

令和八年七月吉日初版作成

祈りの意味と実施上の留意点

高嶋善三郎

目次

● 祈ることの意味・・・・・・・・・・・・・・・・	3
● 祈るうえでの留意点・・・・・・・・・・・・	6
◇ 常に本心と業想念を区別する・・・・・・・・	6
◇ あらゆるものすべて赦し、感謝する・・・・・・・・	6
◇ 祈りはいつでもどこでもやる・・・・・・・・	7
◇ 祈る形にとらわれない・・・・・・・・・・・・	8
◇ おなかに想いを降ろす・・・・・・・・・・・・	9
◇ 病気や不幸になってもそれに把われない・・・・・・・・	9
◇ 対立する相手の守護神様をお願いする・・・・・・・・	11
◇ 集団の祈りの会に参加する・・・・・・・・・・	12

◇ 間違った事をした人のために祈る・・・・・・・・・・12

既に作成した資料（バックナンバー）は、ウェブサイト『白光北陸』のブログ欄に掲載しています。

より分かりやすくするため、ご感想があれば、

お聞かせください。

次の連絡先にお問い合わせ致します。

（スマホ）090-3346-6619

（メールアドレス）zensan@peach.ocn.ne.jp

祈ることの意味

祈りについては、『消えてゆく姿で世界平和の祈り』の中で整理したところですが、それを補完するものが、いろいろなところで、五井先生は言及されています。今回はそれを整理したいと思います。

ここで言及されていることについて、端的に言えば、祈りとは、自分の永遠の生命の宣言であり、人間の本質である生命エネルギーを、最大限に肉体界で発揮し得る方法であり、そして生命の光（力）がそのまま現われた状態であると、説明されています。

具体的に祈ることの意味や留意点について、整理してみましょう。

「祈る」ということは、自分の生命を宣り出すこと。生命の宣言である。私の生命は神と一つである。神の生命なのであるという宣言が、祈りなのである。」（１９９５年５月号２６ページ）

「祈りとは、業想念の自分、迷ったり病氣している自分がするのではなく、人間内部の神性が宇宙の中心者とながって、光の交流をするためになされるものである。」（１９９５年１月号２６ページ）

「祈りとは、神さまに感謝し自己のすべてを一任することなのである。

神への感謝、全託こそ祈りの根本義なのである。」（１９９５年１月号２７ページ）

「ただ一念に、神に想念を集中することが祈りなのである。ただ、神さまありがとうございますだけでも良いのであるが、それだけではなかなか人間の想いが納得しない。人間というものは、何かちょっとした理論づけがないと、心から納得することが出来ないものである。」（１９５７年６月号８ページ）

「祈りとは、生命の光（力）がそのまま、はっきり現われることなのであり、現われた状態をいうのである。」（１９６０年１月号４ページ）

「祈りの本当の意味は、生命を自由にするということなのである。」（１９６０年９月号３７ページ）

「悪い想いや汚れた想いは、出てきたら消えてゆく姿として、祈りの中で消してもらうのである。

いいかえれば、業想念と光とを入れかえてもらうのである。

想念の入れかえが、つまり祈りということなのである。」（１９６３年４月号１０ページ）

「祈りとは、大生命との一体化のための科学的な方法なのである。神の大調和なみ心と、人類の心とが全く一つになるように、私たちは人の心の波動を神の微妙な波動に、波長を合わせる運動をしているわけである。

それが世界平和の祈りなのである。」(1963年5月58ページ)

「神さまと言わねば祈りではないのかというと、そうではない。神さま仏さまと言わなくても、自分の命を本当に生かしている人は、祈りの状態にあるわけである。

ここに一本の木が立っている。草花が咲いている。この木は祈りの姿だ。草花が咲いているのが祈りの姿だ、と私はよく言う。

何故か。命そのままを生きることが祈りだからである。それを形に現わせば合掌したり、あるいは世界人類が平和でありますように、という形。天にまします我等の神よ、という形の祈りになる。

それは祈りの方法なのである。祈りの状態というのは、命を本当に発願して一生懸命人のためになること、自分の魂の磨きになることをやっている姿をいうのである。」(1965年1月211ページ)

「神さまと言わなくとも、祈っている人はあるわけである。一生懸命人のために尽くしている人もある。社会事業に献身している人もある。病人のために命を投げ出してやっている人もある。その姿はみんな祈りなのである。

