

美德是幸福的前提吗？^{*}

喻丰^{1,5} 彭凯平^{**1,2} 窦东徽³ 董蕊¹ 韩婷婷⁴

(¹清华大学心理学系, 北京, 100084) (²美国加州大学伯克利分校心理学系, 伯克利, CA94720)

(³中央财经大学社会发展学院心理学系, 北京, 100081) (⁴北京师范大学心理学院, 北京, 100875) (⁵清华大学经管学院, 北京, 100084)

摘要 幸福研究方兴未艾,但当今研究着重于幸福的心理描述性层面,而通常忽视了幸福概念中的规范性或者评价性层面。在孔子和亚里士多德等哲学家眼中,美德是幸福的前提。心理学实证研究发现,实践美德行为,如志愿、捐助等活动能够使人获得幸福。同时,研究也发现,人们倾向于认为具有美德的人会更加幸福。虽然实证研究能够说明美德与幸福具有关系,但是在美德与幸福的因果联系确定上,以及美德对于幸福来说是否是工具性的问题上,还需要更多的研究。

关键词 美德 道德 幸福 主观幸福感 亲社会行为

1 引言

不到二十年时间,积极心理学家 Martin Seligman 批评心理学研究对象消极远胜积极的时代已然过去 (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)。幸福作为积极心理学关注的代表,不断见诸于研究、报道、政策与民众日常生活的言谈中。基于心理学的实证研究,学者们不断提出追逐幸福的方法以求给政策制定以指导、给民众生活以帮助 (Bok, 2010; Lyubomirsky, 2007)。但实际上,面对媒体各种版本“何谓幸福?”的提问,民众依然感到困惑。当然,学者们可以简单用一个 Likert 量表让人对自己的幸福程度进行评分,并以此作为幸福的指标 (Diener, 1994; Sandvik, Diener, & Seidlitz, 1993)。但这是否确实真的代表了幸福的意涵则值得深思。Ed Diener 用“主观幸福感”(subjective wellbeing, SWB)作为幸福评价指标 (Diener, 2000; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999)。实际上,它意指一种对完满的生活状态的主观感受,因此 Diener (2000) 将 SWB 区分为积极情绪、消极情绪和生活满意度是符合情理的,但将 SWB 直接等同于幸福 (Happiness) 则有待商榷。当然,享乐主义的幸福观就是简单地将快乐痛苦之差作为是否幸福的依据,功利主义伦理学家(如 John Stuart Mill)也为这种观点提供了建设性的发展。简单回答“我有多幸福?”这个问题,我们可能使用当下所感受到的情绪或者说记忆中可及的情绪来作为线索 (Redelmeier & Kahneman, 1996)。而

所谓的生活满意度,又包含了用一种平均的观点来从整体上审慎自己的生活。不过,仅仅对当下情绪的体验以及对整体生活的认知是否穷尽了对幸福的理解? Seligman (2012) 最近提出了 PERMA 模型,将幸福解释为积极情绪 (positive emotion)、投入 (engagement)、关系 (relationship)、意义 (meaning) 和成就 (accomplishment)。显然, Seligman (2012) 对幸福的经验理解较之简单的享乐主义更加完备,也考虑到了意义这样相比较起来更加形而上的成分。

从古至今,幸福一词的含义从强调外部生活的富足与运气流变至现今强调内部感受与认识 (Oishi, Graham, Kesebir, & Galinha, 2013),无一例外地在确证幸福中的描述性成分。但是,幸福是否还具有规范性成分呢?一个幸福的生活是否需要首先是一个道德上好的生活?在媒体大肆渲染各色幸福观的今天,这种观点似乎在直觉上难以想象。但先哲们却经常秉持这样一种观点。“仁者不忧”(《论语·子罕》),具有“仁”这种儒家所谓最高美德的人是可能幸福的。而美德则又是通过锻炼而成,所谓“克己复礼为仁”(《论语·颜渊》)。没有道德外在资源再丰富,也不会使人感到幸福,所谓“不义而富且贵,于我如浮云”(《论语·述而》),同时,“一箪食,一瓢饮,在陋巷,人不堪其忧,回也不改其乐”(《论语·雍也》),具有美德的人则在外在条件严重匮乏时依然能获得幸福。亚里士多德的幸福观

