「新たなる生命の時代」

＊＊＊目 次＊＊＊

はじめに ・・・ 生命思考 1
ガイア理論 4
文明法則史学 6
歴史の持つ生命から学ぶ 8
生命の形と法則 9
共生 10
循環 13
フラクタル 15
コラム ～ 自然に癒される 17
形には意味がある 18
東洋の時代 20
陰と陽 21
コラム ～ 魔法のメガネ 23
精神と肉体 24
コラム ～ 生命をいただく 27
生命体から生命系へ 29
Everything Great 30
生命とともに 31
附記 ・・・ ガイアの法則 32
あとがき 34

はじめに ・・・ 生命思考

地球に生命が誕生したのは今から４０億年前、原始的な原核細胞生物から少しずつ進化を重ね、これまで人類をはじめ数え切れないほど多くの動物や植物が、この地球上で生命の営みを続けてきました。

最も身近な存在であり、神秘に満ちた尊いもの、生命（いのち）、生命とは何でしょうか。
その生命の存在、継承はどの様な仕組みによって支えられてきたのでしょう。

近年科学技術の飛躍的進歩により、原子、素粒子のようなミクロの世界から宇宙の果ての星々まで、それらの様子を仔細に知ることができるようになりました。
しかしいくらそれらひとつひとつの形が解明されたとしても、それらがどの様に結びつき、互いに助け合っているのか、それが分からなければ、生命の本当の仕組みを理解することはできません。

昔の田んぼは生きものたちの宝庫でした。
田んぼの中にはたくさんのカエル、ドジョウ、タニシ、ヤゴなどがいて、それらが精一杯生きるとともに、互いが生きやすいような環境ができていました。
これは互いの生命を生かし合うひとつのまとまった生命であり、生態系です。

このつながりは男性と女性、原子核と電子、海と陸地、地球と太陽なども同様です。
この宇宙に存在するすべてのものは何らかの形で共同体のひとつとなり、互いに深く関係し、助け合い、多層的な共生関係を成り立たせています。

これまでの価値観の中心であった科学、特に近代科学は、
『全体は部分の集合体であり、その部分を知ることで全体を知る』
という要素還元型の思考です。
けれどこれは、全体の本質を知ることの一部分でしかありません。

全体は、単なる部分の総和ではありません。
会社や学校、家庭という組織において、メンバーとなる人たちの能力が特に秀でていなくても、お互いの相性や素晴らしいリーダーに恵まれた場合、全体としてとても大きな力を発揮することがあります。
野球やサッカーといった団体スポーツでも、個々の選手の技量が高いだけでは勝つことができません。
全体としてのチームワークをいかに取るかが大切であり、個人という部分を見ているだけでは、全体としての力や性質を推し量ることはできないのです。

愛らしい子猫の可愛らしさはどこにあるのでしょう。
それを知るために猫を解剖し、臓器を分析し、細胞、分子、原子と微細なものを突き詰めていったとしても、子猫の可愛らしさの秘密を知ることはできません。
子猫が懸命にミルクを飲み、身近なものと戯れる、その躍動する姿、周りとの関わりの中にこそ、生命の本質が隠されています。

全体の持つ力や性質は、個々の働きとともに、それらと周りとの関わりが大きな影響を与えます。
相乗効果という言葉があるように、1＋1は必ずしも2ではなく、場合によってそれが10にも100にもなることがあるのです。

部分から真理を求めようとする科学的思考が間違っているのではありません。
科学というミクロ（極小）を探究する思考はひとつの極であり、これだけで完全とはなりません。
その対極である全体から部分を捉え、全体がひとつの生命のつながりで結びついていると考える生命思考、マクロ（極大）思考があり、この二つが合わさってひとつとなり、真理を見つめるための完成した形となります。

人類は18世紀ヨーロッパで起こった産業革命以降、急速に文明を発達させ、物質的豊かさを享受してきました。
そしてそれと同時に、その文明によって取り返しのつかないほど大きなダメージを地球環境に与え、日本のみならず、世界中で毎年のように異常気象や天災が発生し、汚染された環境によって大きな弊害が生まれてきています。
また巨大な破壊力を持つ核兵器も2018年現在、世界に14000発以上存在し、その力は人類を何度も壊滅させることができるほどです。

今世界は爛熟した近代文明と科学技術を持てあまし、数年先をも見通すことができないほど混沌とした状態に陥っています。
この行き詰まりの状態から脱するには、現在の世界を律している価値観を大きく変えていくことが必要で、その鍵となるものが、これまで欠けていた全体を見てバランスを重んじる生命思考です。

モノの豊かさと心の豊かさ、文明と自然環境、近代化と伝統、・・・全体を見渡し、そこから調和とバランスを取っていく、そのことが求められています。

科学的思考と生命思考は、互いに助け合うことができます。
科学技術の発達により、生命の微細な仕組みが分かるようになり、それによって全体の働きがより深く理解できるようになりました。

人間は昔から病に冒された時、神仏に祈りを捧げたり、「病は気から」と言うように、気持ちを明るく持つことによって健康を願ってきました。
これは宗教的伝統や迷信といった非科学的なこととして扱われてきましたが、人体を外部の敵から守る防御機能の働きを調べていくと、人間の心の持ち方によって生体の免疫力が上がり、それによってガン細胞の自然退縮すら起こるということが分かりました。

これまでの科学で、人間の心と体はまったく別のものとして扱われてきたのが、科学技術のさらなる発達により、心身一如、心と体はつながりを持っているという生命の仕組みの一端が、数値として明らかになってきたのです。

科学的思考と生命思考は自転車の両輪のようなものです。
車輪がひとつしかない一輪車でも走ることはできますが、乗りこなすためには熟練が必要で、
速く走ったり、坂道を楽に上ることはできません。
それに対して車輪が二つある自転車は、誰にでも簡単に乗ることができ、荷物を積んだり、遠くまで行くこともできます。
科学的思考と生命思考は、お互い自転車の両輪のように力を合わせ、持てる力を最大限に発揮します。

これまでは、部分を重視する科学が中心の時代でした。
そして科学的でないものは非論理的として一段低く扱われてきましたが、これは誤りです。
科学が論理であるように、全体を見渡して観察する生命観もまた論理です。

科学とは、周りとの関係を断ち切った部分のみを観察する、いわゆる閉鎖系の手法です。
学校の物理の授業では、落下するものの速度vは加速度gに時間tをかけたもの、v=gtであると教わります。
けれど実際に外でものを落としても、この公式通りにはなりません。
それは大気中には空気があり、風が吹き、落下するものに抵抗がかかるからです。

科学とは、閉ざされた実験室や試験管、ビーカーといった、外からの影響をまったく受けないところでの論理を求めるものです。
それに対して生命は自然環境の中にあり、周りのすべてから影響を受けるダイナミックなもので、環境に対して開かれた開放系であり、複雑系とも呼ばれます。

ですから科学が、何度実験しても同じ結果が繰り返される「再現性」と、誰がやっても同じ結果が得られる「客観性」を持ち、その正しさが簡単に認められるのに対し、生命の観察は時間を要し、様々な周りからの影響があり、その結果を厳密に判定することが困難です。
それゆえに間違いが生じることもあり、またその正しさを証明することも難しく、それが時として生命思考が批判される要因となっています。

科学的思考と生命思考は対極であっても、相反するものではありません。
どちらも欠くことのできないものであり、科学的事実を踏まえ、その上で冷静かつ長期的な目で自然や生命全体を見つめていくことが大切です。

自然は多種多様で複雑な関係を持っています。
そしてその根底には、極めてシンプルで美しい法則やリズムがあり、それが生命の持つ法則、実相なのだと感じます。

ここで述べていることは、絶対に真実だと言い切ることも証明することもできません。
生命の尊さは絶対ですが、そのあり様は、すべてのものとの関わりの中にある相対的なものです。

生命の法則は知ることではなく感じ取ることです。
そしてその法則を感じ取ることが、自然や生命、すべてのものを理解する大きな働きにつながるものと考えます。

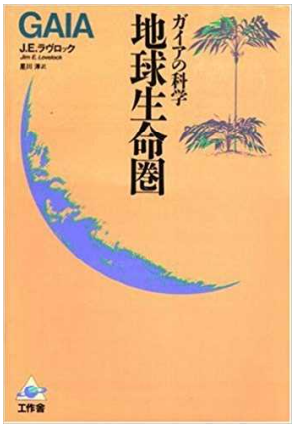
この冊子では、生命の持つ法則をできるだけ分かりやすく簡単にまとめてみました。
一人でも多くの人がこの生命の法則に触れ、来たるべき明るい未来を築く大切な役割を担っていただくことを願います。

ガイア理論

～ 地球はそれ自体が大きな生命体である。
全ての生命、空気、水、土などが有機的につながって生きている。
これをGAIA（ガイア）と呼ぶ。～

ジェームズ・ラブロック

1979年、生物物理学者ジェームズ・ラブロックは、著書『地球生命圏ーガイアの科学』において、地球はひとつの有機生命体『ガイア』であるという理論を提唱しました。
「ガイア」とは、ギリシャ語で「大地の女神」を意味します。



地球生命圏ーガイアの科学

ジェームズ・ラブロック著　工作舎

『地球とは、単なる岩石の球ではなく、水分と大気を持ち、そこに生息する生命種と共に、
温度・環境を調節する生命システムである』

ラブロック博士のこの説は、当初「ガイア仮説」と呼ばれていましたが、地球は地表に生息する数多くの生命体がその生命を維持するための最適の環境を守り続ける「恒常性」を持っている、という証明がいくつもなされるようになり、現在は「ガイア理論」と呼ばれるようになりました。

恒常性とはホメオスタシスとも呼ばれ、人間であれば健康を維持し、病気や怪我を自然に治癒する力に相当します。
ただの物質の塊であると考えられていた地球がこのような恒常性を持つことは驚異ですが、だからこそ、何億年もの長きに渡り、多くの生物が生命を存続させることができたと考えることができます。

地球に暮らす生命体は、その生命をガイアの絶妙なバランスの上に成り立たせています。
そのバランスは、ほんの数パーセントでも違えば生命を維持することはできません。

地球上に最初の生命が現れたのはほぼ35億年前のことである。
その間、太陽からの放射熱や地球の表面特性、大気の組成などは大きく変わっているものの、地球の気候はほんのわずかしか変化していません。

塩分濃度は、6％を超えるとほとんどの生物が存在できなくなります。
現在の海洋成分は3.4%であり、過去常に6％以下に抑えられてきました。

メタン濃度は、地球上どこの大気を測っても、約1.5PPMとなっています。

酸素濃度は、低すぎると新陳代謝が行えず、高すぎると酸素中毒を起します。
また酸素濃度15%以下だと乾いた小枝にも火がつかず、逆に25%以上だと、熱帯雨林の湿った樹木でさえ激しく燃え盛り、大火災を引き起こします。
地球の酸素濃度は、ほぼ21%に保ち続けられています。

現在および過去の歴史を通して、地球の気候と化学特性は常に生命にとって最適なものであったように見える。
これが偶然で起こる確率は、ラッシュアワーの路上を目かくしで走ってかすり傷ひとつ負わないぐらい低い。

人間の身体の中には無数の微生物や細菌が暮らし、その微生物、細菌と共生することで生命を保っています。
人間をはじめとした動植物、生命種は、地球という生命体に宿り、共生している微生物のようなものです。

ですから人間や動植物もガイアの持つ生命の一部であり、地球がこれまで通り多くの動植物が暮らせるような環境を維持していくためには、急速な勢いで進んでいる環境汚染や森林伐採などを食い止めるとともに、たくさんの種類の生物による複雑な生態系を守る必要があります。

生物種の多様性を増せば増すほど、環境変化に対する対応力が増し、地球環境の調整機能は向上していきます。

ラブロック博士は、現在の地球は人体にたとえると、インフルエンザで発熱した状態にあると述べておられます。

人間が病に冒された時、発熱や発汗、震えを起こし、全身に湿疹が現れることもあります。
それはガイアにとっても同じであり、異常気象や地震、津波といった自然現象は、病めるガイアの自己調節機能と言えるかもしれません。

このガイアの発熱を抑え、真の健康を取り戻し、人類とガイアの理想の共生関係を取り戻すことが急務です。

近年『地球にやさしい』という言葉をよく耳にします。
これは“地球のため”という以前に、地球に暮らさせてもらっている“人類が平和に暮らすため”に必要なのだということを忘れてはなりません。

