸福感	0.237	0.340	0.153	0.083		
ＢＷＪ	0.177	0.086	0.205	0.280	－0.002	

【分析２】

平均±1SDの値で七種施尺度得点の高低（布施高群・布施低群）を分け、幸福感並びにBWJを従属変数としたｔ検定を行った。（**表３**、**表４**）

表３：布施高低における幸福感のｔ検定

	布施低	布施高
平　　均	16.182	21.000
分　　散	32.764	31.167
観　測　数	11	13
自　由　度	22	
ｔ	－2.083	
P(T＜＝t)片側	0.025*	
ｔ境界値 片側	1.717	

*P<.05

表４：布施高低におけるBWJのｔ検定

	布施低	布施高
平　　均	16.909	20.231
分　　散	13.291	10.692
観　測　数	11	13
自　由　度	22	
ｔ	－2.353	
P(T＜＝t)片側	0.014*	
ｔ境界値 片側	1.717	

*P<.05

この結果どちらの検定も５％水準で有意な差が見られ、布施行為を実践していると自己認知している人ほど主観的幸福感が高く、またBWJも高いことがわかった。これにより仮説１、仮説２は支持された。

【分析３】

七種施尺度の内、家族を対象とする項目の合計、友人知人を対象とする項目の合計、他者を対象とする項目の合計をそれぞれ独立変数とし、幸福感並びにBWJを従属変数としたｔ検定を行った。

家族に対する布施行為の高低で幸福感に差があるかどうかについてｔ検定を行ったところ有意差が見られた（$t(21)=2.524, p<.01$）。また、BWJについては有意差が見られなかった（$t(21)=1.000$, n.s.）。

友人知人に対する布施行為の高低で幸福感に差があるかどうかについてｔ検定を行ったところ有意差が見られなかった（$t(30)=0.587$, n.s.）また、BWJについては有意差が見られた（$t(30)=2.731, p<.01$）。

他人に対する布施行為の高低で幸福感に差があるかどうかについてｔ検定を行ったところ有意差が見られなかった（$t(25)=0.871$, n.s.）また、BWJについては有意差が見られた（$t(25)=2.135, p<.05$）。

これらの結果を一覧にすると**表５**のようになる。

表５：対象別、幸福感・BWJの差の検定結果

		幸福感	ＢＷＪ
布施行為の対象	家　族	差がある	な　し
	友人知人	な　し	差がある
	他　人	な　し	差がある

この表にある「差がある」というのはいずれも、布施行為の得点が高い方が幸福感やBWJも高いということを意味する。すなわち、家族に対する布施行為をよく認知している人はそうでない人よりも幸福感を感じているが、友人知人や他人に対しては幸福感に差がない。一方、家族への布施行為の高低と応報観念には関連がないが、友人知人や他人に対する布施行為をよく認知している人は応報観念が強いという結果であった。

【分析４】

七種施得点が平均値以上の被験者に於いて「見返り得点の高低」を独立変数、幸福感得点を従属変数にｔ検定を行った。（**表６**）

表６：見返り高低における幸福感のｔ検定

	見返り低	見返り高
平　　均	22.000	19.385
分　　散	22.200	21.606
観　測　数	21	26
自　由　度	45	
t	1.906	
P(T＜＝t)片側	0.032*	
t境界値 片側	1.679	

*P<.05

この結果５％水準で有意な差が見られ、布施行為得点が高く見返りを求めない人は、見返りを求めがちな人よりも主観的幸福感が高いことがわかった。これにより仮説３は支持された。

＜考察＞

本論では「七種施」に焦点をあて、布施行を実践する、あるいは大切に思うことと主観的な幸福感の関連を探ろうとした。その結果、家族に対する布施行為を意識するほど幸福感を感じているという結果であった。一方、友人知人や他人に対する布施行為に関しては幸福感に差がみられなかった。この結果は、友人知人や他者への利他的行動が幸福感に作用し、家族への利他行動とは関連しなかったという大隅（2016）の結果と正反対のものである。これは、今回作成した「七種施尺度」が計る「布施行為」と、大隅が用いた「対象別利他行動尺度」が計る「利他行動」が同一概念とは言えない可能性を示唆するものである。改めて、既存の「利他行動」概念と「布施行為」の関連を研究する必要があるだろう。

また、BWJの尺度を用いて因果応報をどの程度信じるかということと布施行為、幸福感との関連を検証した結果、幸福感とは関連がみられず、友人知人や他人への布施行為との関連が見いだされた。因果が巡り巡るという仏教的な信念をもつことは、身近ではない他者へ優しく接することに寄与していると言えよう。

これらの結果から、七種施に説かれる「人に優しく接する」という行為は、家族などごく身近な人に実践することで幸福感を高め、因果応報を信じることは身近ではない他者への優しさを高めることが示された。