いのちが生きている。祈りの生活をしているわけである。」(1965年12月211ページ)

「祈りというのは、想いを光り輝いた汚れのない神のみ心の中で浄化していただき、神のみ光を自己の中に流し入れる方法である。」

「祈りとは、すべての業想念を本心の世界、神の世界で消滅していただく行為なのである。」(1968年8月99ページ)

「神さまへの感謝はどうやったらいいか。それが祈りなのである。命を生き生きさせることが祈りなのである。

だから命が生き生きさえしていれば、神さま仏さまと言わなくてもいい。もうそれは本当の信仰家なのである。神さまというのは明るい心の中に、生き生きとした命の中にいるのである。」(1970年10月11ページ)

「想いというのはあくまで三界の世界の、つまり横の波のびびきであって、これが縦に働きかけ三界を抜けていくと、神のみ心とのつながりが出来てくる、いわゆる祈りになって来るのである。」(1971年12月11ページ)

「祈るといっものは、常に神との交流をしていることである。」(1971年12月55ページ)

「祈りとは、個人及び人類の本心を開発するためのものである。神と人間の一体化を果すためのものである。」(1971年12月88ページ)

「祈りというのは、人間の本质である生命エネルギーを、最大限に肉体

界で發揮し得る方法なのである。」「(1971年12月13ページ)

「祈りこそ、永遠の生命を人間に得せしめる、唯一無二の行なのである。」「(1972年1月11ページ)

「祈りというのは、どういふことかと言うと、心がスッキリする為に祈るのである。祈りはなぜするかというと、神のみ心がそのまま現われる為に祈る。」「(1972年6月27ページ)

「祈る自分と、中から生命が溢れ出てくるものと、一つに合体している。こちらは無意識に祈る。中から祈りが溢れ出てくる。そういうのが合体して、スーッと統一して来るのである。そういう状態が本当の祈りなのである。」「(1972年6月27ページ)

「本当の宗教というのは、神さま仏さまの方から、知らないうちに魂を浄めて救って下さるものなのである。その方法を知っていればいいわけである。その方法が祈りなのである。」「(1973年4月18ページ)

「祈ることは、常に神のみ心の中に住んでいるという事になるので、神我一体の行といえば、真の祈りであると答えてもよいくらいのものである。」「(1973年11月17ページ)

「祈りというのは、神さまのみ心の中に、神さまと離れている人間の想念波動を入れきって、神と人間との心の距離を取り除く方法なのであ

る。」「(1973年11月18ページ)

「祈りというのは、生命をそのまま大きく広く働かせることであり、必ず祈り言があるわけである。」「(1974年9月12ページ)

「分靈魂魄として肉体頭脳を駆けめぐる想念を、神そのものである直霊の座まで昇華させ、直霊の光明の中で浄めに浄める行が祈りなのである。この祈りを常につづけていると、肉体と直霊(神)との隔りが、いつのまにか取れてしまい、神の光が肉体から放たれるようになるのである。」「(1975年1月11ページ)

「祈りというのは、生命が現われるということである。祈ると気がそのままむき出しに現われるわけである。業が生命の光の働き、気の働きをじゃましているわけである。それがお祈りして神さまと一体になると、生命の力が十二分に發揮されて、業想念を突破して運命を明るくするわけである。」「(1976年1月12ページ)

「祈りとは何かというと、生命を出すもの、生命を生かすもの、生命を引き出すものなのである。

どうしたら生命が輝き出るか、生命が充分に働けるかというと、生命の働きをじゃましている想い、業想念、つまり心配、苦勞、欲望、怒りや、妬みなどが無くなればいい。無くすために祈るわけである。」「(19

76年5月号18ページ)

「祈りは、自己の本心を、神を想うことによって表面に現してもらう行事なのである。神と人間との一体化の道を、誰にでも出来るようにすることが祈りなのである。」(1977年10月号6ページ)

「いのちを開発させる、本心を開く、神さまのみ心を現わすということが、祈りの極意である。」(1977年1月号7ページ)

「祈りとは、自己の生命を明らかにすることだし、神のみ心と人間の心が一つに通じ合うためのものである。」(1977年12月号10ページ)

