

## 試論・民族総福音化への道 (10)

### 先ず早天祈禱から

副総裁兼事務局長

手束 正昭

*Tetsuzo Masuaki*  
（高砂教会牧師）

10

少し前、ある教会員が日本経済新聞の特集記事を持ってきてくれた（二〇一〇年三月七日付）。見出しは「がんばって『朝活』」とあり、読んでみると興味深い。最近若者達のうちに、早起きして朝の時間を有効に活用しているという運動が起きているという。早く起きて、「朝食会」朝の交流会などに参加して、人脈の広がりを作ったり、情報を得たりするという。そうすることによって、「働いて寝るだけの生活」という閉塞感から脱し、充実感や意欲が湧き起こってくるというのだ。何と二〇一〇〜三〇代代の働く男性の三十九パーセントが「朝活」を実践しており、七十九パーセントが朝の時間を有効に活用したいと答えたというのである。するとこの現象は従来の「若者は背伸びの朝寝坊」という常識を完全に覆す、新しい社会現象と言えるのではなからうか。

それでは何故、このような不思議とも言える現象が起こってきたのであろうか。記事によると、この背後には現在進行しつつある深刻な不況があるという。残業が減つて

ざず、私にはもつと奥深い理由があるように思える。

確かに、現在の深刻な不況がその背後にあるというのはそうであるが、それはもつと奥深い理由があるように思える。

確かに、現在の深刻な不況がその背後にあるというのはそうであるが、それはもつと奥深い理由があるように思える。

「朝活」の要因だといふ。しかしそれは表面的な分析に過ぎない。本当の理由はもつと別な所にある。それは、元々日本人の深層にあった早起きの伝統の復活であり回帰である。日本には早起きを推奨する諺が多くある。最も有名なのは「早起きは三文の得」であるが、その他にも、「朝起きは七つの得あり」、「朝起きは家に福来る」、「朝起きは富貴の元」等々枚挙にいとまない。勿論早起き推奨の諺は欧米にもある。Early to bed and early to rise makes a man healthy, wealthy and wise.（早寝早起きは人に健康と富と知恵を授ける）や Early bird catches the worm.（早起き鳥は虫を捕らえる。私の住む播州地方にもこれと酷似した諺が古くからある。「早起き鳥は餌に困らぬ」などが知られているが、その数たるや日本と比べると大きな差がある。日本には欧米と比べて比較にならない「早起きの伝統」、「早起き文化」があったのではなからうか。その古き良き伝統文化が、今日復活を始めたと言えないだろうか。

その朝活ブームの流れから生み出された冊の書物が今話題を呼んでいる。池田千恵なる若い女性が書いた「朝四時起きですべてがうまく回り出す」という本である。彼女は二度に渡る大学受験の失敗を反省し、早朝勉強で成果をあげ、慶応義塾大学総合政策学部に進学に合格。卒業後、ワタミ・フードサービスに入社したが、仕事がうまくいかない。悩みの中で、彼女は再び早起きの効用を思い起こし、それを実践することによって、次の外資系コンサルティング会社で成功。現在は独立して、朝の時間を有効活用する大人の学び場「Balance スロジエクト」を主宰。「朝活ブーム」に火をつけ回っている。

要するに、この書物を通して彼女が主張していることは、早起き（彼女の場合は四時起き）の習慣化によりマイナスのエネルギーをプラスに転化できるのであり、それによって大きく人生を変えられることができるということであった。別言すれば、早起きは否定的後向き感情を追い出し、肯定的前向きの思いを培うという効用があり、それによって内側に潜在している可能性を引き出していくことなのである。確かに私達の周囲には、私達を否

定的な方向に追いやる出来事が溢れており、放っておけばいつの間にか私達の感情は否定的なものによって覆われてしまう。それを撥ねのけていかなければ、可能性は封殺されてしまう恐れがある。それを撥ねのける最も良い手だてが早起きにあるというのは、既に日本の文化・伝統の中で実証済みのことなのである。すると、今日若者達の中に起きている「朝活ブーム」は、古き良き日本文化の復活であるばかりか、「日本再生」の鍵の一つになるのかも知れない。

このように、早起きだけでなく人間性の開発に大きな成果をもたらすとするならば、その上に祈り、天からの溢れる恵みと力と祝福に与っていくことにより、一体私達の人生が、どれ程豊かに成り得るかは十分に想像できるであろう。クリスチャンにはその特権が与えられていると言つてもよい。早天祈禱を通して、私達クリスチャンはその特権を行使することになるのである。それ故に日本のクリスチャン達は（特に牧師は）朝早く起きて、教会に行つて祈るべきである。それは、日本の文化に即応する行為であるが故に、やろうと思えば容易に実践することのできるものである。そしてそこに、教会の復興と成長の秘訣が横たわっているばかりか、日本再生の道が開かれていくのではなからうか。

このように、早起きだけでなく人間性の開発に大きな成果をもたらすとするならば、その上に祈り、天からの溢れる恵みと力と祝福に与っていくことにより、一体私達の人生が、どれ程豊かに成り得るかは十分に想像できるであろう。クリスチャンにはその特権が与えられていると言つてもよい。早天祈禱を通して、私達クリスチャンはその特権を行使することになるのである。それ故に日本のクリスチャン達は（特に牧師は）朝早く起きて、教会に行つて祈るべきである。それは、日本の文化に即応する行為であるが故に、やろうと思えば容易に実践することのできるものである。そしてそこに、教会の復興と成長の秘訣が横たわっているばかりか、日本再生の道が開かれていくのではなからうか。

このように、早起きだけでなく人間性の開発に大きな成果をもたらすとするならば、その上に祈り、天からの溢れる恵みと力と祝福に与っていくことにより、一体私達の人生が、どれ程豊かに成り得るかは十分に想像できるであろう。クリスチャンにはその特権が与えられていると言つてもよい。早天祈禱を通して、私達クリスチャンはその特権を行使することになるのである。それ故に日本のクリスチャン達は（特に牧師は）朝早く起きて、教会に行つて祈るべきである。それは、日本の文化に即応する行為であるが故に、やろうと思えば容易に実践することのできるものである。そしてそこに、教会の復興と成長の秘訣が横たわっているばかりか、日本再生の道が開かれていくのではなからうか。

このように、早起きだけでなく人間性の開発に大きな成果をもたらすとするならば、その上に祈り、天からの溢れる恵みと力と祝福に与っていくことにより、一体私達の人生が、どれ程豊かに成り得るかは十分に想像できるであろう。クリスチャンにはその特権が与えられていると言つてもよい。早天祈禱を通して、私達クリスチャンはその特権を行使することになるのである。それ故に日本のクリスチャン達は（特に牧師は）朝早く起きて、教会に行つて祈るべきである。それは、日本の文化に即応する行為であるが故に、やろうと思えば容易に実践することのできるものである。そしてそこに、教会の復興と成長の秘訣が横たわっているばかりか、日本再生の道が開かれていくのではなからうか。