＜今後の課題＞

本論では個人の主観的な報告から布施行為や幸福感について検討したが、社会的な望ましさによって結果が歪む可能性や自己報告と実際との乖離など、統制できない点があったことは否定できない。また、本来であれば主観的幸福感は関係性に依存して変化するものと思われる。すなわち、布施行為を行った結果相手から感謝されたり、笑顔などのポジティブな反応を得たりすることで行動が強化されるものと思われる。また、牧野ら（2010）が「貢献心を無条件に発揮し続けることは、ゲーム理論的には他者が貢献的な行動を学習する機会を奪うことになる」と指摘するように、利他的行動や布施行為がどんな場面であっても自分や相手に良い結果を与えるとは限らず、与え手と受け手の考えが噛み合わない布施行為はただの自己満足や押しつけになる可能性もある。今回幸福感に差が見られた「布施に見返りを求めるか否か」という要因も、受け手に対して何らかの作用を及ぼすことが予想される。そのような点を踏まえ、今後は更に現実に即した知見を得るために、布施行為を受け取る側の視点を踏まえた研究デザインを考えていく必要があるだろう。利他行動との関連や整合性の検討と共に、今後の研究課題であると考える。

＜参考・引用文献＞

チャールズ ダニエル バトソン（著）・Charles Daniel Batson（原著）・菊池章夫・二宮克美（翻訳）（2012）利他性の人間学―実験社会心理学からの回答 新曜社

Gentile, D. A., Sweet, D. M., and He, L.（2019）. Caring for Others Cares for the Self: An Experimental Test of Brief Downward Social Comparison, Loving-Kindness, and Interconnectedness Contemplations. Journal of Happiness Studies, DOI: 10.1007/s10902－019－00100－2

井上順孝編（2017）学生宗教意識調査 総合報告書（1995年度～2015年度）國學院大學日本文化研究所編

井上順孝（2016）「学生の宗教意識はどう変わったか―20年間の全国調査から」中外日報

伊藤裕子・相良順子・池田政子・川浦康至（2003）主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 心理学研究、74、276－281

入口将一・浦光博・野村理朗（2011）正当世界信念が利他的行動に与える影響　日本心理学会第75回大会

小谷みどり（2009）「寺院とのかかわり～寺院の今日的役割とは」『Life design report』、第一生命経済研究所

牧野貴樹・滝久雄・合原一幸（2010）利他的行動と再帰的他者推定　生産研究、62、3、57－63

村山綾・三浦麻子（2015）被害者非難と加害者の非人間化―種類の公正世界信念との関連―、心理学研究、86、1、1－9

中村元（2001）『広説佛教語大辞典』東京書籍

西久美子（2009）「“宗教的なもの”にひかれる日本人～ISSP国際比較調査（宗教）から～」『放送研究と調査（月報）』NHK放送文化研究所

NHK（2018）第10回「日本人の意識」調査

大隅尚広・山根嵩史（2016）利他行動が行為者の主観的幸福感に与える影響―利他行動の対象による違い―　人間環境学研究、14 、2、149－154

小田亮・大めぐみ・丹羽雄輝・五百部裕・清成透子・武田美亜・平石界（2013）対象別利他的行動尺度の作成と妥当性・信頼性の検討　心理学研究、84、28－36

島井哲志・大竹恵子・宇津木成介・池見陽・Sonja LYUBOMIRSKY（2004）日本版

主観的幸福感尺度（Subjective Happiness Scale: SHS）の信頼性と妥当性の検討　日本公衛誌、51、845－853
高橋伸幸・山岸俊男（1996）利他的行動の社会関係的基盤　実験社会心理学研究、36、1、1－11
谷伊織（2008）バランス型社会的望ましさ反応尺度日本語版（BIDR-J）の作成と信頼性・妥当性の検討、パーソナリティ研究、17、18－28
登張真稲（2007）社会的望ましさ尺度を用いた社会的望ましさ修正法：その妥当性と有効性パーソナリティ研究、15、228－239
山本佑実・加藤久美子・菅村玄二（2014）「無財の七施」にみる日本的な向社会的行動　関西大学心理学研究、5、39－49

＜参考：七種施尺度＋見返り項目＞

		項目No.	質　問　文
眼　施	家　族	3	家族に優しい目つきで接する
	友人知人	4	友人・知人に優しい目つきで接する
	他　人	10	見ず知らずの人に優しい目つきで接する
和顔施	家　族	8	家族に穏やかな表情で接する
	友人知人	18	友人・知人に穏やかな表情で接する
	他　人	13	見ず知らずの人に穏やかな表情で接する
言辞施	家　族	14	家族に優しい言葉を使う
	友人知人	23	友人・知人に優しい言葉を使う
	他　人	16	見ず知らずの人に優しい言葉を使う
身　施	家　族	21	家族の誰かが調子が悪そうなとき、手伝ってあげる
	友人知人	11	友人や知人が困っていたら手伝ってあげる
	他　人	2	人が嫌がる仕事も積極的にする
心　施	家　族	9	家族への心配りを忘れない
	友人知人	1	友人や知人の悩みを自分のことのように感じる
	他　人	6	遠くの災害のニュースを見ると自分のことのように辛く感じる
壮座施	家　族	5	電車やバスで家族に席をゆずる
	友人知人	12	電車やバスで友人・知人に席をゆずる
	他　人	17	電車やバスで見ず知らずの人に席をゆずる
房舎施	家　族	15	自分が雨に濡れても、家族に傘を差してあげる
	友人知人	7	困っている友人や知人を家に泊める
	他　人	14	見知らぬ人が雨宿りを求めてきたら、場所を貸してあげる
		項目No.	質　問　文
見返り		22	誰かを助けたとき、感謝されないと嫌な気分になる（逆転項目）
		20	お礼を言われなくても、人のためになることはしたい