祈るうえでの留意点

常に本心と業想念を区別する

「地球世界は未開発の人間の住居であるので、光と業想念(光のまだ届かぬ範囲)との混交した世界なのである。」

光と闇とがはっきり形の世界で分かれていれば、これまた問題はないのであるが、形の世界には光と闇とが入り混じって現われているので、地球人間の想念行為にも、光(神の心)と闇(業・カルマ)とが入り混じって来るのである。

そこでなかなか調和した世界、平和なる世の中が現われては来ないの

である。

この光と闇との混交を光(真実)は光、闇(虚偽)は闇とはっきり分け、そして光を闇の方に照らし出し、その光明によって闇を消し去ってゆく方法が、すなわち祈りなのである。」(1959年4月号5ページ)

「皆さんは常に本心と業想念を区別して生活することである。本心と業想念とはっきり区別していないと、なかなか進歩することが出来ない。」(1959年4月号11ページ)

「あの人はだめだとか、自分はだめだとか言うのは、今のものではなく前の世からの想いの消えてゆく姿なのであろう。それをだめだ、だめだと思いを出す。出しているという事は、業をつかんで引きよせていることになる。」(1960年9月号21ページ)

あらゆるものをすべて赦し、感謝する

「本当に一日も早く、神さまと同じような人間になるためには、自分が本当に幸せになるためには、あらゆるものをすべて赦す気持ちにならなければだめである。あらゆるものに感謝しなければだめ。」

思えなかったら、世界人類が平和でありますようにと投げ出すのである。ああ五井先生がああいうことをおっしゃって下さった。私はそれに

一生懸命になりましょう、という心になればいいのである。そういう心になればスーッと心境が上がる」(1962年11月号8ページ)

祈りはいつでもできる

「寝ても覚めても、いついかなる時でも世界人類が平和でありますように、と祈りつつけているのがいいのだ。」(1980年3月号15ページ)

「一回か二回祈ったってしょうがない。寝ても覚めても言うのである。何か嫌なことがあったら、あらゆることを消えてゆく姿と思って、ただひたすらに平和の祈りをし、いいことばかり思うのである。具体的に自分も欲して人も欲する、自分も人もいいようなことばかり思う。

完全なことを思うということは、やはり神さまのみ心に合うのである。今出て来たことを悔んだってどうしたって、しょうがないのである。もうすでに前の世から出来ていることであるから。

だから今一瞬一瞬いいことを思い、明るいいことを思い、世界平和の祈りをするのである。それが未来に徳となって現われてくる。今積んでおく善徳というものは、未来に向かって花が咲くわけである。」(1980年6月号20ページ)

「神のみ心に全託するようになるためには、日頃からたゆみない世界平和の祈りが必要なのである。

自己の想念の習慣を、世界平和の祈りによって、常に神の大光明波動の中に住まわせる習慣にしていまうことである。

そうすると、次第に心に不安がなくなって来るのである。」(1966年6月号10ページ)

「寝てもさめても唱名念仏すべきものなり、と同じように世界人類が平和でありますように…の祈り言を、寝てもさめても、歩いていても食事中でもありとあらゆる時間、二十四時間ブラスアルファの日常生活に行じていただきたいのである。」(1959年3月号21ページ)

「寝てもさめても唱名念仏すべきものなり、と浄土真宗でいっていると同じように、神さまありがとうございます、守護霊さん守護神さんありがとうございます、いつもそういう想いが自然に湧いてくるように、訓練しておく必要がある。

それに加えて世界平和の祈りがいつも心から出てくる、湧いてくるようになることが必要なのである。そうすると神さまと一体の生活なのである。」(引用箇所不明)

「習慣の想いというものは大事なのである。

そこで平和の祈りでも、空念仏のように思えてもいいから、そのまま習慣的に「世界人類が平和でありますように、神さまありがとうございます

ます」「とやっている、知らないうちにいつでも中から世界平和の祈りが出てくる。知らないうちに感謝の想いが出てくるのである。」

それはすでに神さまの道に乗っていることになるわけである。」「(1963年4月号17ページ)

「私どもの世界平和の祈りというのは、全部つづけて必ず言わなければならぬものではないので、チャネルを合わせればいいのである。」「(1967年2月号34ページ)

「世界人類が平和でありますように」と思えばいい。そして思う数を多くしさえすればいい。」「(1967年2月号34ページ)