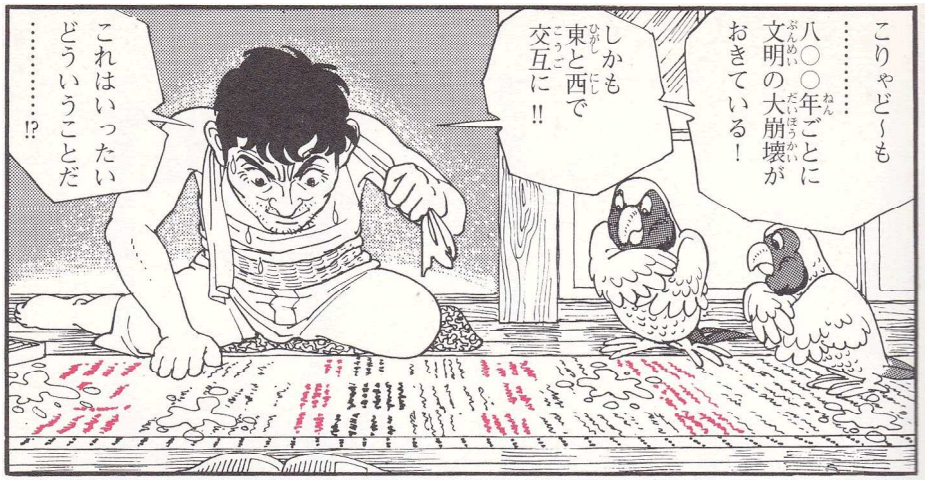
～ 子供は親を鏡に育つよね。
人間は、地球を鏡にして生きなくっちゃあ。～

坪田愛華

文明法則史学

文明法則史学とは、長年歴史の研究を続けてきた故村山節（みさお）先生が、1938年に発見した歴史の持つ生命リズム（バイオリズム）とその法則です。
これはこれまでの歴史学の常識を大きく覆すものです。

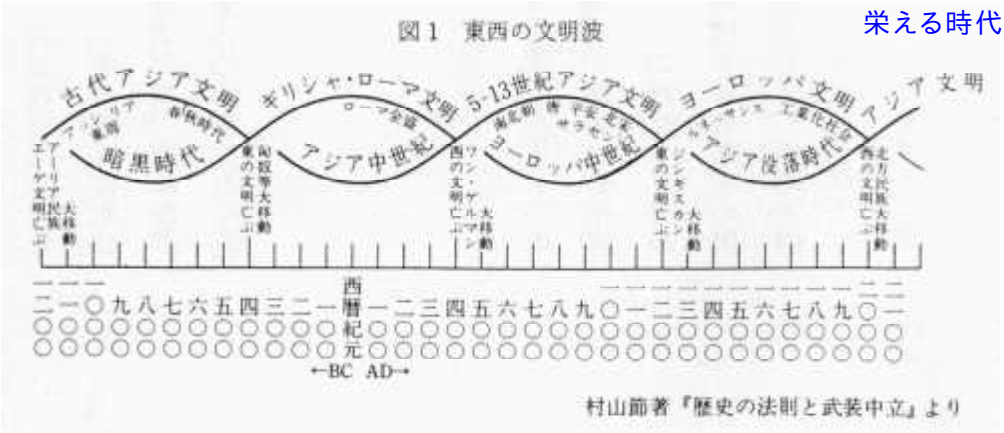
歴史は偶発的に起こる事象の集合体ではなく、ひとつの生命現象としてのリズムを持ち、そこからいくつかの法則性を見て取ることができます。
村山先生は、そのことを自宅の廊下に長大な年表を敷き詰め、それを分析することによって発見されました。



林英臣著
「まんが歴志学」より

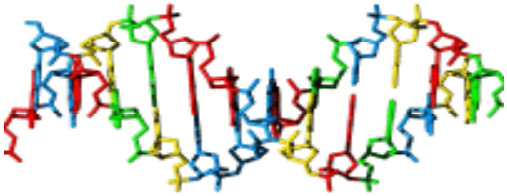
そのバイオリズムとは、世界を東と西の二つに分けると、文明はちょうど1600年周期で東と西で興亡を繰り返し、それを図で示すと、生命を司る遺伝子DNAと同じ形、二重らせん構造になっているというものです。

21世紀は、アジア文明が栄える時代です。



村山先生は、1600年周期の大きな文明の波をCC（シビリゼーション・サイクル）と名付けられ、そこには概ね四つの社会秩序が発生することも発見され、それをSS（ソーシャル・システム）と呼ばれました。
この歴史の二重らせん構造に乗る四つのSSの四という数字は、遺伝子DNAを構成するA、T、G、C四種類の塩基、また季節を表す四季とも同じです。

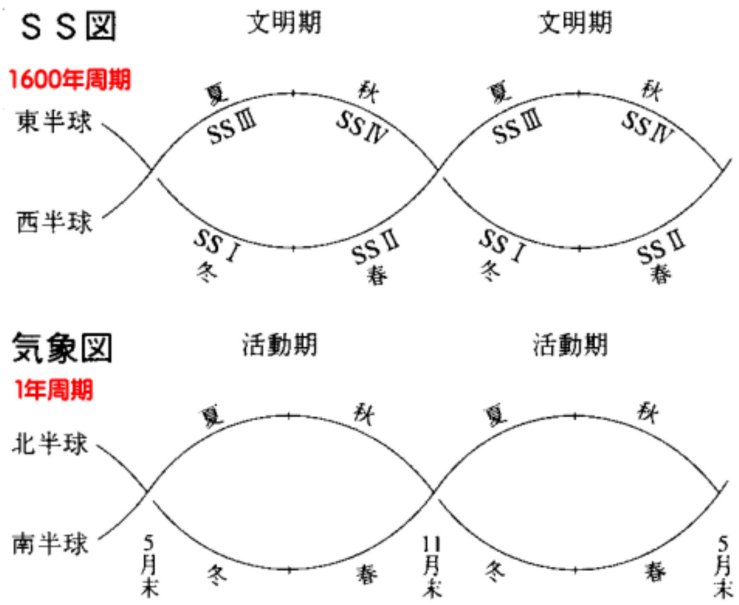
＜生命と文明の法則 ・・・ 二重らせん構造＞



遺伝子DNA

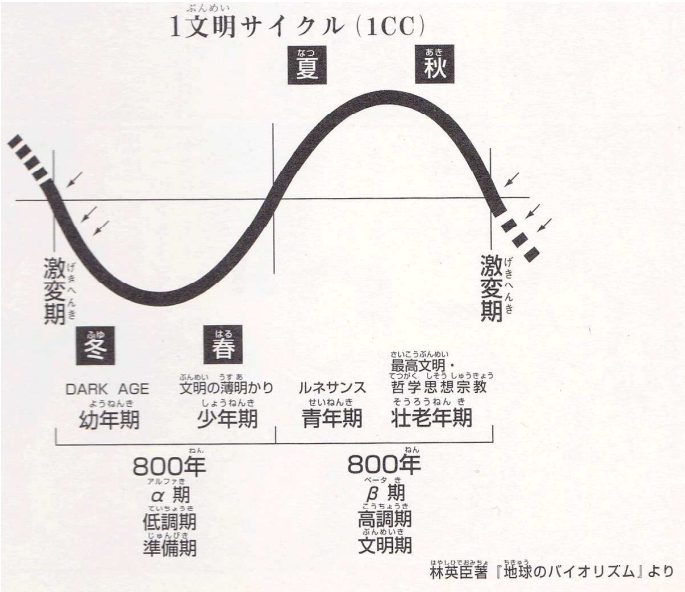
	軸	周期	構成要素
ＤＮＡ	空間	超ミクロ	四塩基
文明	東西	１６００年	４ＳＳ
季節	南北	１年	四季

このように歴史が1600年サイクルの東西文明の二重らせんを描くのと同様に、季節は南北で、一年サイクルの二重らせんを描いています。



村山節著「文明の神秘と法則」より

四季にそれぞれ特徴があるように、社会秩序SSにも冬（幼年期）・春（少年期）・夏（青年期）・秋（壮老年期）、それぞれの四季に相当する個性があり、冬は暗黒政治がはびこり、春に文明の薄明かりが見え、夏にそれが開花し、壮老期の秋には最高の文明が生まれ、哲学、思想、宗教といったものが創造されます。



歴史の流れと自然界のリズム、生命現象とには驚くほどの類似性があり、この研究は村山先生亡き後も多くの研究者によって続けられていて、その生命観の正しさは着実に立証され、広まりつつあります。

歴史の持つ生命から学ぶ

歴史の持つ生命観、文明法則史学から感じ取れることは大きく三つあります。

ひとつは、これまで生命とは無関係と考えられていた歴史に生命があるとするならば、他のもの、もしかしたらこの宇宙すべてのものに生命が宿っているのではないかということ。

二つ目は、二重らせん構造が生命の本質、あるいは生命そのものであるとするならば、その構造、働きを知ることが、生命をより身近なものにするのではないかということ。

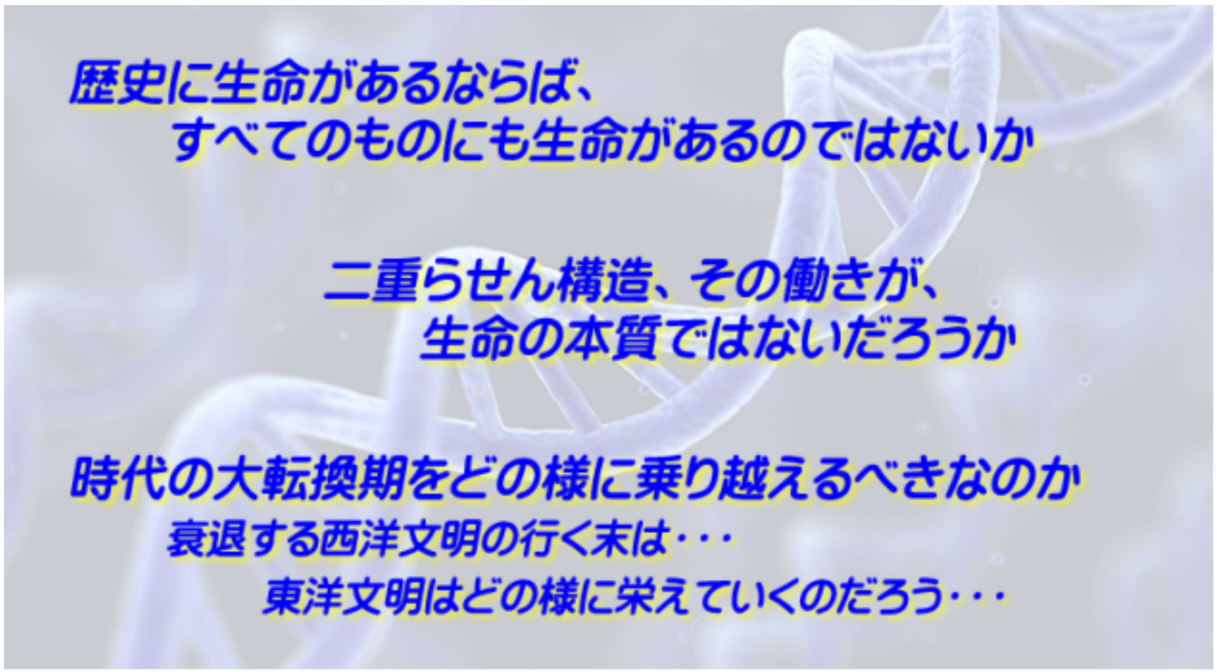
そして三つ目は、文明法則史学のバイオリズムから分かるように、今は大きな文明の転換期であり、これからは東洋の価値観を主体とした文明が栄えてきます。
この転換期をスムーズに乗り越えていくためには、滅びゆく西洋文明を静かに衰退させていくとともに、栄えゆく東洋の理を学び、それをなるべく早く広めることが求められるということです。

これまでの大転換期では、衰退する文明は、地域紛争や民族の大移動といった文明の流れがいったん途切れるほどの大きな崩壊を経ています。
けれど今、ここまで大きくなった西洋文明が崩壊するということは、人類全体が滅亡する危険性をもはらむ大きな事であり、それだけは絶対に避けなければなりません。

歴史のバイオリズムは四季の移ろいと同様、止まることを知りません。
その中で、歴史の大きな流れは決まっていても、それをどの様な形で迎えるかは、今を生きる人類の意志と行動にかかっています。

この大転換期に生を受けた者は、近未来、これから長い先までの人類の行く末を決定する大きな選択権を持っていて、それは極めて大きな責務だと考えられます。

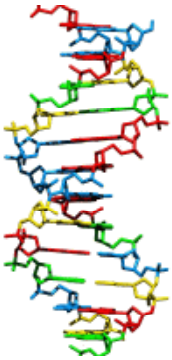
そしてそれを乗り越えるためのひとつの大きな知恵として、この文明法則史学が与えられたのだと感じます。



生命の形と法則

生命とは何なのか、そのひとつのヒントとして示されるのが、遺伝子DNA、文明法則史学の文明興亡図、南北半球の気象図で表される二重らせん構造です。

この二重らせん構造に生命の持つ本質をひも解く鍵が秘められていて、これを知ることが、生命をより深く理解することにつながるのではないかと考えられます。



遺伝子DNA

大脳から伸びる神経も二重らせん構造

これからは東洋の時代です。
その東洋思想の根幹をなすのが陰陽思想であり、その象徴と言えるものが太極図です。

太極図

この太極図は、陰を表す黒の勾玉（まがたま）の形と陽を表す白の勾玉の形で構成され、二つでひとつ、完全なる円を形作り、この二つは互いを求め合うようにぐるぐると循環することを表しています。

※ 太極とは、中国思想、易で言うところの『万物の根源』で、ここから陰陽が生じると言われています。

夜（陰）の世界は時間とともに昼（陽）へと変わり、昼もまた夜へと変わっていくように、この平面に時間軸という循環の理を垂直に加えると、まさに見事な二重らせん構造となります。
太古の人たちは、生命の本質が二重らせん構造であることを感じ取っていたのでしょう。