* 本研究得到清华大学 - 中科院学部科学协同发展研究中心 2014 年度先导项目 (2014A03) 的资助。

** 通讯作者: 彭凯平。E-mail: pengkp@tsinghua.edu.cn

则完全建立在其美德伦理学上。亚里士多德明确地提出，幸福（*eudaimonia*）是最高的善。当然他承认幸福中也含有快乐的成分，但是这种快乐并不是靠消遣，而是来自于实践他的德性。亚里士多德论述到：

“……如已多次谈到的，对好人显得荣耀的、愉悦的食物才真正是荣耀的和愉悦的。对每个人来说，适合他的品质的那种实现活动最值得欲求。所以，对好人而言，合德性的实现活动最值得欲求。”（Aristotle, 350BC/2003）

对这样一种古老哲学观点进行心理学的实验探索是可能的（彭凯平，喻丰，柏阳，2011）。将美德与幸福这样一个哲学与心理学的理论问题转化为可操作的经验假设时，心理学家们进行了诸多实证研究，并积累了部分实验结果。我们将从两个方面来讨论心理学家的工作，即实践美德是否能获得幸福，以及人们是否会认为美德能带来幸福。

2 美德实践与幸福

宗教通常宣扬美德、劝人向善。因此，宗教与幸福的关系似乎可以侧面说明美德实践与幸福的关系。研究发现，在平均水平上，宗教与幸福正相关，与抑郁、焦虑等威胁幸福的因素负相关（Cohen, 2002; Ferriss, 2002; Snoep, 2008）。但是这一关系并不能说明美德实践与幸福之间的因果关系。毕竟，宗教所带来的幸福可能是以更多的社会支持、更多的受尊重感以及更强烈的意义感为中介的（Diener, Tay, & Myers, 2011）。研究也发现，在那些生活环境比较恶劣的社会中，宗教对幸福产生了积极的作用，但是在那些生活环境较为舒适的社会里，宗教对幸福的影响并没有那么大（Diener, Tay, & Myers, 2011）。因此，宗教与幸福的关系似乎并不能为美德实践与幸福之间的联系提供直接的证据。

当然，也有研究直接考察美德实践与幸福之间的关系。研究发现，志愿行为与幸福程度以及生活满意度正相关，更多的志愿行为也能带来更多的幸福感（Borgonovi, 2008; Thoits & Hewitt, 2001）。Field、Hernandez-Reif、Quintino、Schanberg 和 Kuhn（1998）让10位退休老人作为志愿者接受为期3周，每周3次的按摩；并且之后（一半人是之前）让他们为婴儿进行同样是为期3周，每周3次的按摩。结果发现，在给别人做按摩之前和之后，退休老人志愿者的焦虑和抑郁水平降低，唾液皮质醇显示其

压力水平降低，生活健康状况提升；而在接受按摩的前后，这种效应却并不强（Field, Hernandez-Reif, Quintino, Schanberg, & Kuhn, 1998）。那些报告自己有更强意愿帮助他人、并更倾向于进行亲社会和利他行为的人，会更将自己视作是特质性快乐的人（Lyubomirsky, King, & Diener, 2005）。Lyubomirsky等人让学生每周做5件好事，一共持续6周，这5件事情可以一天做完，也可以分散在一周的任何时候。所谓的好事，被她们定义为使他人获益或者高兴，但是通常使自己受到损失的事情，譬如献血、帮助他人完成论文，看望老人等。结果发现，那些将5件好事一天做完的人会体验到幸福的显著提升，而总体来看，这种提升的效应并不十分持久（Lyubomirsky, Sheldon, & Schkade, 2005）。同样，感恩、宽恕等美德行为也会提高幸福水平（Emmons & McCullough, 2003; Lyubomirsky & Layous, 2013; Toussaint & Friedman, 2009）。