「世界平和の祈りは特別な意志が必要でもなく、それ程の努力の必要もない。ただ業想念行為の出た直後、あるいは直前には是非やってもらいたいと思う。」

直前にやるのはなかなか熟達してでないと出来ないと思うから、その点は歩いている時、食事の時、寝る時、起きる時というように、心にひまのある時、常時やっていけばよいのである。

そうすると業想念、たとえば怒りとか恐怖とかの想いが出てきた時、とっさにその想念を祈りの中に入れることが出来るようになり、業想念の消滅が早くなるのである。」「(1966年5月号10ページ)

祈る形にとらわれない

「座って祈らなければならないというものではなく、いつでも心の中に平和の祈りがあるという事がいいわけである。」

それを確かめるために、たまたま座って祈ったりするわけである。」「(1966年12月号35ページ)

「祈りという事でも、ただ座って祈らなければならないという事ではない。一歩一歩の歩みの中で、世界平和の祈りが鳴りひびいているようになることが望ましい。」「(1976年2月号33ページ)

「ぶつうの場合の空になっている時はどういつ時かというと、仕事に打ち込んでいる時である。どんな仕事でも愛をもって一生懸命やっている場合には、それは空即是色になって空がそのまま光になって出てくる姿である。空になるのはただ座って祈り、統一している時ばかりではない。」「(1970年2月号23ページ)

「祈り心というのは、常に継続して持ち続けていることが必要なのである。ある一定時だけ祈って、後は祈り心のない唯物論的な生き方をしては、その人は真実の祈りを実行していないのである。」「(1971年12月号10ページ)

「想いというものは、強ければ強いほど効果がある。想いが神さまの中へ余計入ってゆくわけである。」

神との一体化が知らないうちになされてゆくわけである。

この祈りも、我々が信じれば信じるほど生きてくるのである。そして祈りの力も強くなってくるのである。

そうすると、陰の同志がますます増えてくることになるのである。」「(1976年2月第50ページ)

おなかに想いを降ろす

「短気の人だったら、のん気になるように、祈り言をゆっくりと、のんびりした気持ちで祈ればいい。

恐怖心がある人は、臍下丹田に力が入っていないことから、ちゃんと座って臍下丹田、つまりおなかに想いを降ろすのである。力を入れるのではない。世界人類が平和でありますようにと、おなかに飲み込むように入れるのである。度胸がない、勇気がないと思う人は、それを実行するといいいのである。そうすると、自然に心が大きくなる。

あるいは心がビクビクしたり、恐怖心が出たり、イライラしたりしたら、息をフーッと長くかすかに吐きなさい。

するとスーッと落ちついて来る。方法はいくらでもあるが、要するに想い、心を静めるという事が大事である。」「(1994年8月第60ページ)

「世界人類が平和でありますようにという時、天地を貫く気になってい

る。であるからこの祈り言を本当にしている時は、何ものもどんな邪(まが)こともサタンも、その人を冒すことは出来ない。

何かつらい時、幽界の黒雲におそわれるような時、あわてふためいて祈ってはためである。あわてて急いでやるのは、祈っているのではなく、恐ろしいがっているだけなのである。

「せかいじーんーるーいがー」というように、ゆっくりと言うのである。よけい数多く言えばいいのだろうと、数多く言ってもためなのである。心をこめて悠々と世界平和の祈りを唱えなさい。

そうすると、どんな邪(まが)いでも、そこで消えてしまう。

それは実体ではないのである。気の汚れであるから、こちらが気を照らし光明波動になって進めば、スーッと消えてしまう。」「(1972年8月号22ページ)

病気や不幸になってもそれに把われない

「病気が治りたいから、貧乏がなおりたいから平和の祈りをする。それも初めの2、3年は結構である。だけど本当に平和の祈りの意味がわかって来たならば、病気が治りたいという想いも、金持ちになりたいという想いも、すべて平和の祈りの中にとけ込ませる。」「(1973年10月第7ページ)

「個人の病気や不幸災難なども、個人個人の守護の神霊が、その人たちの本心開発のために、過去世からの業想念波動を光明波動に変えてゆくためになされているものであって、消えてゆくに従ってその人の体も心も立派になってゆくのである。」