二重らせん構造から導かれる法則は三つあります。

ひとつは、二本のものが共存し、対極として支え合う共生関係を築いているということ。
二つ目は、その二つが循環しているということ。
最後三つ目が、共生、循環の関係がスケール（大きさ）を越えて成り立ち、それらが相似形、つまりフラクタル（自己相似形）であるということです。

共生、循環、フラクタル、この三つの法則が、生命の本質ではないかと考えられます。

二重らせん構造 とは、共生・循環・フラクタル

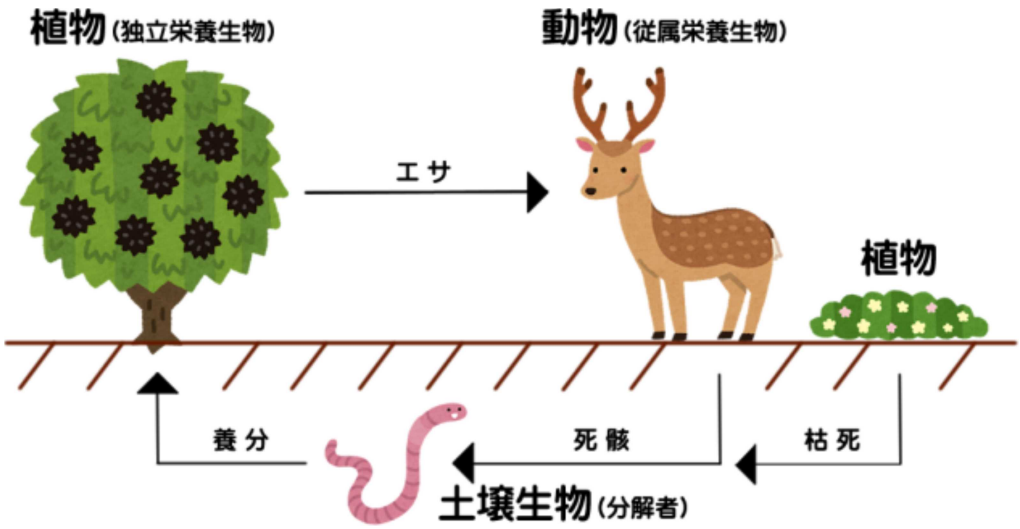
共生

この宇宙にあるものはすべて何らかのものと関わりを持ち、互いに影響を与え、役割を支え合っています。
そしてその関係を「共に生きる」と書き、共生と言います。

身近な動物、植物を例にとってみましょう。

動物は、有機物という栄養を摂って生命を保っていて、その栄養を他の生物に依存する「従属栄養生物」です。
ですから無機物を有機物に変え、自ら栄養を作り出すことのできる植物のような「独立栄養生物」がいなければ、生きていくことができません。

そして植物もまた、他の動植物たちが滅し、土壌生物などの分解者によって有機物が無機物となって土に還ったその養分を吸収することにより、生命を保っています。



草食動物は植物を食べることによって生き、肉食動物はその草食動物を餌としています。
そして草食動物、肉食動物ともに寿命が尽きて死んだ後は大地に還り、微生物によって土に分解され、植物の栄養源となっていきます。

動物は足や羽という移動手段を持ち、どこにでも行くことができますが、植物は動くことができません。
そこで自らの生息範囲を広げるため、種子を風に乗せて飛ばしたり、動物の力を借りています。

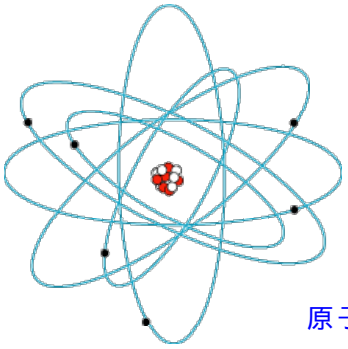
リンゴやミカン、ブドウや桃、果物はなぜどれもみな色鮮やかで美味しいのでしょうか。

それは動物たちに果物を食べ、種を遠くまで運んでもらうためです。
色鮮やかな果物、特に赤い色のものが多いのは、緑の森の中で動物に見つけてもらいやすくするためであり、甘く糖分が多いのも、鳥類やほ乳類などの動物に好んで食べてもらうためです。
動物たちに食べられた果物は、果肉は消化され、堅い種子は未消化のままフンとして排出され、その場所に苗木として新たな生命を得ることができます。

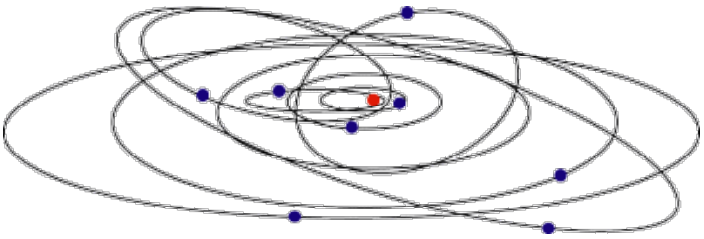
つまり果物が色鮮やかで美味しいのは、動物とのよりよい共生関係を築き、自らが生き残るための「植物の知恵」なのです。

周りの様々なものと役割を分担し、互いにバランスをとっている共生関係は、動植物の世界だけではなく、宇宙全体すべてのものに広がっていて、この宇宙には、周りの他のものと共生関係なしに単独で存在しているものは何ひとつありません。

ミクロの世界の原子、マクロの世界である太陽系も同様です。
原子は中央の原子核と周りを飛び回る複数の電子、太陽系は中央の太陽とその周りを周回する数々の惑星、これらがバランスを保ち共生関係を成り立たせています。



原子モデル



太陽系の概念図

地球が太陽の周りを一定速度で回り続けるのは、太陽と地球が互いに引っ張り合う重力と、地球が太陽から遠ざかろうとする遠心力が釣り合っているからであり、共生関係はこのバランスの上に存在します。

人間の身体を見ても、心臓から全身の隅々にまで血液を送るための動脈と、その血液を再び心臓に送り返す静脈があり、筋肉には伸びる伸筋と縮む屈筋があり、大脳は右脳と左脳、その他数多くの器官が役割を分担し、二つで一組の共生関係を持っています。

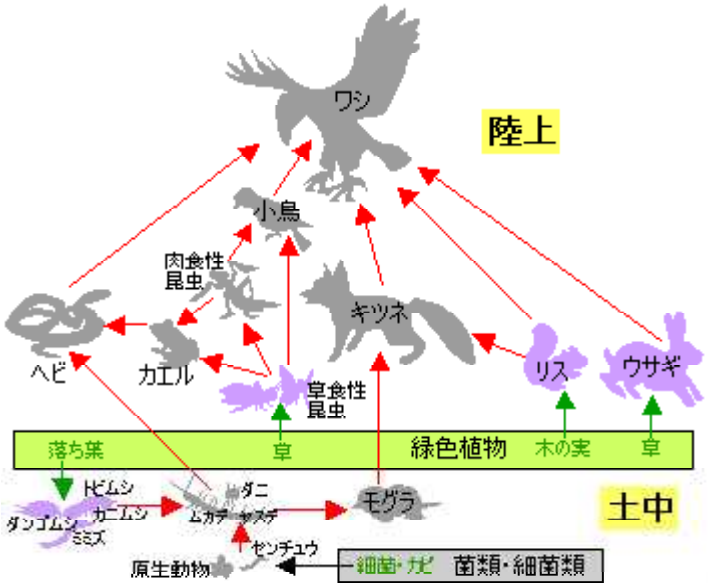
このように、この宇宙のありとあらゆるすべてのところに共生関係は存在し、それは男女、天地、心と体といった一対一のシンプルな関係が基本であり、これは東洋の陰陽思想でも説かれています。

～ 落ちていく枯れ葉だって美しい。
肥料にもなるし・・・。
木はそのことを知っているのよ。～

坪田愛華

共生関係にはより複雑なものも存在します。
多種多様な動植物による食糧需給のつながりは、捕食し、されるものが網目のように複雑に絡み合い、それは食物連鎖網と呼ばれています。

＜食物連鎖網＞



食物連鎖網は、多種に渡る
動植物たちの共生の姿とともに、
循環のあり様を示しています。

現在地球上には175万種の生物の存在が確認されており、その内の三割近くが絶滅の危機に瀕していると言われています。
動植物の食物連鎖網は極めて複雑であり、ある一種類の生物の絶滅は、その生物と共生関係を持つ他の多くの生物の存在をも危うくします。

日本では古くから森に棲息していたニホンオオカミが絶滅し、それに捕食されていた鹿が数を増やし、その鹿が樹皮を食べることによって多くの樹が倒れるという被害が出ています。

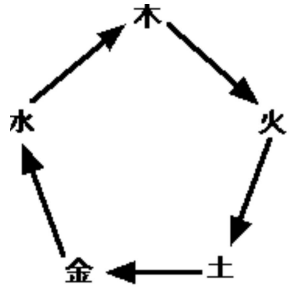
共生関係は複雑かつ微妙で多様性に富んでいて、それゆえに大きな環境変化にも耐えうる力を持つことができます。

多様性は生命体の持つ柔軟性であり強さです。
これから世界は時代の大きな転換期を迎え、価値観や環境が大きく変化していきます。
そんな中、その変化に対応する力を身に付けるためにも互いの価値観を認め合い、その違いを乗り越え、多様なものが共生していく社会を築き上げていくことが求められます。

循環

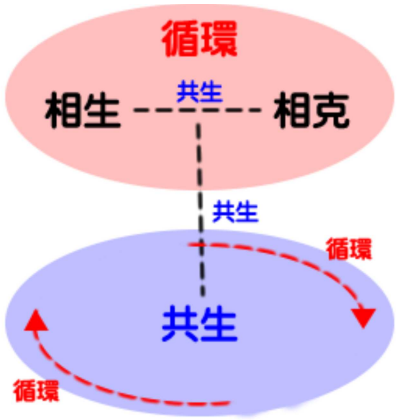
お釈迦様が『諸行無常』と説かれたように、この宇宙にあるものは、すべて時間の流れとともに移ろい、姿を変えていきます。
それはすべてのものが周りの何かと共生関係を持ち、その影響を受けているからです。

東洋では、共生は陰陽思想で示され、同様に循環は五行思想というもので表されます。
五行とは、この宇宙にある万物を木・火・土・金・水、この五つの要素で表したもので、この五つの要素である五行が、循環するように互いに活かし合い、滅し合っています。
下の図は、左は五行が活かし合う相生図、右が滅し合う（克する）相克図です。



相生図
活かし合う

相克図
滅し合う



循環の中に共生あり、共生の中に循環あり、二つでひとつの関係です。

相生図は、木が燃えて火が生じ、火でもって物質は灰となって土を肥やし、土の中から金属が生まれ、金属（ミネラル）が水を活かし、水が木を育てる、こういった活かす関係を示しています。

相克図は、木は土の養分を吸い取り、土は水をせき止め、水は火を消し、火は金属を溶かし、金属でもって木は切り倒されるという、相手の性質を滅する関係を示しています。

相生図と相克図、これも二つでひとつの循環を表す共生関係です。
ここで注意しなければならないのは、活かす関係が善で、滅ぼす関係が悪ではないということです。
生まれるものがあって滅びるものがある、この二つがバランスよく存在し、循環することによって調和が保たれます。
人間も赤ちゃんが生まれるばかりで死ぬ人がいなければ、地上に人間があふれてしまいます。

陰陽思想と五行思想が合わさり、陰陽五行思想と呼ばれます。
これはあまり身近でないと感じられるかもしれませんが、一週間の月火水木金土日、この七日間は、月はお月様で陰、日は太陽で陽を表し、残りの火水木金土は木・火・土・金・水で五行です。
つまり一週間の曜日は陰陽五行で成り立ち、共生・循環の理を表しているのです。

この宇宙のすべてのものが共生しているのと同様、すべてのものはまた循環しています。
そしてその循環の様子が形としてハッキリと見られるものが数多く存在します。

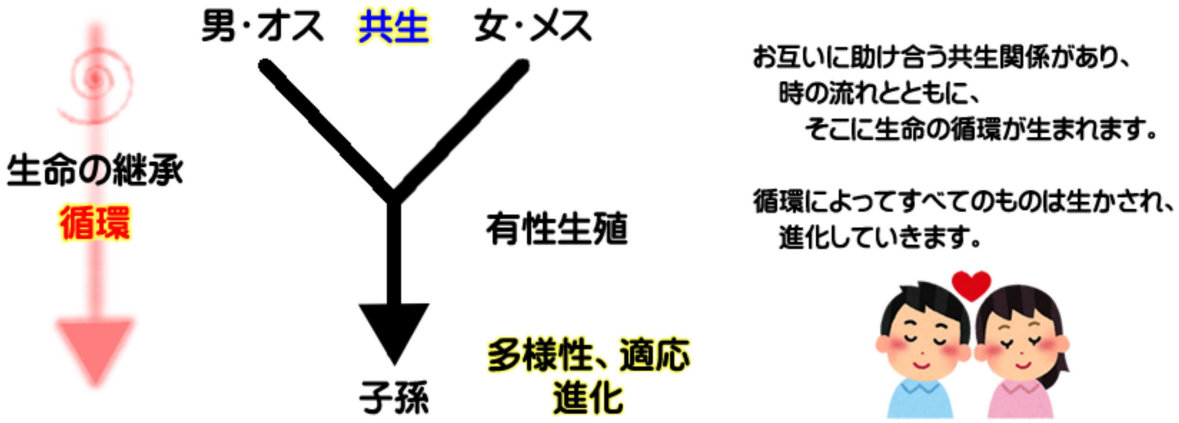
竜巻や台風、海流、渦を巻く銀河、貝殻、植物のつる、人体においても、頭のつむじ、脳、腸、指紋、内耳、胎児の姿などです。

