

人体科学会第31回大会・基調講演
2021年12月5日 (オンライン)

第二の自然本性
としての「祈り」の実践

京都府立医科大学・名誉教授

棚次正和

大会テーマ： 「生ける自然」と祈りの実践

1. 「自然本性」としての祈り
2. 「祈りのネガ」～祈りは願い・念力に非ず
3. 「祈りのポジ」～第二の自然本性としての祈り
4. 「祈りの実践」

1 「自然本性」としての祈り

■「(第一の)自然本性」としての祈り

1 生命が自然に働いている(生きている)状態:無自覚的な祈り。

進化も停滞もない(人間の存在理由もない)。

⇒ その状態からの逸脱。自我の働き(自他の区別、主客の対立、所有欲等)

※ 究極的なものを志向するという自然本性を有する宗教的人間(homo religiosus)。逸脱を修正して本来の在り方を回復する自己調整能力。

■「第二の自然本性」としての祈り

自覚的な祈り:即自的な祈りの状態を意識化して生命の根源的な響きを自覚的に頂き直す祈り。

即自的な祈りの状態を対自化・対象化して、即自と対自を統一する(生かされて生きる)生き方。

2 祈りのネガ：祈りは願い・念力に非ず

■祈りは**願い**ではない。(自我の願望充足には我執が絡みつく)

⇒ **我執の放下**

■祈りは**念力**ではない。(想念の力で物事を引き寄せる)

⇒ **想念の解消**

■祈りは**空念仏**や**心的事象**ではない。

(口先だけや心の中だけにすぎないもの、現実の行為未満)

⇒ **言語や意思の働きに対する過少評価の見直し**

祈りの誤解に潜む二つの根本錯誤

- 我執(の放下)
 - 想念(の解消)
- ⇒ 「自我と真我」の混同

- 言語や意思の働きに対する過小評価

⇒ 「外界と内界」の不均衡な現実観

「自我と真我」の混同

- 祈る主体、我執を捨てる主体は誰か？

「自我」であると理解されているが、実は「真我」である。

- 真我でないもの（肉体や自我など）を真我だと思ふ過ち。

真我を真我だとは思わない過ち。

（真我の発動に気がつかない過ち）

⇒ 「役者と役柄」の比喩に訴えることで、

自己の二重性（真我と自我）に目覚める。

真我：不生不滅の实在 ←→ 自我：生滅する現象

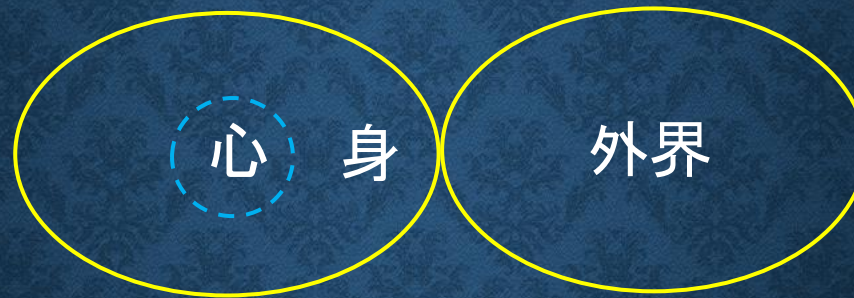
「外界と内界」の不均衡な現実観

- 現実感覚の比率が過度に外界へ傾く。
（外界のみが現実だと思う）
- 内界が過少に評価される。
（言葉や心的事象は、現実の行為未満であると思う）

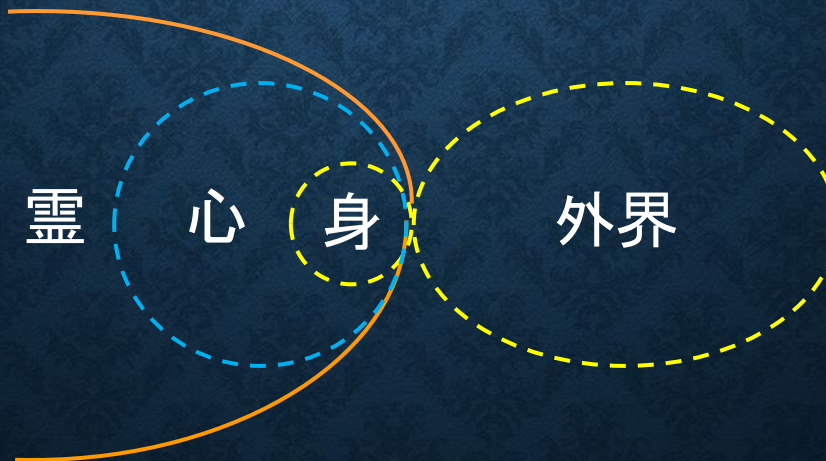
⇒ **認識上の刷新**「内界の投影が外界である」
行為上の転換「外界から内界への観の転換」

二つの人間観

■ 肉体人間観（心身二元論を含む）



■ 霊心身（靈魂体）人間観＝人性三分説(trichotomy)



3 祈りのポジ: いのちの宣言

■「いのり」の語源

い(生・斎) + のり(宣り) = 「いのちの宣言」

※のりと(祝詞)、みことのり(詔)

prayer, prière, Gebetが含む「懇願、請願」の意味はない。

⇒ 「いのり」を宗教者の独占とせず、万人に開放する。

(「いのち」の普遍性。祈ることは、いきいきと生きること。)