病気や災難を恐れずに、これで自分にまつわる誤った想いが消えてゆくのである、と守護の神霊に感謝の祈りを捧げる時、その病気や不幸は意外な程、楽に消え去ってゆくのである。」(1965年6月号5ページ)

「私の体験からしても、あまり肉体の病気や貧乏や不幸に把われてはいけない。

すべての運命を神のみ手にゆだねた時、自己の真(神)性が開かれてゆき、思いもかけぬ大きな広い世界が、自分の前に展開してゆくのである。」(1971年7月号11ページ)

「自分の置かれた環境を逃れようとして、もがけばもがく程、自分の立場は苦しくなるものである。

それは逃れよう逃れようとする気持が業想念であり、真理を遠ざける想いであるからである。」(1970年6月号7ページ)

「貧乏生活や病床にありながらも、その貧しさや病気に把われず、神の愛を讃美できるような心境にあれば、その人は貧して貧せず、病んで病

まずであって、神仏をそこに現わしているのである。」(1956年3月号25ページ)

「不幸を認識しては、守護霊守護神の運命修正の光が入りにくい。それは心が不幸の方、暗い方に向ってしまつて、明るい光の方向、天の方向に向かぬので光(力)を注入しにくくなるのである。

であるからどんな不幸も、否定し否定して消しぬいてゆく明るい心、光明心に導いてゆかなければならないのである。」(1956年4月号21ページ)

「自分の身の回りのことを思うより、まず平和の祈りをただひたすらにすれば、身の回りのことも良くなって来るのである。そういうふうに、逆に考えておやりになると力がうんと付いてくる。

病気を治したい、不幸を直したいを先に思っているとなかなか直らない。それは世界平和の中へ入れてしまえばいいのである。」(1964年12月号19ページ)

「自分の生活を助けたい為に平和の祈りやっていると、あまり大きくなりません。

本当は、自分というものを世界人類の中に投げ出した方が、自分は生きるのである。

自分の想いを、自分の全生活を神さまのみ心の中に投げ出して、そう

いう気持ちで個人個人のものは捨ててしまう位な、そういう気合いがあると運命は余計に早く開く。思いもかけないようなことが開くに決まっている。」(1961年9月29ページ)

「神さまに助けてほしいと願うより、難病なら難病になった自己の肉体から、生命そのものの本質に一心に想いを向けて肉体がすこやかになるという事より先に、生命そのものがすこやかに働き得るような、神への祈りを捧げなければいけないのである。

自己の生命と神の生命の一体化ということが、難病をいやす最大の方法であり、生命を生き生きとさせる最もよい方法なのである。その方法が祈りである。」(1975年5月26ページ)

「神さまが応援してくれて、自分の心境が良くなっても、病気をスーッと治してくれることがあるのである。道に乗せようと思ってね。

次に病気がった時は、いつまでも手を貸しては一人立ちできないから、知らん顔をして見ていてその人の力、その人の信仰心でやらせようとする。

だから初めはパッと治ったけれど、2度目はなかなか治らなかったということがある。

それは自分でやるべきなのである。自分でやって、自分の信仰心で治

った場合は、今度は本当に自信が付く。そうするとこの人は今度指導しても、立派に指導できるようになる。

だから、おんぶしてだっで治っている場合にはまだためである。神さまは、自分の力で一人立ちの出来る、立派な人間を作りたいわけである。」(1970年6月29ページ)(1970.6P29)

対立する相手の守護神様をお願いする

「日常生活の職場の仕事。それは祈りである。それから統一会で統一するときは、自分が神の子であることを再認識するために座るのである。そこで私は、統一しようと思う必要もなければ、何も思う必要もない。

世界平和の祈りも言葉で想わなくてもいい。そのままいいのと言うのである。業は救世の大光明が消してくれるからというわけである。

であるからうちの人たちは、祈りが楽なのである。他では祈りというものが難しいのである。合掌して一向専念しなければ、というのは祈りではない。固まっている姿は祈りではないのである。業である。

ふんわりと、のんびりしている姿、そして人の為になっている姿、それが祈りの姿である。」(1960年7月36ページ)

「嫌なら嫌でひとまずそれは置くのである。それ故思ったら思ったでい

いから、ああこれは過去世の因縁で何かあったのだな、どうか守護霊さん守護神さん両方が仲良くなりますように、二人の天命が完うされますようにと、肉体人間にはなく、守っている守護神さんに頼むのである。そう頼みつつけていると、必ずよくなる。或いはその人と離れる形になる。環境が変わって来るのである。