循環は単純な回転ではなく、渦を巻きながら変化、進化していきます。
人類の文明は、東西二本の文明波がらせん状に進み、少しずつ進化を重ねてきました。
季節も四季を繰り返しながら、一年後に同じ季節が巡った時には、前年とは周りの環境、条件は必ず変化しています。

循環し続ける宇宙において、繰り返す循環のリズムは一定でも、時とともにそこに表れる形や現象は常に変化、進化し続けているのです。

生物も個体としての誕生と死を繰り返し、新たな子孫へと生のバトンを受け渡しながら、生命の循環によって種としての生命を保ち続けています。
その子孫を残すため、一部の微生物や植物を除き、ほとんどすべての生物は男女、オスメスという二つの性を持ち、有性生殖を行っています。
有性生殖は、両親の遺伝子を半分ずつ受け取って新しい個体を作るため、そこで多数の遺伝子組み合わせのパターンが生まれ、多様性を得ると同時に環境に適応した個体を作ることができます。

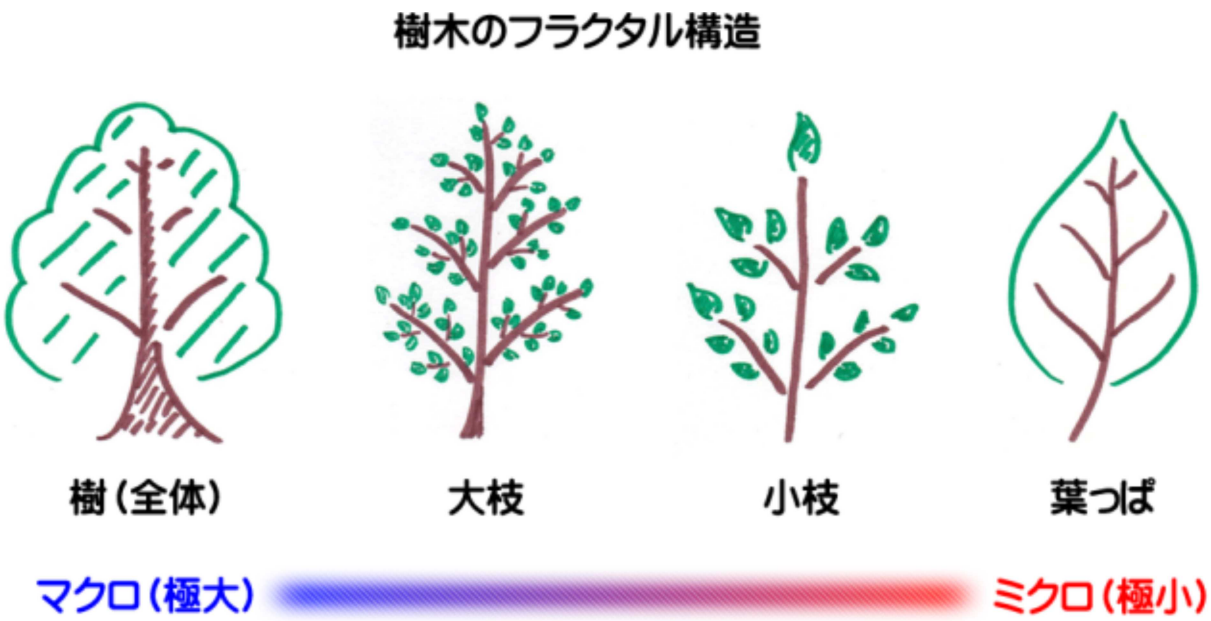
二つの性による有性生殖という共生関係は、循環による変化、進化を助けていて、どちらもなくてはならない関係と役割を持っています。



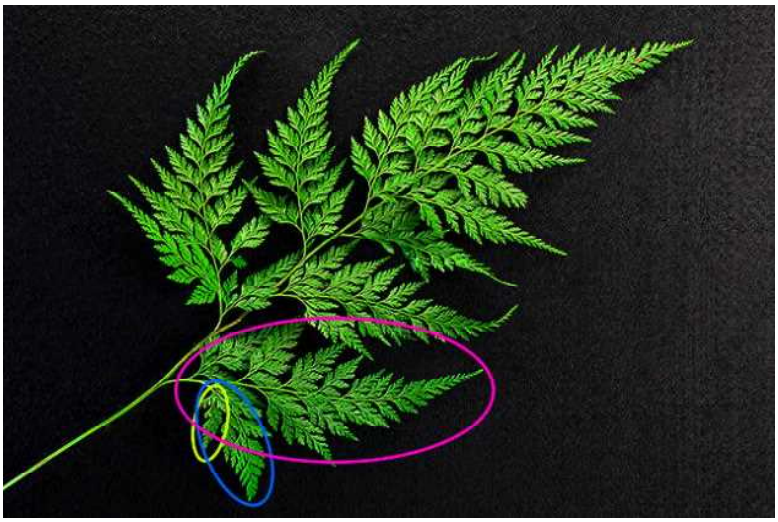
フラクタル

フラクタルとは、日本語で自己相似形という意味です。
ひとつのものを大きく全体で見ても、小さく部分的に見ても、そこに共通した形や性質を有するということです。
自然の中にあるものは、木、山、雲、海岸線、様々な造形が、このフラクタル性を持っています。

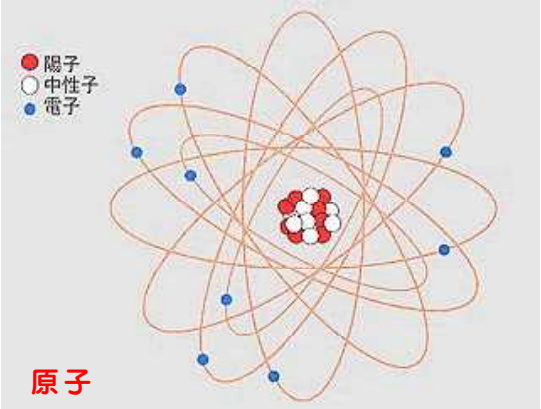
いくつか具体的な例をみてみましょう。
大きな樹は、その全体の姿も、大きな枝から伸びる小枝、小枝から伸びる葉っぱ、そしてその葉っぱの上にある葉脈も、すべて同じ放射線状の形を持っています。

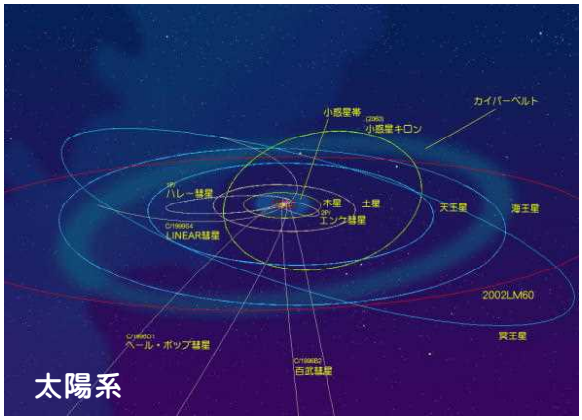


カリフラワーの仲間のロマネスコ、太古から繁茂するシダ類の葉も、とても分かりやすいフラクタル形状をしています。

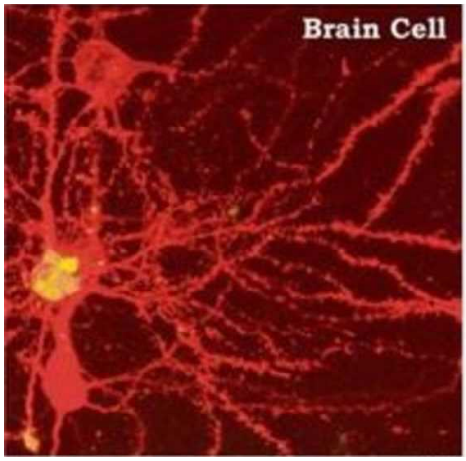


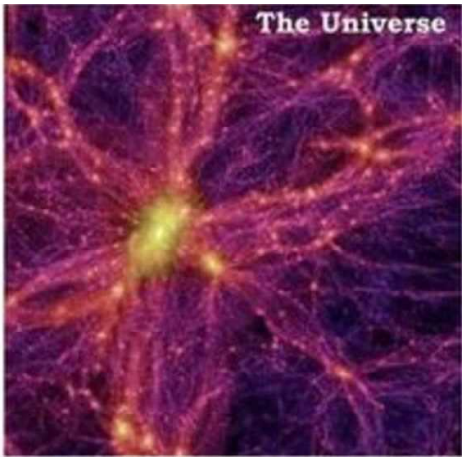
もっともっとスケールを大きく、また小さくしていくと、ミクロ世界の原子の構造と宇宙にある太陽系の構造も、核となる中心の周りを電子や惑星が周回するというまったくの相似形です。





下の写真は、左はネズミの脳内にある神経細胞、右はコンピューターシュミレーションによって宇宙が進化、成長する様子を描いたもので、驚くほど酷似しています。





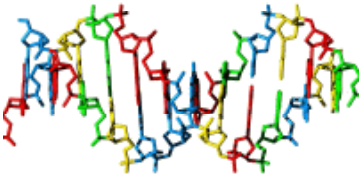
このように自然の中にあるものは、そのスケール（大きさ）を越えてフラクタルであるものが数多く存在します。

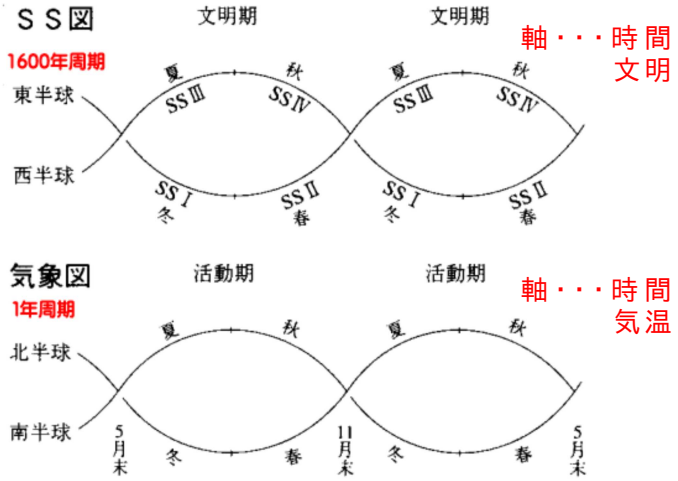
先に述べた生命の本質を表わす二重らせん構造も、遺伝子DNAというミクロ（極小）の世界から歴史の流れというマクロ（極大）の世界まで、スケールを越えたフラクタル構造です。

さらには遺伝子DNAは空間に存在し、歴史や気候の変化といった二重らせん構造は、時間と文明の興亡、気温というまったく異なった座標軸の上に成り立っています。
つまりこの生命のフラクタル性は、時間、空間、その他様々な枠組み（パラダイム）をも越えたものなのです。

遺伝子DNAと
東西文明、南北気象の
二重らせん構造

軸・・・空間





コラム　～ 自然に癒される ～

人間はどんなに文明を発達させても、自然の一造物であるという事実に変わりありません。
都会で働く人が、たまに田舎の故郷に帰ると心安らぐように、人間が豊かな自然環境に触れると心癒されるのは自然な感覚です。

入り組んだ形をした雲、海岸線、砕け散る波、豊かな山並みやそこに暮らす動植物、自然の中はフラクタルなものであふれていて、物理学者リチャード・テイラー氏は、幾何学的に計算されたフラクタル画像を見ると、人間のストレスレベルが60%も低減することを発見しました。

心地いいそよ風は、適度なゆらぎ（変化）を持っていて、その変化という不規則性が、1/fの法則に則っていることはよく知られています。
fとは周波数のことであり、周波数の大きいものほど少なく、小さいものほど多く波が重なった状態で、心拍数などの生体リズム、小鳥のさえずり、モーツアルトの音楽等、自然で心地いい波の多くがこの1/fのゆらぎを持っています。

