

生命の暗号 サムシンググレード

村上和雄 サンマーク出版

- * 成人の赤血球は 1 日に数千億個壊れ・ほぼ同数作られている、腎臓や肝臓のタンパク質も凄い速度で分解され再生されている。
- * **アルコールの害**～一般に水に溶ける物質は油に溶けない、油に溶ける物質は水に溶けない、ところがアルコールはこの両方に溶ける、従って胎盤を簡単に通過して赤ちゃんの中にしみこみ遺伝子レベルに悪影響を与えて障害を引き起こし易くお母さんが**タバコやアルコール**を吸ったり飲んだりしたと思った瞬間に胎児から、あるシグナルが出ていることが確かめられている。
- * 師友塾の大越俊夫さんは不登校や引きこもりの子供を引き取り、丸ごと受け入れ、アットホームに塾生を楽しませ、その心を活性化することに主眼を置いており、やがて子供達は元気を取り戻している、年中ヒマを惜しまない誠実な方法で子供達に学び・遊びの楽しさや感動を与え心の環境に変化をもたらすそして眠っていた遺伝子のスイッチをオンにする教育方法を採用、既に卒業生は5千人を超えている。
- * **幸せになる秘訣**は“幸せそうにしていること”そういう考え方、心の在り方、人生の態度が健康とか長寿といった肉体的好影響をもたらす。
- * 好きなものの中に自分の目的がある (**生き甲斐=人生目標**)～各々のものはそれがつくられた目的に向かって惹かれる、それが引かれるものの中にその目的がある、だからまず、好きなこと・興味がある得意な事から始める、そうすれば、その点に・或いはそれに沿って自分の生涯の目的や目標が見えてくるその過程を喜んだり、悔しがったり、泣いたり、笑ったりしてイキイキこなしていく…それが遺伝子を100%オンにして生きていくことになる。
- * 世界のノーベル賞を目指すのは無理としても自分自身の設定するノーベル賞を目指すためには二つのポイントがある
 - ① 環境を変える事
 - ② 利他的に生きる事が大事な条件と言える、変えるにしても受け身はダメ、自ら動き外的環境を変えることです。
- * 江崎玲於奈先生が若手に向けて発した「ノーベル賞受賞の為に」してはいけない“5つの条件”とは以下の通りであり遺伝子を「オン」にする指針で生き方の参考ともなる。
 - イ. 従来の行きがかりに囚われてはいけない折角のチャンスを失う事になる
 - ロ. 大先生にのめりこんではいけない、自由奔放な若さを失う

ハ、なんでもため込んではいけない、脳のメモリーコードに限度があるから、
無用のものは捨てる事

ニ、戦うことを避けてはいけない、自然の驚異に感動するという初々しさを失
うことになるから

*学問に対する本当の喜び

第一に、日々の精進と探求によって“分からないことが分かるようになる”

第二に、その成果が“人の役に立つこと”

～この二つに勝る喜びは他にない

*サクセスフル・エージング・・・健康で長生きするための“不老学”の研究

～老いることを科学的に解き明かして、いかに若々しく、健やかに、美しく、
生き甲斐をもって年を重ねていくか、不老長寿の方法を医学・運動学・栄養学
更には遺伝子学・心理学と、総合的にアプローチしていく・これからの学問に
着手している。

～ある運動をした時に、どの遺伝子がオンになったとか・どの程度オンになっ
たか、かなりの精度で解明できるのでデータを取り・ガイドラインを作る

*自然の摂理に従って生きていく

～大学生よりも、優秀な学校へ行けない子供達・不登校児は彼ら自身の問題で
はなく学校や社会がつくる、彼らは落ちこぼれではなく「学校へ行かない道」
を選んだ事が実感されるので教育環境さえ変えれば彼らの能力はオンになる
その事を26年も前から理解し実行しているのが師友塾の大越俊夫さんそして
実践している不登校生の再生法は遺伝子オンの方法と非常に共通している。

そのⅠは**環境を変える事**～塾では学ぶこと以上に「癒し」「遊び」をふんだん
に取り入れている。

そのⅡは**元気を重視**し、感動を与える事、生命に火をつける教育、イキイキ・
ワクワク心を活性化させること

< 人生の暗号 >

*テイストがいい・・・

京大総長をされた井村裕夫先生は世界的に有名なF・サンガー博士について
2度目のノーベル賞を受賞した後でサンガーは「あなたは大変すばらしい実験
技術を持っていると人々は言っていますが」との質問に答えて「私はいろんな
実験をやっていますが大抵はうまくいかない、実験には忍耐が必要であるし、
うまくいかないことを気にしてはいけないのです」と、普通の方法でやって
みて、みたことのない変な結果が出る、その時に「しまった!ではなくて、
なんだ・これは面白いぞ」と、言うようにとらまえる事のできる人であること