取引でも何でもそうである。徹頭徹尾向こうの守護霊守護神さんをお願いしてしまうのが一番である。

向うの天命を完うせしめ給えと祈ることは、こちらの守護神が向うの守護神に力を貸していることになる。光を入れていることになる。光が向うに入ると、向うでもこちらへ光をくれるのである。

であるからお互いの為に、まず向うの守護神さんに、天命が完うされますようにと祈るのである。そうするとある時間が経過すると、うまく解決してくれるのである。」(1997年6月号26ページ)

「世界平和の祈りは、自分の心を美しく磨いてから祈れという祈り言ではない。業想念の渦巻くままでよいから、その想いのままで世界人類が…とやれば、救世の大光明の中に、その人自体が入り得たことになるのである。」(1992年11月号11ページ)

集団の祈りの会に参加する

「集団の祈りのすばらしい点は、守護神団の光明が雑念をきれいに拭ってくれること、背後の霊が非常に強く働くことなのである。

世界平和の祈りの時は、みな心境が平均し、統一されているから、守護霊守護神がお互いに協力し手を握って、祈っている人々の霊性を高めてくれるのである。ということは、救世の大光明がそれだけ大きく流れ入っているということなのである。」(1998年10月号31ページ)

間違った事をした人のために祈る

「悪いことをした人を見ると、神さまの心は大調和なのに平和なのに、それを犯すから憎む。神様の目から見れば、憎むのではないのである。しかし人間として肉体的に個別に來た時には、憎しみのような感情になるわけである。

しかし、本当は憎しみではないのである。不調和なものを嫌がる、不調和を排する気持ちである。

間違った事はいけないと、たしなめる。初めは憎らしいと心臓がパクパクして憎む。それは当たり前の人。業想念である。

それから、ああ馬鹿な事をしたものだ、この人の本心が痛んでいる

のに、ああ馬鹿な奴だということになるでしょ。涙ぐましくなるようなそういう想い方になる。

それから上になると、これは業想念がみんなそこに集まって、みんなに代ってやらされているのだ、悪い役割をしているのだ。かわいそうに。こういう業想念がこの世から消えますように。世界人類が平和でありますように、とこう三段階に上ってゆくわけである。

みんなが全部、罪を憎んで人を憎まず、というように出来るようになるればいいのであるけれどね。みんな代ってやって下さるのだな。みんな菩薩様なんだというふうに、そこまで心境が高まるように願いたいものである。」(1961年9月号45ページ)

「斉藤さんが新聞で見た殺人の記事で、犯人の矢野の守護霊さん申し訳ありませんでした、と矢野に代わって思ったそういう想いは、自他一体感というのである。

向うのやった事と、こちらのやった事と同じになって、向うのやった事は斉藤さんの中に入って来て、消えてゆく姿となったわけある。だから斉藤さんが守護霊守護神になったわけある。そのように高まればいいのである。

罪を犯した人があったら、世界人類が平和でありますように、その人

の天命が完うされますように、どうか守護霊さん守護神さんお願いします、とやればその罪はそれだけで消えてゆくわけである。世界平和の祈りの中に入ってしまうわけだから、罪一等を減ぜられるのである。

だから矢野というのが悪いことをした。斉藤さんが「矢野さんの守護霊さんごめんなさい」と言った時には、矢野の業想念がそれだけ消えたわけなのである。幽体の中の業想念が、それだけ消えて減ってゆくわけ。それが世界平和の祈りである。

だから憎んでもいいから、そのあとで世界平和の祈りをすれば、憎んだ想いも向うの犯した想いも、みんな消えてゆく姿になって、光の中に入って消えてしまうわけである。それが一番積極的な生き方なのである。」(1961年4月号44ページ)

祈る上で、最も留意する点は、常に本心と業想念を区別することです。いろいろな不調和な現象を目の前にして、その現象に反応して動揺している自分が業想念であり、それをじっとみつめている、静寂そのままの自分が本心であり、自分の意識が本心の自分と一体化された時、自分の心身を通して、この肉体界を愛と調和へと向かわす、宇宙神の光が放射されるといわれているのです。