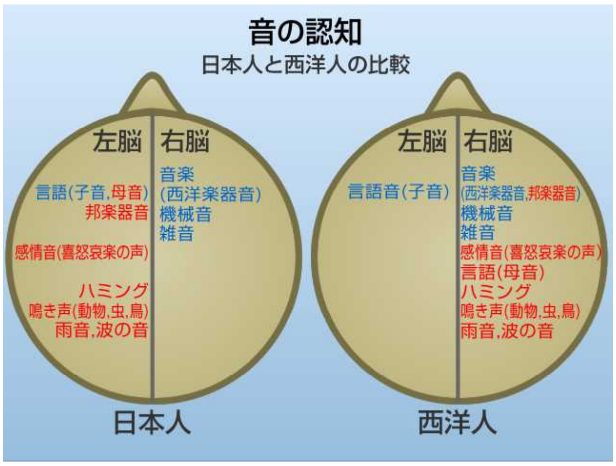
周波数による一定量の変化を持つ波は、全体像と部分の拡大が相似のフラクタル性を持っていて、1/fのゆらぎもまた自然の持つフラクタル性の一部と言えます。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

東京医科歯科大学の角田忠信名誉教授は、聴覚と脳の反応を研究する中で、日本人（六歳まで日本語環境で育った人）は特異な脳の反応を示すことを発見しました。

西洋人が虫の音、動物の鳴き声、風や波音といった自然音を、雑音と同じ右脳で処理するのに対し、日本人はそれらを言語と同じ左脳で処理します。

日本人の自然を愛する心、花鳥風月を尊ぶ思いは、日本人独特の文化であり、その源は日本語の中にあるようです。



形には意味がある

ものの形や構造には意味があり、形が似ているもの同士は、共通した性質や、互いの働きを助ける力を持つことがよくあります。

クルミはオメガ3脂肪酸やポリフェノールが豊富で、頭の働きをよくすることが知られています。
クルミの形を見ると、まさに大脳そっくりです。

クルミと脳

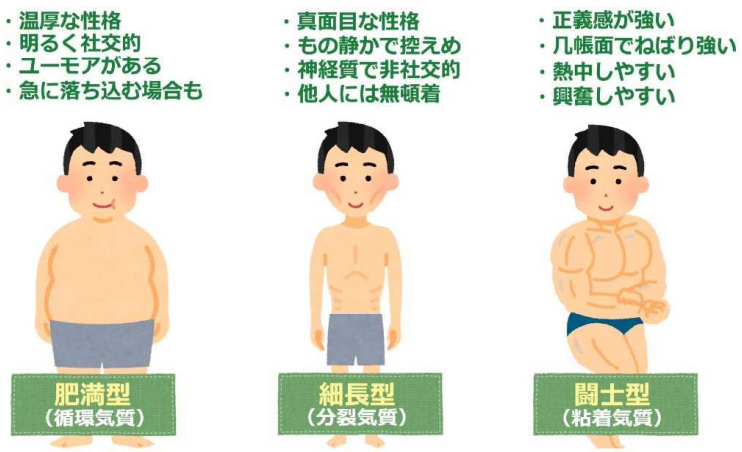
猛毒とされるイヌサフランは、その球根の形が痛風で腫れた指と似ています。
そしてその球根や種子からとれるコルヒチンという物質は、痛風薬として
用いられています。

イヌサフラン

ニンジンは、ベータカロチンや各種ビタミンが豊富で、目の健康にいいと言われていて、ニンジンの断面は放射線状で、瞳の形とよく似ています。

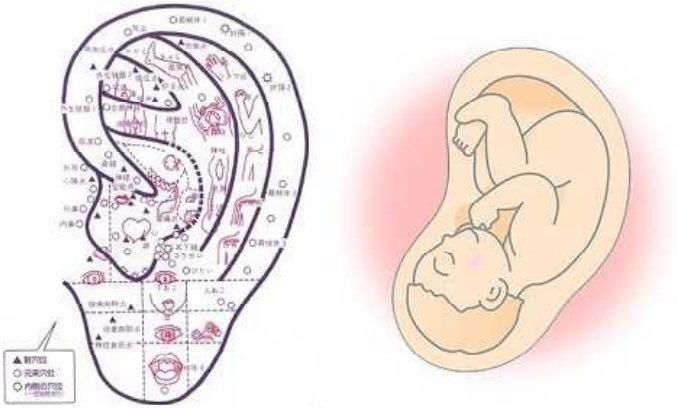
ルンブルクスという薬は脳の血栓を溶かす働きがあり、ミミズを原料としています。
ミミズは土の中で土を食べ、土を肥やしながら穴を掘って進んでいきます。
ミミズは土の中にいても粉末の薬になっても、通りをよくし、前に向かって進んでいこういう同じ働きをするのです。

形の持つ性質は、人間の身体全体、体型にも現れています。
ドイツの精神科医であったエルンスト・クレッチマーは、人間の気質と体型には大きな相関関係があるとし、その体型によって気質をいくつかのタイプに分類しました。



東洋医学では、気という生体エネルギーが滞るところをツボ（経穴）と呼び、そこを刺激することによって治療を行っています。

人体にはそのツボが集中している場所がいくつかあり、耳はそのひとつです。
耳はお母さんのお腹の中にいる胎児の形をしていて、耳たぶは頭、耳の内側は内臓、外側は手脚といったように、それぞれ胎児の身体の相当する場所がツボとなっています。



近年、人体という小宇宙の神秘が次々と明らかになっていて、天城流湯治法という治療法では、その相似した形に着目した治療を行い、大きな成果を上げています。

例えば首に痛みがある場合、人体で同じ首という名前の付くところ、乳首、手首、足首、こういったところを揉みほぐすことにより、首の痛みを和らげます。
首というのは本体から突出したものを支え、自由に動かすことのできるところで、首、乳首、手首、足首はみな共通した形状、性質を持っていて、互いに関係し合っています。

また乳房にしこりがある場合は、乳房と形状が似た頬のふくらみ、親指のつけ根にある金星丘、また背中の肩甲骨、かかと、お尻といった丸くふくらんだところに影響が現れ、そのしこりがあるふくらみの場所に相当するところに同じくしこりができやすく、そのしこりが表面にある場合はそこから近い形が似たところ、深い場合には遠いところに影響が見られるとのことです。

二重らせんが生命の基本構造であるように、形とは、そのものが持つ性質、働きの表れであり、
そこには深い意味が込められています。

東洋の時代

生命を持つ歴史のバイオリズムに則り、これからの世界は西洋の価値観を中心とした世界から、東洋の価値観を中心とした世界へと移行していきます。
これは四季のリズムと同じ自然法則であり、この流れを変えることはできません。

植物に例えるならば、西洋は実りの季節を終え、色づいた葉を落とし、土の中でしっかりと根を張り、新芽を育てる期間に入るということです。
それに対して東洋は、葉や茎を大きく成長させ、実りを得ることができる季節へと入ります。

世界文明は、東洋と西洋、二つの極の間を揺れ動くやじろべえのようなもので、その周期は地球の自転、公転周期と同じく極めて正確です。

植物と動物、女性と男性、どちらも互いに補い支え合う共生関係であり、その性質が真反対であるのと同様に、東洋と西洋も、その性質、価値観は対極をなしています。

歴史の大転換期 ・・・ 価値観の転換

（現在）

東洋	西洋
陰	陽
女	男
精神・心	肉体・物質
拡散・遠心	収縮・求心
マクロ的思考、生命観	ミクロ的思考、科学
融合	対立
モノとの関わりに価値をおく	モノそのものに価値をおく
すべての要素（部分）は、共通の基盤の上にあり、お互い深く関連し合っている	全体は部分の集合体にすぎない 要素還元主義
感性、感じる（FELL）	理性、考える（THINK）
太極思想・相対	二元論・絶対

～ *Don't think. Feel !!* ～

考えるんじゃない、感じるんだ!!

ブルース・リー

陰と陽

これからは東洋の時代、陰の時代です。
陰とは大きくふくれ、広がる理を持っていて、陰の理を持つ女性の体はふくよかでまろやかです。
それに対して、中心に向かって収縮する陽の理を持つ男性の体は引き締まっています。

陰陽は比較の中にある相対的なもので、絶対的な陰や陽はありません。
　陰の特質　・・・　遠心力、冷たさ、膨張、軽い、上下に大きく、東洋　...
　陽の特質　・・・　求心力、熱さ、収縮、重い、横に平たく、西洋　...

陰陽は相対なので、動物でも植物でも、ひとつのものの中に陰性の強いもの、陽性の強いものが混じり合っています。

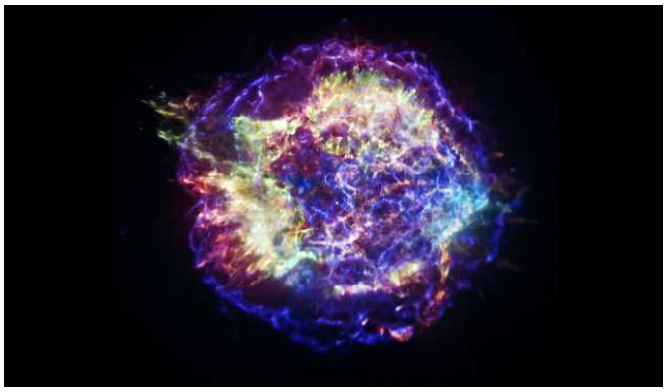
人間の顔も、横に広がる目、眉毛や口は陽性で、自由に動かすことができますが、縦に伸びる耳や鼻は陰性であり、動かすことができません。
けれども鼻の穴は横に二つあり、これは陽性で動かすことができます。

これはひとつの例ですが、陰と陽の見方を覚えると、身の回りのものの性質がよく分かります。

陰と陽、これは陰陽の順番であり、陰があって陽があります。
生命を宿し、産み出す性である女性は、無から有を創り出す力を持ち、男性はその産まれた生命を発展、成長させる力を持っています。

生命の仕組みを研究する発生学でも明らかなように、生命の基本形は女性です。
人間は母親の胎内で生命を授かった当初は女性の形質を持ち、女性はそのまま成長し、男性は女性の形質が変化して男性へと変わっていきます。

このようにこの宇宙（時空間）が陰性優位なのは、宇宙は137億年前のビックバンによって誕生し、今も膨張し続けている陰性の状態であるからだと考えられます。



ビックバン

宇宙は今も広がり続け、
　　宇宙の果ては、赤色に偏る
　　赤方偏位が見られます。

ですから物事の始まりは陰性であり、大きな区切りの後、新たな出発もまた陰性からということになります。

これから始まる新たなる陰の時代は、旧来の価値観から脱却し、陰の理に則り、すべてのものを新たに創造することが求められています。

陰陽の理合いはシンプルですが、とても深いものです。
それをマクロビオティックという生命観の創始者である桜沢如一氏が、7つの原則と12の法則にまとめました。

この宇宙にあるモノはすべて相対的であり、絶対的なものはありません。
けれどそれを律する原則や法則は変わることがなく、それを「まこと」と呼びます。
これは「まこと」の原則と法則です。

宇宙の秩序　七つの原則

① すべてのものは唯ひとつの無限から生まれた。

② すべてのものは変化する。

③ 対立するすべてのものは、すべて互いに補い合う。

④ この世に同じものはひとつもない。

⑤ 表があれば、必ず裏がある。

⑥ 表が大きければ、裏も大きい。

⑦ 始めのあるものには、終わりがある。

宇宙の十二の変化の法則

① ひとつの無限、太極は、永遠に変化する相補的、対立的な性質の陰と陽として現れる。

② 陰陽は、ひとつなる無限である宇宙の永遠の運動の中からたえず現れる。

③ 陰は遠心的であり、陽は求心的である。
陰と陽が互いに作用して、エネルギーと森羅万象を作り出す。

④ 陰は陽を引きつけ、陽は陰を引きつける。

⑤ 陰は陰をはねつけ、陽は陽をはねつける。

⑥ 種々異なった割合で融合した陰陽は、それぞれ異なった現象を作り出す。
現象の中で引きつけ（牽引）たりはねつけ（排斥）たりする作用は、陰陽の力の差に比例する。

⑦ すべての現象は、陰陽のバランスを変え、調和を取りながら動き続けている。
陰は陽に、陽は陰に転ずる。

⑧ 絶対的陰、あるいは絶対的陽であるものは、なにひとつない。
すべてのものは程度の差こそあれ、両性合わせ持っている。

⑨ 完全に中立なものはなにひとつない。
どんなものでも陰か陽のどちらかが勝っている。

⑩ 大陰は小陰を引きつけ、大陽は小陽を引きつける。

⑪ 極陰は陽を生み出し、極陽は陰を生み出す。

⑫ すべてのものの中心部は陽であり、表面・外面は陰である。

コラム　～ 魔法のメガネ ～

陰陽の理合いを知ってこの世の中を眺めると、まるで『魔法のメガネ』をかけたかのように、いろんなコトやモノの本質が見えてきます。
ここでその『魔法のメガネ』のほんの一部をご紹介いたします。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

陰と陽とは相対の世界です。
陰の中にも陽性の強いものがあり、陽の中にも陰性の強いものがあります。
植物は動物と比べて陰性で、その中で地（陰性）を好む根菜は陽性で、天（陽性）を好む葉菜は陰性です。
男女が惹かれ合うように、陰は陽を好み、陽は陰を好みます。

竹は植物の中でとても強い陰性で、天（陽性）に向かって高く伸び、地（陰性）を避け、根を横方向に広く張ります。
逆にヨモギやタンポポは強い陽性で、葉は真横に伸び、根は地中深く真っ直ぐに下ろします。