*アメリカの大学では定年制を取り払い、研究できる有能な人は、いつまでいて
も良い、但し、ダメな人はいつでもクビ・・・

日本の国立大学の殆どは 63~65歳で定年制度があり日本人の有能な人が定年で退官したが、その人の父親はアメリカで 80歳過ぎても現役で活躍している。

*潜在意識に働きかけることは、実は遺伝子に働きかける事であり、心をコントロールすることで眠っている遺伝子を起こし起きては困る遺伝子を眠らせるオンとオフのことである。

天才と凡人の間には才能や能力で天地ほどの差がある、と考えられていたが世界一流の学者と知的障害の基本的遺伝子の差は1%内外しかない事が判明、人は誰でも、とてつもない能力を持っている、**火事場の馬鹿力をはじめ眠っている遺伝子をオンにするだけでよい。**

* 伸びるタイプ

イ. 物事に熱中できる・ひたむきさのある人

ロ. 持続性のある人「寝ても覚めても」の前提があつて“閃き”が起る。

このことは無意識で、そのことを考えるレベルまで達した時、何の前触れもなく閃く。

ハ. 常識に縛られない自由闊達さを持つ

江崎玲於奈先生は「私の着眼点が良かったのは既成概念とは異なる結果が出た時、その重要性を即座に見抜き、興味を持って原因究明に取り組んだ事」

*マズローという心理学者が人間の可能性を阻害する要因として

- ① いたずらに安定を求める気持ち
- ② 辛いことを避けようとする態度
- ③ 現状維持の気持ち
- ④ 勇気の欠如
- ⑤ 本能的欲求の抑制
- ⑥ 成長への意欲

以上6つの欠如を遺伝子のオンを阻害している条件としている。

*どんな成果も全て先人のおかげとの考え=アインシュタインの相対性理論もダーウインの進化論も先人たちの努力がなかったら二人の業績は絶対に生まれない、このことは他の分野でもいえる。

ノーベル賞を貰った作品は当人も称賛する人も「その作品を支えている言葉はオリジナルなものではない全て先人たちの遺産」だと

* ピンチこそ成功の節目

大変なピンチに会った時、全体での解決すべき事が「10」あるとして、その内1~2努力すれば8~9はサムシンググレードが何とかしてくれる、全ての見通しをもって何とかしようとするとは応援なしでは何もできない

*デルブリュック氏(ノーベル医学・生理学賞受賞)が有名な科学者ボーアに出した手紙の中にドイツの詩人の詩を引用

「天分これを持たないものがいようか、才能は単なる子供のオモチャ、真剣さのみが人を人とし、汗のみが天才を作る」

* ガイア仮説～**助け合い・譲り合い・分かち合いが本当の進化の原動力**で、人は感動するとやる気が出てくる、身近なことでの感動が大切です。

* 本田宗一郎氏～私の現役が成功というなら、それは過去の失敗が土台作りをしてくれたものだ、仕事はみんな失敗の連続だ！

* 最後に生き残る人々は譲る心を持った人

～ダーウインの進化論と異なる新しい考え方の特徴は、いずれも共生的な考え方をとる（弱肉強食との対極）共生的な進化論は雑誌に掲載されるまで12回も拒否された、個々の細胞は常に全体に奉仕する形で働いている、そして全体は個々の細胞が生きられるようにコントロールしている、又個々の細胞間でも助け合いや、分かち合いが行われており、その姿は自然の世界の理想的な在り方をそのまま体現している、**サムシンググレードの存在と働きを知った**ときには「つつしみ」と「助け合い」は本物となる。

* 最新のコンピュータに「**どんな人間が生き残れるか**」を推測させたところ、力の強い人・競争に勝ち抜いていく人等の大方の予想を裏切って「**譲る心を持った人**」という回答が出た、これの意味するところは「他人の為に第一に考える人が結局は報われる」このことは遺伝子の働きからも納得できることで人の心は「他人の為に」献身的に努力している時に理想的な状態で働き、良い遺伝子がオンになるのです。

他人のために何かすることほど自分に役立つことはない、自分の心を充実させたかったら、人の心を充実させ手上げ、自分が成功したかったら人の成功を心から望む、そういう生き方をすればいい！

* 自分が考えている以上に力を出せた理由

～それはどんな時でも明るく・前向きに考えることが出来たから、人間というものは本来は毎日がうれしくて、楽しくて、イキイキワクワク・ワクワクし乍ら生きるのが理想、そしてそのための一つの大きなコツは「**自分のする事が周囲の人の喜びになるような行いをする事**」です、これがイキイキ・ワクワク生きる最大のコツです。

～恋をする女性が美しくなるのもこの理由です、そして遺伝子のスイッチはオンです、自分の存在が何かの役に立っていると分かれば、人は生き甲斐を感じます。

（ 完 ）