另一种直接考察美德实践的研究并不直接告诉参与者去做良善行为，而是让他们给别人花钱。对632名美国人的调查发现，给别人花钱（包括给别人买礼物、捐助慈善）可以有效预测他们的总体幸福程度，而自己花钱（包括付账单和开销、给自己买礼物）则不能（Dunn, Aknin, & Norton, 2008）。同时，研究也发现，得到公司分红后进行亲社会花销（给他人买礼物、捐助慈善）依然是收到分红前1个月与6至8个月后其总体幸福程度改变的主要预测源（Dunn, Aknin, & Norton, 2008）。实验者也进行了直接操纵，在早上给被试一个装有5美元或者20美元的信封，让被试把这些钱花在给自己付账、给自己买东西上或者将这些钱花在给别人买礼物或者捐助慈善上，结果发现，无论花掉多少钱，亲社会花销都能显著影响花销者幸福程度的变化（Dunn, Aknin, & Norton, 2008）。甚至这一效应也出现在小于2岁的儿童身上，在款待别人时，他们会表现得比自己受到款待时更加高兴（Aknin, Hamlin, & Dunn, 2012）。而且，那些需要自己付出自身资源的亲社会行为，能让孩子获得更大的幸福感（Aknin, Hamlin, & Dunn, 2012）。这一效应同样也是普适的，136个国家的数据显示，无论国家贫富，亲社会花销都能显著预测主观幸福感（Aknin, Barrington-Leigh, Dunn, Helliwell, Burns, Biswas-Diener, et al., 2013）。但亲社会花销怎么去花依然还是有区别。研究发现，将钱花给强社会联系的人比将钱花给弱

社会联系的人会更加幸福,那些回忆了自己将钱花给亲戚、好朋友及伴侣的人,比那些回忆了自己将钱花给某个普通认识的人、同事、同学以及朋友的朋友的人,会体验到更大程度的幸福(Aknin, Sandstrom, Dunn, & Norton, 2011)。同时,将钱捐给慈善并不是总能提高幸福感,提高的前提必须是搞清楚自己所捐的钱是如何用于提高接受者的生活水平的;那些回忆了自己花钱给他人并给他人造成了积极影响的人,比那些仅仅只是花钱而未给他人造成积极影响的人幸福程度更高(Aknin, Dunn, Whillans, Grant, & Norton, 2013)。更为有趣的是,在将100美元如何分配给自己或者给慈善机构的抉择中,即使是强制的,捐赠也会激活大脑皮层中和奖赏过程相关的区域,更不用说自愿的捐赠行为了(Harbaugh, Myer, & Burghart, 2007)。

3 美德与幸福判断

即使美德真的能够促进幸福,一个普通人似乎也很难想象好人和坏人以及幸福的人和不幸福的人之间会有什么联系。我们真的会认为好人比坏人更加幸福吗?实验证据告诉我们,这是可能的。

哲学家以思想实验作为其论据,Braddock(2010)认为“摇篮测试(Crab Test)”可以作为验证美德与幸福判断之间的关系。该思想实验为:“请想象你是一个因为自己新生的孩子而自豪和流露着爱意的父亲或者母亲。想象你看着摇篮,新生儿在里面安详地睡着,你的内心充满了父母的感情和关怀。你希望孩子能好好成长,生活富足。现在,基于这个给定条件下孩子的幸福,请你看着你的孩子,回答这个问题:如果你的孩子长大是一个虐待儿童的人,你觉得让他健康成长的希望还会实现么?”Braddock(2010)认为,哲学家对这个问题的直觉回答会为幸福的规范性的提供佐证。

Phillips、Nyholm和Liao(forthcoming)则给出了更加直接的实验证据。他们给研究参与者分别呈现两个故事,其一为:“Richard是一个红十字会的医生,他负责为战争中的伤员提供救治。有时候他因为救死扶伤获得快乐,而有时候,他却因目睹他人受苦而备感苦恼。不过他坚信自己所做的事情非常重要。因此当他思索至此时,他感到强烈的满足。不过他也认为战争造成的死伤并不值得,伤员与牺牲者的幸福还是非常重要。即使有时候他觉得有些苦恼,但是他还是想要继续工作下去”。其二为:

“Richard是一个纳粹集中营的医生,他负责给犯人进行强制性的痛苦医学实验。有时候他因此获得快乐,而有时候,他却因目睹他人受苦而备感苦恼。不过他坚信自己所做的事情非常重要。因此当他思索至此时,他感到强烈的满足。不过他认为实验造成的死伤是值得的,死者的幸福不怎么重要。即使有时候他觉得有些苦恼,但是他还是想要继续工作下去”。接着让人们Richard的幸福程度进行评定,结果发现,人们认为在红十字会工作的Richard比在纳粹集中营工作的Richard要幸福(Phillips, Nyholm, & Liao, in press)。