上は陰性、下は陽性、それは人体も同じであり、頭の上に生える髪の毛は極めて陰性で、植物のように伸びています。
そして植物同様、切っても痛みを感じることがありません。

土地とそこで採れるものは相対の関係で、暑い（陽性）国、時季に採れる植物は陰性で、それを食べる動物の身体を冷やす働きをします。
逆に寒い国、時季に採れる植物は、身体を温める陽性です。
また立派な家を建てるための良材は、悪条件のところで苦労して育った樹木です。
肥沃な土地でスクスクと育った木は良材とはなりません。
『艱難汝を玉にす』、人間の生育もまた同じです。

紫は陰性、赤は陽性で、紫色のなすびは身体を冷やす陰性です。
けれど「陰極まって陽になる」ことがあり、太陽（陽性）の恵みをたっぷり受けたトマトは強い陰性ですが、色は真っ赤な陽性です。
トマトは陰性なので、陽性の塩と相性がいいのです。

塩は強い陽性で、野菜でもナメクジでも、塩をかけると水を出して縮んでしまいます。
反対に長いものは陰性で、ロシア人の名前が長いのも、寒い陰性の国土が影響しているものと思われます。

大きく膨らみすぎた風船（極陰性）は、一瞬にして破裂してしぼんで（極陽性）しまいます。
無理して動き回り続ける（極陽性）と、いつか倒れて動けなくなって（極陰性）しまいます。
極陰は陽を生み、極陽は陰を生みます。

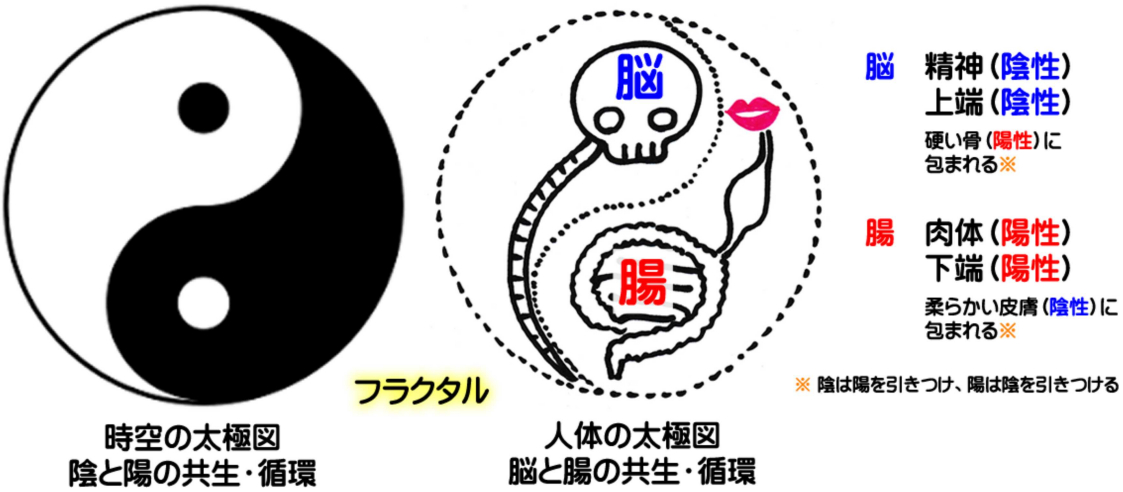
陰陽の理合い（魔法のメガネ）を身に付けると、身の回りのことがよく分かると同時に、自分自身でその知恵を深めていくことができます。
魔法のメガネは身近なものの真の姿を見るメガネであり、果てしなく大きなものを見る望遠鏡、またはミクロの世界を観察する顕微鏡です。
まずはその素晴らしい世界に第一歩を踏み出してみてください。

精神と肉体

この時空（宇宙）にあるものはすべてが共生関係であり、「心と体」という言葉があるように、人間の精神と肉体もまた、陰と陽の深い共生関係を保っています。

人間の生命維持活動において最も重要な役割のひとつである食物からの栄養摂取は、口から肛門に至る一本の管で司られています。
それに対して精神活動を司る脳は、脊椎（背骨）という首筋の頸椎からお尻の仙骨、尾骨に至る、やはり一本のラインで支えられています。

脳と腸は、ともに長い管が折り重なってひとつの働きをなすというフラクタル構造です。
そして脳は体の中心軸の上端に位置し、硬い頭蓋骨の中に収められ、腸は人体中心軸の下端に位置し、柔らかい皮膚の下にあるという対極の関係です。



思考というものは、一般的に脳の働きがすべてだととらえられていますが、脳と腸がフラクタルな関係であるがゆえ、腸もまた脳と同じく思考に大きな影響を与えています。
幸せホルモンと呼ばれる神経伝達物質のひとつセレトニンは、その95%が腸内で作られ、腸内フローラ（腸内微生物）の状態が、感情、気質のみならず、行動傾向をも左右するということが最近の研究で明らかになっています。

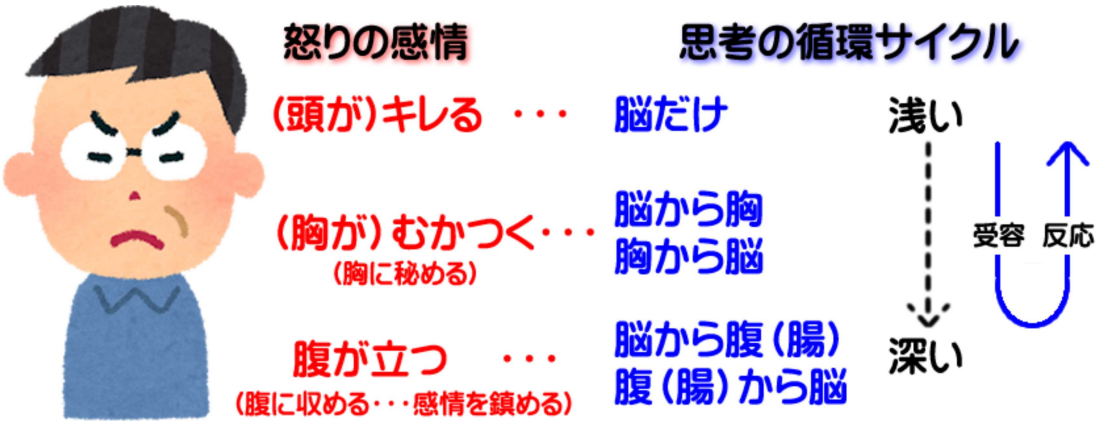
そして日本語にはそのことを示すたくさんの言葉があります。
腹をくくる、腹をすえる、腹を決める、腹に収める、腹黒い、腹を探る、腹を割って話す、・・・
これらの言葉を見て分かるように、腹（腸）は思考の深い部分を司っているのです。

人間の五感のうち、視覚、聴覚、味覚、嗅覚の四感を司る器官は頭部に集中し、その頭部の内側にある脳は、まずは外部からの刺激に対して直感的に反応し、その後、体の中心軸を通って腸に至り、より深い思考が熟成されます。
そしてその熟成された思考が再び頭部へと戻り、自らの行動へとつながります。
これが肉体における『思考の循環サイクル』であり、脳と腸との理想の共生関係です。

ですから腸の働きや体の中心軸（体幹）を保持する力が弱まり、脳と腸との連携がうまく取れなくなると、思考が浅くなり、物事の判断に狂いが生じます。

このことは、怒りの感情表現によく表れています。
以前は怒りの感情を“腹が立つ”と表現していました。
これは頭部（脳）から入った刺激が、人体中心軸の下端である腸まで落ちてきている状態です。

この中心軸に滞りが生じ、脳からの刺激が胸で止るようになってしまうと“（胸が）むかつく”ようになり、さらにはそれが首で止まると“（頭が）キレる”となり、衝動的でとんでもない行動を起すことにつながります。
また不快な感情を“腹に収める”ことができなければ、むかついたりキレたりというように、感情をコントロールすることができなくなってしまいます。



物事を深く考え、正しい判断力を持つためには、お腹、腸を鍛え健やかに保つこと、そして脳と腸との連携をよくするため、体幹の力を高め姿勢を正して背筋を伸ばすことが大切です。
偉大な教育者である森信三先生は、『教育の基本は立腰（りつよう）にあり』という名言を遺されました。
立腰とは腰骨を立てること、常に姿勢を正すということです。

元来日本人は農耕民族であり、田畑を耕すための強い足腰を持っていました。
それが近代化とともに生活が便利になり、肉体労働をする機会が減り、腸を健全に保つための味噌、醤油、漬物、納豆といった良質の植物性発酵食品の摂取量も大きく減ってきています。
そのため現代人は足腰、腸が弱く、背中を丸め、うつろな表情で歩く人の姿が目立っています。
これが“腹の座っていない人間”を増やし、刹那的で“キレる若者”、異常犯罪を生み出す大きな要因となっています。

1945年の長崎
亡くなった弟を背負い、焼き場に立つ少年

昔の日本人は、このように背筋が伸び、
凛とした姿勢を保っていました。

これから価値観が大きく変る時代の大転換期を迎えるにあたって必要なのが、そこに暮らす人々の精神と肉体の土台をしっかりと保つことであり、それが理想的な脳と腸の共生関係、思考の循環サイクルを築き上げるということです。

その元となるのが身体作りという意味での体育、そしてさらにその土台となる食生活の見直しもまた重要です。

身体の姿勢と生きる姿勢はフラクタル

開発途上国の子どもたちは、貧しくても強靭な肉体を持ち、それゆえにいつも明るい笑顔を讃えています。

食べることは生きることと直結しています。
口からものを入れることと、五感を通して物事を受け止めることは同じ理合い、フラクタルです。
ですから食べ物をよく噛まず飲み込むように食べる人は、物事すべてを短略的にとらえる傾向があり、その逆に、しっかりと食べ物を咀嚼する人は、物事を深く考えて行動できる人です。

精神と肉体、そして肉体を維持するための食べ方もまた精神と直結し、共生・循環の理合いはどこまでも深くつながり、重なり合ったフラクタル構造です。

咀嚼 よく噛むことの効用	思考・精神への 影響
唾液がよく出て、免疫機能が高まる	自分にとって不必要なものを見極められる
ゆっくり味わい、味がよく分かる	物事の本質を深く理解できる
胃腸への負担が減り、 消化吸収能力が高まる	身の回りのものや知識を 自己成長に活かせる
老廃物が溜まらない メタボ解消 生活習慣病予防	集中力向上 不安・ストレス解消 幸福感が高まる
脳への血流がよくなる	思考力向上

咀嚼と思考はフラクタル

咀嚼（そしゃく）とは、食べ物を噛み砕くこと

食べることは生きること。
咀嚼の仕方にその人の生き方、考え方が現れます。

私たち人間は脳だけを価値あるものと考えている。
脳によってつくられた『知』は再現性があるために自然科学を発展させ、確かに私たちの生活を豊かに便利にした。
しかしそれは人間が犯した大きな誤りであって、『知のみを価値あるもの』という考え方が人間の滅亡を導いている。

アレキシス・カレル
（1912年　ノーベル生理学・医学賞受賞）

コラム　～ 生命をいただく ～

人間の体は日々口にする食べ物によって作られていて、人間の体は「食べ物のお化け」であると言うことができます。
食べ物とは他の生きものの生命です。
肉食動物は草食動物の生命をいただき、草食動物は植物の生命をいただいています。
そして植物は、動物や他の植物が滅して土に還ったその養分を生命の糧としています。

生命とは全体の調和の中から生まれます。
生命あるものをバラバラにし、寄せ集め、カロリー、タンパク質といった栄養素の数字だけを見ているだけでは、真に生命が喜ぶ食べ物とはなりません。

食べる人が暮らすその土地でその時期採れた旬のもの、これを身土不二と呼び、人間と土地と時との調和です。
そして野菜は根っこや皮も、魚は小魚の頭も尻尾も食べるという、生命ある食物全体を食べることを全体食と言い、これが形としての調和であり、生命の恵みをそのままいただくには、これら調和が何よりも大切です。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

長野県上田市の教育委員長だった大塚貢先生は、荒れた中学校を立ち直らせるため、授業内容の見直しとともに、食の改善に取り組まれました。

週6食（当時）のうち2食だった米食を4食、5食と増やし、おかずを肉から魚、野菜中心のものとし、お米には全体食である地元産の発芽玄米を加えました。
その結果、タバコの吸い殻だらけだった校舎から吸い殻がなくなり、学力向上とともに図書室の利用率が飛躍的に向上し、毎年大量にあった図書の紛失もゼロになりました。
子どもたちは感情が制御できるようになり、非行や犯罪を犯す生徒、登校拒否児がほとんどいなくなり、さらには地元産の農薬のかかっていない食材を使うことにより、アトピー、高脂血症、高コレステロールの子どももいなくなりました。

また大塚先生は、凶悪事件を起こした子どものいる学校を全国に訪ねられ、それらの学校の様子を、高級住宅地の中にあってもプランターの花が枯れていて花が一輪も咲いていない、進学校だけれども製薬会社か研究所のような無機質な校舎、グラウンドが草だらけで廃校のような雰囲気、・・・と述べられています。
そしてそれに基づき大塚先生は、
『学校は潤いのある場所でなくてはならない。 子どもたちと花を植え、心の教育をしたい』
と語り、現在教育・食育アドバイザーとしてその活動を進めておられます。