■ 第二の自然本性としての「いのり」

「生きていること」自体が、即自的な「いのり」の状態。

その自然な即自的な「いのり」を意識化して自覚的なものに変換すること、つまり、生命の根源的な響きに祈りの言葉を乗せて宣り出すことが、「第二の自然本性としての祈り」である。

祈りは目的それ自体の実現

- 「祈り」は目的達成のための手段ではなく、それ自体が目的の実現である。

(たとえば、平和の祈りは、祈りによって平和を実現するのではなく、祈り自体が平和の端的な実現である。)

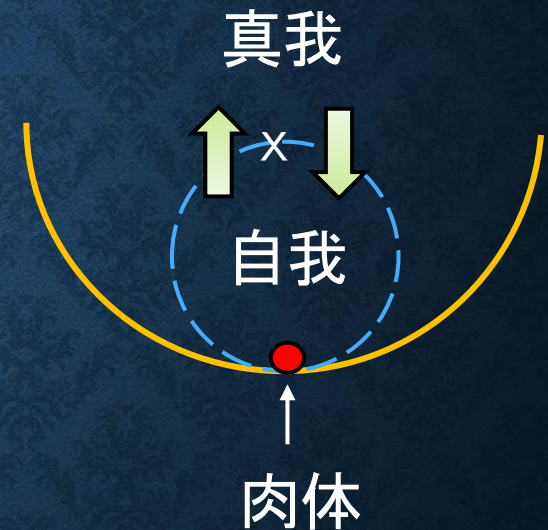
- 心的現象と物的現象の間には時間的遅延がある。

内界(幽り)と外界(顕し)の間に次元の落差があり、心的現象は心的世界に直ちに現象するが、それが物的世界に現象するには、然るべき時間が必要となる。

祈りの三つの契機・局面

1. 我執や想念の放下・捨離

(自我 → 無我無心)



2. 究極的なものとの自覚的統一

(無我無心 = 真我、生命の根源)

3. その統一からの自由自在な展開

(自己の二重性において、真我への
転換と自我への反転が交互に起きる)

祈りから見た二重の自己(真我と自我)

• 自我の祈り → 我執の放下・捨離 →

無我無心＝無なる靈性＝真我の祈り

• 真我(本当の自己)

individuality

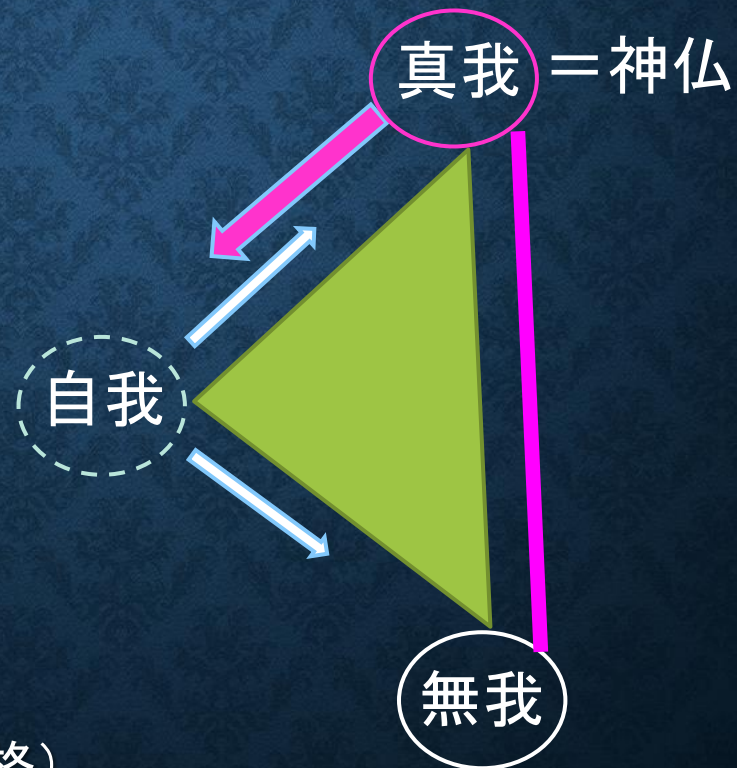
(不可分な単一者・役者・個)

• 無我(無人・無私)

• 自我(人格我)

personality

(persona → 仮面・役柄・人格)



4 祈りの実践

1. いつ(When)? 定時の祈り → いつでも、瞬間の祈り
2. どこで(Where)? 清らかな場所 → どこでも
3. 誰が(Who)? あなた(真我)が → 誰でも
4. いか(How)? 定型の祈りの言葉で → どのようにでも
姿勢を正して → どのような姿勢でも
5. 何を(What)? 平和、感謝(報恩)、賛美、歓喜など

日々の生活の中での祈り



◎早朝、朝日に向かって「平和の祈り」をする。

体内時計をリセットし、一日をいきいきと生きる

ための生命エネルギーを充填する。

◎就寝前にベッドや布団の中で「感謝の 祈り」をする。
(終わりよければ全てよし)



◎生活の場面・場面で「瞬間の祈り」を行なう。
短い定型の祈りの言葉がよい。祈りの中で生活を送る。



「祈り」の実践～具体的な人間関係の場で

- 感謝の祈り: 自分が置かれた場を受け止め直す。

置かれた場と自分の位置の再認 [知の過去の契機]

- 愛の祈り: 共有する価値観の中心を一緒に観る。

愛の二等辺三角形

[情の現在の契機]



- 調和の祈り: 多様な他者や異質な世界との

共存・共栄を求める。

[意の未来的契機]



御清聴 ありがとうございます