但是这样的测量实际上并没有将道德判断包含在内,接着Phillips等人(forthcoming)让人们阅读一个描写出生于严格的宗教世家,但成长为同性恋的男士,他开始同另一个男士约会并因为自己的宗教信仰而心理煎熬的故事。接着让人们对故事主角的幸福程度进行评价,并同时对主角的生活方式是否道德进行评价。结果发现,越认为这种生活方式不道德的人,越倾向于认为故事的主角不幸福(Phillips, Nyholm, & Liao, in press)。

另一项研究中,Phillips、Misenheimer和Knobe(2011)让研究参与者分别阅读两个故事,其中一个故事为:“Susan有一个男朋友,他看起来值得付出爱(体贴、善良),也值得付出欲望(外貌有吸引力)。”另一个故事为:“Susan有一个男朋友,他看起来不值得付出爱(残忍、不负责任),也不值得付出欲望(肥胖、掉了几颗牙齿)。”接着人们都被告知,Susan被他深深吸引,也觉得和他共度一生再好不过,研究参与者需要评价在多大程度上,他们觉得Susan在体验爱以及体验欲望。结果发现,相较于Susan的男友是一个坏人,当她的男朋友是一个好人的时候,人们倾向于认为Susan体会更多的爱,而在欲望上,二者则没有区别(Phillips, Misenheimer, & Knobe, 2011)。同样,人们也倾向于认为一个关怀他人且沉醉于自己生活中的人比一个无趣且无生活目标但同样沉醉于自己生活中的人要过得幸福(Phillips, Misenheimer, & Knobe, 2011)。

4 反思

4.1 美德是工具性的吗?

虽然Seligman(2013)在其对幸福的理解中忽略了美德的成分,但是他在其积极心理学实践中却非常重视合德性的实践活动。Peterson和Seligman

(2004) 提出了六种跨文化的美德：即智慧与知识 (wisdom and knowledge)、勇气 (courage)、仁慈 (humanity)、正义 (justice)、节制 (temperance) 和超越 (transcendence)。对于如何达到这六种美德，他们认为得找到适合自己的特征性强项 (character strengths)，为了帮助人们了解自己的强项所在，Peterson 等人编制了优势调查问卷 (VIA Strength Survey)，如果我们生活中实践它们，我们就能获得幸福 (Peterson & Seligman, 2004)。也许，Seligman (2012) 将这种合德性的实践活动看作一种获得幸福的方法或者途径，而将之视为幸福中的投入或者意义成分。这一点和亚里士多德的观点并不相同，亚里士多德认为美德对幸福的作用不是工具性的。亚里士多德所谓的幸福是最高善，是将美德作为幸福的来源，而美德并非是一种工具性的幸福活动。也就是说，我们不是为了实现幸福的目标才去行道德之事的 (Braddock, 2010)。

但是 Arkin 等人 (2011) 的研究却似乎向我们证明了美德行为的工具性价值。人们只有把钱花给自己的亲人和熟人才会感觉幸福 (Aknin, Dunn, Whillans, Grant, & Norton, 2013)，只有了解了钱花的值得，我们才会感觉到幸福。而且儿童能够经由亲社会花销活动积极情绪也似乎预示了在进化上，我们依然了解了美德和工具性价值。这一点也有其他研究同时证实，譬如有研究发现，在让人们进行快速思维时，人们反而更倾向于合作与利他 (Fudenberg, Rand, & Dreber, 2012; Rand, Tarnita, Ohtsuki, & Nowak, 2013)。不过，这种进化上的利己主义，和心理利己主义并不是一回事 (Stich, Doris, & Roedder, 2010)。进化上美德的工具价值，不能推导出在现实中人类的心理层面上，去践行美德是为了获得幸福这一论断。

4.2 美德与幸福的因果推理

实验结果已经发现，人们去践行美德能够获得幸福。同时，人们也相信具有美德的人能够更加幸福。但是，这能够说明幸福是美德的必要条件吗？似乎并不能。因为只有考察人们在不进行美德实践的情况下或者是进行恶德实践时是否会感受不到幸福或者感受到不幸福，才能得出美德到幸福的因果结论。但是现有研究结论似乎还很难说明这一点，大量幸福研究并没有考虑到美德这一因素，但在这些研究中，却也得出了幸福提升的结论。实际上，这些研究中由操纵自变量导致的幸福感提升，是否