大塚貢先生

『荒れた学校には心癒やすものがありません』

上田市立真田中学校のサルビア花壇

いのちをいただく

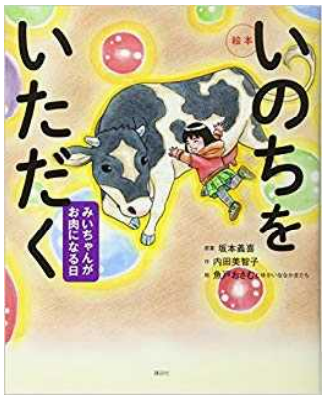
その絵本の帯に、一人の名もない主婦のメッセージが書かれていた。
「朗読を聞いて、うちのムスメが食事を残さなくなりました」
絵本に「坂本さん」という人が登場する。実在の人物である。

坂本さんの職場では毎日毎日たくさんの牛が殺され、その肉が市場に卸されている。
牛を殺すとき、牛と目が合う。そのたびに坂本さんは、「いつかこの仕事をやめよう」
と思っていた。
ある日の夕方、牛を荷台に乗せた一台のトラックがやってきた。
「明日の牛か・・・」と坂本さんは思った。
しかしいつまで経っても荷台から牛が降りてこない。不思議に思ってのぞいてみると、
10歳ぐらいの女の子が、牛のお腹をさすりながら何かを話しかけている。その声が聞こえてきた。
「みいちゃん、ごめんねぇ。みいちゃん、ごめんねぇ・・・」
坂本さんは思った、「見なきゃよかった」
女の子のおじいちゃんが坂本さんに頭を下げた。
「みいちゃんはこの子と一緒に育てました。だけん、ずっとうちに置いとくつもりでした。
　ばってん、みいちゃんば売らんと、お正月が来んとです。明日はよろしくお願いします・・・」
「もうできん。もうこの仕事はやめよう」と思った坂本さん、明日の仕事を休むことにした。

家に帰ってから、そのことを小学生の息子のしのぶ君に話した。しのぶ君はじっと聞いていた。
一緒にお風呂に入ったとき、しのぶ君は父親に言った。
「やっぱりお父さんがしてやってよ。心の無か人がしたら牛が苦しむけん」
しかし坂本さんは休むと決めていた。
翌日学校に行く前に、しのぶ君はもう一度言った。
「お父さん、今日は行かなんよ！（行かないといけないよ）」
坂本さんの心が揺れた。そしてしぶしぶと仕事場へと車を走らせた。

牛舎に入った。坂本さんを見ると、他の牛と同じようにみいちゃんも角を下げて威嚇するポーズをとった。
「みいちゃん、ごめんよう。みいちゃんが肉にならないとみんなが困るけん。ごめんよう」
と言うと、みいちゃんは坂本さんに首をこすり付けてきた。
殺すとき、動いて急所をはずすと牛は苦しむ。坂本さんが「じっとしとけよ、じっとしとけよ」と言うと、
みいちゃんは動かなくなった。
次の瞬間、みいちゃんの目からは大きな涙が落ちた。
牛の涙を坂本さんは初めて見た。

心を込めて「いただきます」「ごちそうさま」を



絵本　いのちをいただく　みいちゃんがお肉になる日
(講談社の創作絵本)

生命体から生命系へ

生命とは何なのか、再びそれを考えてみましょう。

これまでの科学では、生命をおおよそこのような形で定義してきました。

「自己と外界との境界」・・・自己と外界を隔てる膜を持つ
「エネルギーと物質の代謝」・・・外界とエネルギーのやり取りをし、自らのエネルギーに換える
「自己複製」・・・自らのコピーを作る
「恒常性」・・・自身の内部環境を一定に保つ

これは個々の違いに着目し、生命あるものとないものとを分ける西洋的考え方であり、そこで示される生命とは、形あるひとつの『生命体』です。

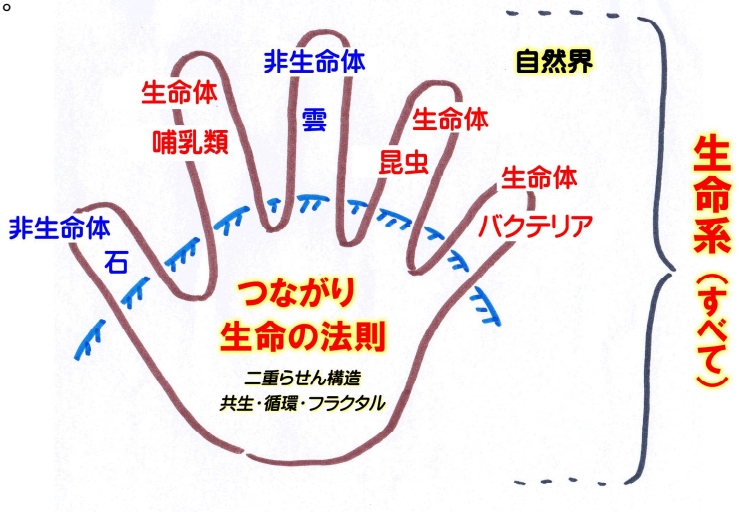
これとは対極的な、つながりに重きを置く東洋的な考え方もあります。
そしてそのすべてのもののつながりの中に、二重らせん構造で示される生命の法則が存在するのですから、それは大きなくくりとしての『生命系』と呼ぶのがふさわしいと考えます。

また近年は科学の分野でも、生命を「動的平衡」の状態であるという見方が出ています。
動的とは循環をともなった時の流れのこと、その中で、周りとの関わりを持ち、変化しながらも一定の秩序を保つということです。
人体においても、そのほとんどすべての細胞は、数ヶ月単位で入れ換わることが明らかになっていて、これは生命がひとつの「流れ」の中にあるという証です。

生命とは何か、それに正しい答えはありません。
なぜならば、生命とは言葉による概念であり、それをどう定義するかによってその形はいかようにも変わりうるからです。

ただこれまでの西洋中心の時代のように、個々の違いに重きを置いた考え方は終わりを告げようとしています。
これからは東洋の時代、すべてのものを統合し、そのつながりの中に生命を見い出していく時代です。

『すべてのものを律する生命の法則、その流れ、つながり、それを生命系として捉える』
この生命の見方が、これからの時代、新たに生まれてくる価値観を築く礎（いしずえ）としてより重要となってくるでしょう。



Everything Great

この宇宙で生命法則に律せられるもの、それは“すべて”です。
この宇宙全体を大宇宙と呼び、宇宙とフラクタルである人間を小宇宙と呼ぶように、この宇宙は全体で見ても部分で見ても、そのすべてが最も尊い生命で満たされています。

人間は60兆個ある細胞のすべてにゲノムと呼ばれる遺伝子DNAを持ち、それらすべての遺伝子をつなぎ合わせると、その全長は1200億キロメートルにも及び、これは太陽系の直径100億キロメートルをはるかに越える長さです。

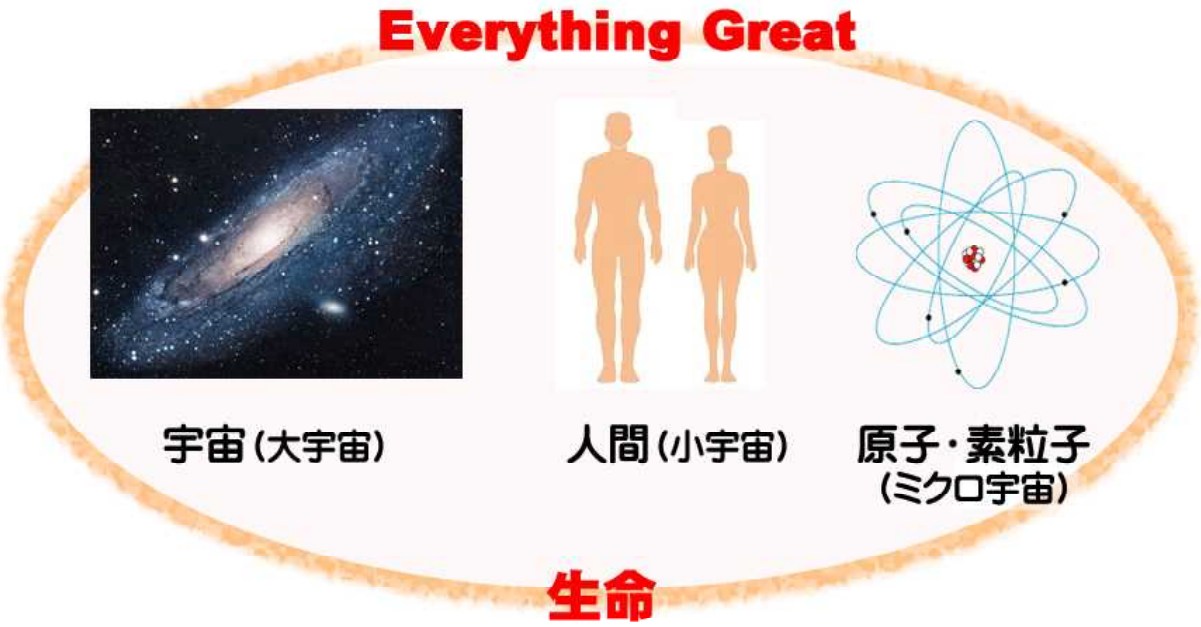
最も身近な人体という宇宙は、限りなく深くて広い世界を内包しています。
そしてすべてはフラクタルであり、すべての宇宙もまたこの深遠さを秘めています。

これまでの時代は、人間の力では抗しきれない自然の猛威に恐れを感じ、未知なるものに畏敬の念を抱き、自らの外に絶対的な権威や力を見て、それを讃え崇めてきました。

今も人間は自然を自由にコントロールすることはできません。
また未知なるものも数多くあります。
けれどこれからは、それらすべてのものが自らの持つ生命と通じ合っている、そのことを感じ取ることができる時代になってきます。

これからの『一元性を尊ぶ東洋の時代』は、偉大なる宇宙、自然、未知なるもの、それらすべてをひとつの大きな生命として捉え、すべての生命が輝いている、そんなことを感じながら生きていくことのできる時代になるでしょう。

最も尊いものは生命。
その生命はすべてのものが持っています。
すべてが尊い、Everything Great（エヴリシング・グレート）の時代がやってきたのです。



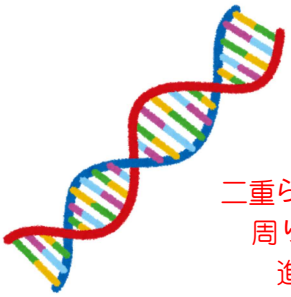
生命とともに

生命の法則二重らせん構造から学ぶこと、それはすべてにおいて、生命は時の流れとともに周りとの共生関係を循環させ、進化していくということです。

地球上で、周りの環境との共生関係を保ち、その環境に巨大な影響力を持つ人類が心しなければならないこと、それはこの生命の法則を知り、それに則った生き方をすることです。

時代は確実に進化発展しています。
そして今はその時代の大きな転換期であり、これを乗り越え、歴史の持つ二重らせんの流れ、西洋から東洋への価値観の移行をスムーズに行い、循環させていくことが強く求められています。

陽から陰へ
西洋から東洋へ
理性から感性へ
ミクロ的分析からマクロ的統合へ
物質的豊かさから精神的豊かさへ
男性的発展性から女性的創造性へ



二重らせんとは、
周りとの調和の中で
進化すること。

これは、これまでのモノや価値観が完全に滅するのでなく、あくまでも重点が移るということです。どんな時代であろうとも、人間が尊い生命を誕生させるには男女両方の性が必要なように、いつでも陰陽どちらの極も必要であることに変わりありません。

生命の法則である二重らせん構造、共生・循環・フラクタルは、『いつも　みんな　なかよし』このたった十文字の言葉で表わされます。

いつも　みんな　なかよし

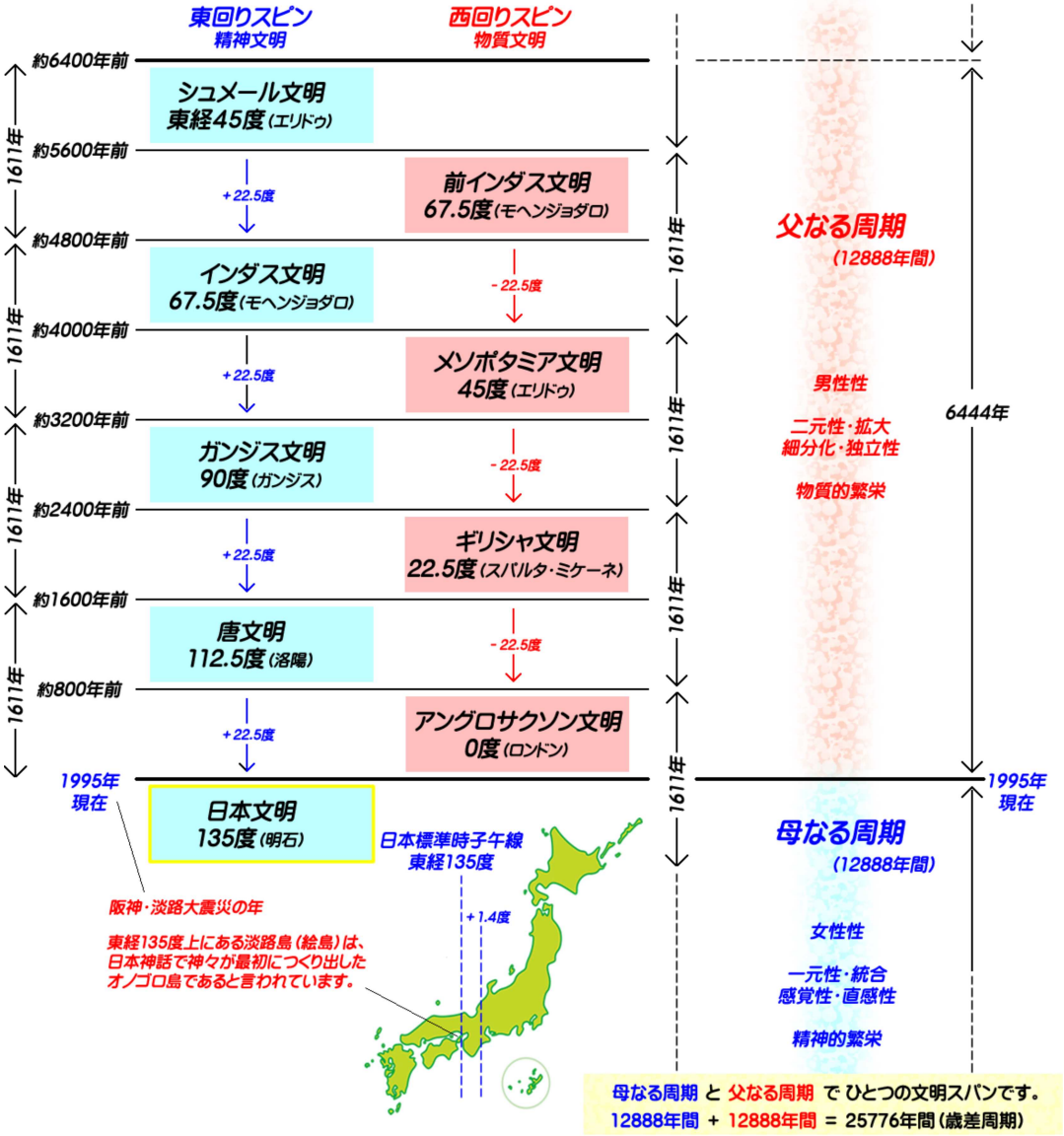
いつも　・・・　時の流れ、循環
みんな　・・・　どんなスケール、パラダイムでも、フラクタル
なかよし　・・・　互いの存在を活かし合い、滅し合う、共生

この美しい地球の上で、多くの動植物、すべての生命とともに楽しく暮らしていける、そんな未来をともに築き上げていきましょう。

附記 ・・・ ガイアの法則

千賀一生氏という方が説かれた歴史観に『ガイアの法則』というものがあります。
これが村山節先生の説かれた文明法則史学と極めて近似しており、天体、地球の動きと人類の文明をとても論理的に解析されていて、もしこれが事実であるとするならば、歴史の生命リズムを文明法則史学以上に精緻に説いたものであると言えます。
その概略は、このようなものです。

- 宇宙は16ビートのリズムを刻んでいる。
- 地球の自転軸が回転する25776年の歳差周期、その周期の1/16、1611年周期で文明の中心地が東西で移り変わっている。
  ※ 歳差とは、駒のように自転する物体の回転軸が円を描くように振れる現象です。
- その移り変わるごとに、全角360度の1/16、22.5度東側の文明は東に、西側の文明は西に中心地がスピン（回転）している。
- 東側は精神文明が栄え、西側は物質文明が栄える傾向がある。
- これから新たな文明の中心となるところは東経135度、日本標準子午線の通る日本の明石、淡路島近辺、そこから東周りで1.4度（22.5度の1/16）、近畿地方一円である。
- その文明転換点と考えられるのは1995年、阪神淡路大震災のあった年である。
- より大きな文明スパンは25776年（歳差周期）で、今回はその転換期とも重なる。



地球	1/16のリズム
歳差周期 25776年	文明周期 1611年
公転周期 1年	バイオリズム(身体) 23日
自転周期 1日	睡眠サイクル 90分

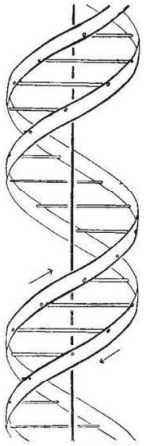
東西文明興亡の流れは、
1611年がひとつのサイクルです。

人間は誕生した後、23日のリズムで、
身体の好不調を繰り返すとされています。

睡眠中は、およそ90分サイクルで、
体と頭を休めるレム睡眠、ノンレム睡眠を
繰り返すと言われています。

ガイアの法則で説く東西文明の興亡のリズムも、
文明法則史学で説かれるものと同じ二重らせん構造です。
そして東の文明は22.5度ずつ東へ、
西の文明は22.5度ずつ西へ推移するというのは、
遺伝子DNAの二本のDNA鎖が、互いに逆向きに
組み合わさっている構造と完全にフラクタルです。

DNA鎖の方向性が、
それぞれ逆向きの
矢印で記されています。



1953年、ワトソンとクリックが、
科学雑誌「ネイチャー」にDNAの
二重らせん構造を発表した時に
用いられたDNAの構造図

このたびの転換期は、1611年周期の小さな波と25776年周期(歳差周期)の大きな波の転換点、起点の重なりであり、どちらも陰性、一元性へと向かいます。

今は『陽、二元性、男性性』から『陰、一元性、女性性』へと向かう、巨大な文明転換期です。

歴史は社会現象から
物理現象、天文現象へ

ガイアの法則[I]、[II]
千賀一生著　ヒカルランド

村山節先生は、文明法則史学を世に広く知らしめ、人類がこの歴史の大転換期を無事乗り越えられることを願い、自らの論文を多くの著名学者に送り、周りの研究者たちとともに、その論を深めてこられました。
その結果、文明法則史学を支持する学者はいても、反論を唱える学者は現れませんでした。
それは文明法則史学が実際の史実に基づいて導かれた事実であるからです。

ガイアの法則も、これまでの歴史の流れ、その生命法則に則った論理性から、述べられていることは事実であろうと推察できます。
村山節先生が、歴史研究家としての生命を懸けて文明法則史学の普及と検証に取り組まれたのと同様に、千賀氏にも、その論をより深く検証し、そこから得られる英知を広く知らしめ、人類共通の知恵として昇華していけるよう努力していただくことを強く望みます。

あとがき

文明法則史学やガイアの法則で示されているように、今は極めて大きな文明の転換期です。

文明を転換するというのは、リレー競技で次の選手にバトンを手渡すようなものであり、それをいかにスムーズに行うかは、全体の流れを左右する極めて重要なものです。

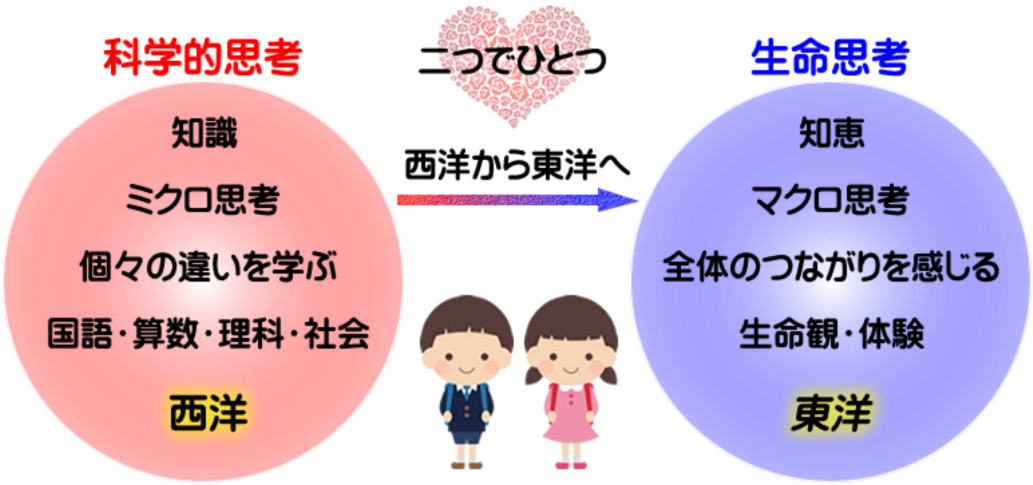
また新たに生まれてくる価値観や文明はひとつの生命です。
人間が胎児や幼児の時期にどのような環境で過ごし、どういった教育を受けるかが、その後の長い人生を左右する大きな影響力を持つように、これから誕生する東洋、日本の文明を、いかに充実したものにするかという、今この時代に生きる人間のあり方が、今後何百年、何千年と続く人類の歴史を決める大きな鍵を握っています。

けれど残念ながら、その価値観の転換は、現在スムーズに行われているとは言い難い状況です。心と体のつながり、全身のバランスを考慮した統合医療、スピリチュアリズムといった新たな時代の流れを感じさせる動きはあるものの、旧来の価値観に根ざしたものの力は依然根強く、そこからなかなか脱却することができていません。

生物の進化が、突然変異によって生まれた一部のものによって新たな形態へと変わっていくように、文明の転換も、何かのキッカケによって全体が大きく導かれていく可能性があります。
そこで最も強く変革を望むのが、これから社会の礎となり、新しい時代を築いていく子どもたち、その子どもたちに与えられる教育です。

今の学校教育は、国語、算数、理科、社会といった西洋の価値観に基づく科学的で要素還元主義的なものばかりです。
これは本来のあるべき姿ではありません。

これからの時代の転換期を乗り越えていくためには、このバランスを整え、科学的なものとともに、物事を全体から大きく捉える生命思考を教育に加えていくことが必要不可欠です。



東洋思想の根幹である陰陽思想、これに基づくマクロビオティックの創始者である桜沢如一氏は、その生命観を子ども向けに易しく説いた『魔法のメガネ』という本を、約八十年前に著しました。
『コラム ～ 魔法のメガネ』でご紹介したのは、その生命観の分かりやすいほんの一例です。

今求められているのは、来たるべき東洋の時代、生命の時代を見つめていくための、新たなる魔法のメガネです。

この冊子は、その新たな魔法のメガネの役割を果たすことを願い、できるだけ易しい言葉で生命の仕組みについて書きました。
たぶん高校生以上の方には十分理解していただける内容だと思います。

ここで説かれている生命観は、科学的な知識と同程度のウエイトで扱われなければなりません。
また本来は、義務教育の課程で、この知恵を子どもたちに伝えていくことが必要です。

さらに将来的には、東洋への時代の流れを受け、この生命観が、科学的思考よりもより重きを持つものとなるはずです。
これは地球の自転、公転周期が変わらないのと同様に、この時空における絶対法則でありバランスです。

すべてのものに通じる生命、その生命という魔法のメガネをかけて世界を眺めると、きっとこれまでとは違った世界が開けてくるでしょう。
そしてその世界とは、すべての動物、植物、海、大地、空、・・・そして地球生命体ガイア、すべての生きとし生けるもの、すべての生命系がいきいきと光り輝く世界です。

最も尊いものは生命。
来たるべき生命の時代を、ともに喜びを持って迎えましょう。

2018年　秋
酒井伸雄
https://yogananda.cc

＜参考文献＞

ガイア生命圏－ガイアの科学　ジェームズ・ラブロック著（工作舎）
ガイアの時代　ジェームズ・ラブロック著（工作舎）
歴史の法則と武装中立　村山節著（新人物往来社）
まんが歴志学　林英臣著（まんが歴志学企画編集実行委員会）
文明の神秘と法則　村山節著（博進堂）
地球のバイオリズム　林英臣著（博進堂）
生物と無生物のあいだ　福岡伸一著（講談社現代新書）
魔法のメガネ　桜沢如一著（日本CI協会）
バイキンの国探検　桜沢如一著（正食出版）
マクロビオティック健康法　久司道夫著（日貿出版社）
日本人の脳　角田忠信著（大修館書店）
生命思考　石川光男著（PHP文庫）
愛華、光の中へ。　坪田愛華・揚子著（朝日出版社）
絵本 いのちをいただく みいちゃんがお肉になる日　坂本義喜著（講談社の創作絵本）
ガイアの法則[I]、[II] 千賀一生著（ヒカルランド）

この冊子の内容は、すべてホームページで公開しています。
pdfファイル版もあり、A4用紙で印刷可能です。
多くの方にご紹介いただければ幸いです。
https://yogananda.cc/life/

手製ですが、製本したものをご希望の方はお知らせください。
一冊600円（税込み）（二冊以上送料無料、一冊の場合は200円）
E-mail ： minnaminoru@gmail.com（酒井伸雄）

文中の解説で用いた写真や一部イラストは、インターネットから取得したものです。
著作権で問題がある場合は削除しますので、お知らせください。

この冊子は、より分かりやすくするため随時改訂予定です。

（4.0.1　－　2019.9.28）