是因为自变量的操纵中暗含了美德的成分？譬如，锻炼提高幸福感 (Netz, Wu, Becker, & Tenenbaum, 2005; Penedo & Dahn, 2005)，这是否是因为我们在锻炼时同时践行了节制自己的美德？写感谢信、宽恕信、表达爱意的信能提高幸福感 (Emmons & McCullough, 2003; Floyd, Mikkelsen, Hesse, & Pauley, 2007; King, 2001; Lyubomirsky & Layous, 2013; Toussaint & Friedman, 2009)，这是否是因为在写信的同时我们同时也践行了感恩、宽恕、爱等美德？同时，在很大程度上，这些研究所谓幸福的测量，也仅仅只是用了快乐程度，因此，这些研究的结论还需要再进行仔细的审慎。

同时，人们是否认为没有美德但是快乐的人不幸福也是我们做出因果推论的关键。事实上，Phillips 等人 (2011) 的研究已经发现，那些生活中没有真正朋友，也没有一个有意义的生活目标去追求的人，虽然他自己觉得自己生活幸福，但是人们普遍认为他生活没有那么幸福。但是 Phillips 等人 (in press) 还发现，在判断不幸福程度上，人们却不管这个人是不是好人，美德判断对不幸福的判断不会产生影响，且在判断幸福程度时，一旦同时掺入快乐这一因素，那么美德判断反而变得不那么重要了。这些研究结果之间还有相互矛盾与不甚明了之处，解决在实践上与信念上美德与幸福的因果关系尚需更多研究来证明。

同时有趣的是，很多研究还发现，幸福或者快乐也能使人更加具有美德、更为利他 (Isen & Levin, 1972; Wang & Graddy, 2008)。这使得美德和幸福的关系变成了一个环形的圈 (Aknin, Dunn, & Norton, 2011)。但这个圈需要有起始点，很少有哲学家或者心理学家认为，美德是人类的终极目标，大部分人都会认为幸福才是最终的追求。但在研究上如何处理这样一个“鸡生蛋还是蛋生鸡”的问题，如何获得美德是幸福的必要条件这一结论，将是接下来的挑战。

参考文献

- 彭凯平, 喻丰, 柏阳. (2011). 实验伦理学：研究、挑战与贡献. *中国社会科学*, 6, 15-25.
- Aristotle. (350BC/2003). *Nicomachean Ethics*. (廖申白译). 北京：商务印书馆.
- Aknin, L. B., Barrington-Leigh, C. P., Dunn, E. W., Helliwell, J. F., Burns, J., Biswas-Diener, R., Kemeza, I., Nyende, P., Ashton-James, C. E., & Norton, M. I. (2013). Prosocial spending and well-being: Cross-cultural evidence for a psychological universal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104, 635-652.

- Aknin, L. B., Dunn, E. W., & Norton, M. I. (2011). Happiness runs in a circular motion: Evidence for a positive feedback loop between prosocial spending and happiness. *Journal of Happiness Studies*, *13*, 347-355.
- Aknin, L. B., Dunn, E. W., Whillans, A., Grant, A. M., & Norton, M. I. (2013). Making a difference matters: Impact unlocks the emotional benefits of prosocial spending. *Journal of Economic Behavior and Organization*, *88*, 90-95.
- Aknin, L. B., Hamlin, J. K., & Dunn, E. W. (2012). Giving leads to happiness in young children. *PLoS ONE*, e39211.
- Aknin, L. B., Sandstrom, G. M., Dunn, E. W., & Norton, M. I. (2011). It's the recipient that counts: Spending money on strong social ties leads to greater happiness than spending on weak social ties. *PLoS ONE*, *6*, e17018.
- Bok, D. (2010). *The politics of happiness: What government can learn from the new research on well-being*. MA, US: Princeton University Press.
- Borgonovi, F. (2008). Doing well by doing good: The relationship between formal volunteering and self-reported health and happiness. *Social Science and Medicine*, *66*, 2321-2334.
- Braddock, M. (2010). Constructivist experimental philosophy on well: Being and virtue. *The Southern Journal of Philosophy*, *48*, 295-323.
- Cohen, A. B. (2002). The importance of spirituality in well-being for Jews and Christians. *Journal of Happiness Studies*, *3*, 287-310.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness, and a proposal for national index. *American Psychologist*, *55*, 34-43.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, *31*, 103-157.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*, 276-302.
- Diener, E., Tay, L., & Myers, D. G. (2011). The religion paradox: If religion makes people happy, why are so many dropping out? *Journal of Personality and Social Psychology*, *101*, 1278-1290.
- Dunn, E. W., Aknin, L. B., & Norton, M. I. (2008). Spending money on others promotes happiness. *Science*, *319*, 1687-1688.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, *84*, 377-389.
- Ferriss, A. L. (2002). Religion and the quality of life. *Journal of Happiness Studies*, *3*, 199-215.
- Field, T. M., Hernandez-Reif, M., Quintino, O., Schanberg, S., & Kuhn, C. (1998). Elder retired volunteers benefit from giving massage therapy to infants. *Journal of Applied Gerontology*, *17*, 229-239.
- Floyd, K., Mikkelsen, A. C., Hesse, C., & Pauley, P. M. (2007). Affectionate writing reduces total cholesterol: Two randomized, controlled trials. *Human Communication Research*, *33*, 119-142.
- Fudenberg, D., Rand, D. G., & Dreber, A. (2012). Slow to anger and fast to forgive: Cooperation in an uncertain world. *American Economic Review*, *102*, 720-749.
- Harbaugh, W. T., Myer, U., & Burghart, D. R. (2007). Neural responses to taxation and voluntary giving reveal motives for charitable donations. *Science*, *316*, 1622-1625.
- Isen, A.M., & Levin, P.F. (1972). The effect of feeling good on helping: Cookies and kindness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *21*, 384-388.
- King, L. A. (2001). The health benefits of writing about life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *27*, 798-807.
- Lyubomirsky, S. (2007). *The how of happiness: A practical guide to getting the life you want*. London, UK: Piatkus.
- Lyubomirsky, S., King, L. A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect. *Psychological Bulletin*, *131*, 803-855.
- Lyubomirsky, S., & Layous, K. (2013). How do simple positive activities increase well-being? *Current Directions in Psychological Science*, *22*, 57-62.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, *9*, 111-131.
- Netz, Y., Wu, M., Becker, B. J., & Tenenbaum, G. (2005). Physical activity and psychological well-being in advanced age: A meta-analysis of intervention studies. *Psychology and Aging*, *20*(2), 272.
- Oishi, S., Graham, J., Kesebir, S., & Galinha, I. C. (2013). Concepts of happiness across time and culture. *Personality and Social Psychological Bulletin*, *39*, 559-577.
- Penedo, F. J., & Dahn, J. R. (2005). Exercise and well-being: A review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Current Opinion in Psychiatry*, *18*, 189-193.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Phillips, J., Nyholm, S., & Liao, S. (in press). *The good in happiness*. Oxford Studies in Experimental Philosophy. New York, US: Oxford Press.
- Phillips, J., Misener, L., & Knobe, J. (2011). The ordinary concept of happiness (and others like it). *Emotion Review*, *71*, 929-937.
- Rand, D. G., Tarnita, C. E., Ohtsuki, H., & Nowak, M. A. (2013). Evolution of fairness in the one-shot anonymous Ultimatum Game. *PNAS*, *110*, 2581-2586.
- Redelmeier, D., & Kahneman, D. (1996). Patients' memories of painful medical treatments: Real-time and retrospective evaluations of two minimally invasive procedures. *Pain*, *1*, 3-8.
- Sandvik, E., Diener, E., & Seidlitz, L. (1993). Subjective well-being: The convergence and stability of self-report and non-self-report measures. *Journal of Personality*, *61*, 317-342.
- Seligman, M. E. (2012). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, US: Simon and Schuster.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An Introduction. *American Psychologist*, *55*, 5-14.
- Snoep, L. (2008). Religiousness and happiness in three nations: A research note. *Journal of Happiness Studies*, *9*, 207-211.
- Stich, S., Doris, J. M., & Roedder, E. (2010). Altruism. In J. Doris & The Moral Psychology Research Group (Eds.), *The moral psychology handbook* (pp. 147-205). New York, US: Oxford Press.
- Thoits, P. A., & Hewitt, L. N. (2001). Volunteer work and well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, *42*, 115-131.
- Toussaint, L., & Friedman, P. (2009). Forgiveness, gratitude, and well-being: The mediating role of affect and beliefs. *Journal of Happiness Studies*, *10*, 635-654.
- Wang, L., & Graddy, E. (2008). Social capital, volunteering, and charitable giving. *Voluntas*, *19*, 23-42.

Is Virtue a Pre-requisite for Happiness?

Yu Feng^{1,5}, Peng Kaiping^{1,2}, Dou Donghui³, Dong Rui¹, Han Tingting⁴

(¹Department of Psychology, Tsinghua University, Beijing, 100084)(²Department of Psychology, University of California, Berkeley, CA94720)

(³Department of Psychology, School of Social Development, Central University of Finance and Economics, Beijing, 100081)

(⁴School of Psychology, Beijing Normal University, Beijing, 100084) (⁵School of Economics and Management, Tsinghua University, Beijing, 100084)

Abstract Happiness become a hot topic in recent years in the area of psychology. Scholars try to use experimental results in psychology to boost the human happy experiences, guide folks' life, and influence public policy. But recent research mainly focused on the descriptive and psychological aspect of the conception of happiness, and neglected the normative and evaluative aspect. Virtue is the pre-requisite of happiness from both Confucian and Aristotelian tradition. Aristotle built his happiness theory on his view of virtue. In his theory, to reach the state of happiness, we need to behave in a virtuous way. Confucian tradition also hold a belief that, pure happiness consistent with self-control state which toward ethical norms. Experimental results showed that, behave virtuous can boost happiness. First, religious people were found happier than nonreligious people. This was an indirect evidence because religion always push people to behave in a virtuous way. Religious people were more likely to experience positive emotion, were less inclined to feel anxiety and depression. That might because religious people got more social support, had higher self-esteem and found more meanings in life. Second, people behave more virtuous, they feel happier. This is the direct evidences. People who donated money or spent his own money on others was found happier that who spent money on himself. Prosocial spending make effectively good influence on human emotion and meaning system (Dunn, Aknin, & Norton, 2008). This might be an evolved psychological mechanism that we are born to be good. In other research, young kids were happier giving treats away than they were when receiving the same treats themselves (Aknin, Hamlin, & Dunn, 2012). Volunteers also happier than control group in other studies. Writing also can boost human happiness, wrote down his own moral behavior several times per week, the author will be happier (Lyubomirsky, Sheldon, & Schkade, 2005). These behavioral effect also found on children participants. Whether doing a moral behavior could improve happiness or not is still an ontology question. Another important question is about the epistemology. That is, how we judge a person who obtain virtues, he is happy or not when compare to other persons who do not obtain virtues. Experimental results showed that, people tend to judge good people happier than bad people. In one condition, behavioral agents was described as a Red Cross field doctor who had both positive and negative mental states. In the other condition, behavioral agent was described as a Nazi death camp doctor who experienced the exact same type of mental states (Phillips, Nyholm, & Liao, in press). Comparing the two conditions, participants were significantly more likely to agree with the statement that Richard is happy when he was described as a Red Cross doctor than when he was described as a Nazi doctor (Phillips, Nyholm, & Liao, in press). Moreover, when researchers showed a more ambiguous moral situation, like a gay man who, though conflicted because of a religious upbringing, began dating another man, the results were more interesting (Phillips, Nyholm, & Liao, in press). When looking at how judgments of immorality and distress predicted judgments of happiness, the judgments of immorality predicted judgments of happiness in a way that was independent of perceived distress. Both judgments of distress and judgments of immorality influenced attributions of happiness, the impact of normative judgments on judgments of happiness was not due to the difference in perceived distress. A series of studies testified this effect. In our belief, we tend to think virtue is the pre-requisite of happiness. Empirical research explained the relationship between virtue and happiness. But the problem of casual attribution of virtue on happiness, and the problem of instrumentality of virtue on happiness still need more research to give a satisfying answer. Because the attribution process is hard to identify in virtue and happiness, which one is the cause and which one is the result is hard to answer. Or if the causation process is a circle, we need more theories and studies to identify the complex mechanisms.

Key words virtue, morality, happiness, subjective well-being, prosocial behavior