ひらめき花すばる

2024年9月20日第13号
西南中生徒指導部通信
文責　松浦

参考文献
「スイッチオンの生き方」
村上和雄

スイッチON

台風での休校明けすぐに実施された前期期末試験の結果（学習のあゆみ）が本日返却されました。夏休みや休校時に、計画的に学習を進め、“ちょっと楽したいなぁ”という甘えたい人の性に負けず、頑張りが実った人もいれば、残念ながらまだ結果として現れなかった人、頑張らなかった人…、様々でしょう。

点数だけ見ると、人には“力の差”があるようですが、遺伝子的に見ると、ノーベル賞を受賞するような天才とよばれる人と、私のような一般的な人たちを比べても、遺伝子情報（＝ゲノム）の差はわずか0.5％しかないそうです。すなわち**人間は99.5％同じだということ**です。

（遺伝子の学習は中学3年生理科で学習します）

遺伝子には、私たちの身体をつくるための『設計図』が書かれています。その設計図に使う部分は全遺伝子情報の**たった2％**しか占めていないのです。残りの**98％は何の働きもしていない**、と考えられており、いわゆるジャンク（がらくた）と呼ばれています。

そう考えると、**私たちの持つ遺伝子のほとんどは「オフ」状態**になっているのです。それはある意味、私たちが自分の中に持っている**“潜在能力”**と言えるでしょう。

「火事場のバカ力」、聞いたことありますか？火事になると、自分にはあると思えない大きな力を出して重い荷物を持ち出す…という意味です。これは「オフ」になっていた遺伝子が**「オン！」になった**、と考えると分かりやすいでしょう。

このように、私たちの一つ一つの細胞には、**目覚めて機能している部分と、眠ったままで機能していない部分**があるのです。しかし、眠っている遺伝子がずっと眠っているのか、というとそうではないし、今目覚めて機能している遺伝子が死ぬまでずっと働き続けるか、というと、そうでもありません。

遺伝子の働きは、**照明のスイッチのように、点けたり消したりできる**のです。

病気も実は遺伝子の仕業です。環境も関係してくるので、同じ遺伝情報を持っていても発病しない人もいます。あるとき、外からの何らかの要因で、その遺伝子のスイッチがオンになってしまうと発病するのです。

さて、遠回りしましたが、テストの結果に戻りましょう。人間という存在を遺伝子レベルで見れば、学校の成績がよかろうが悪かろうが、**99.5％以上、誰でも同じ**なのです。

力に「差」があるとすれば、私たちが遺伝子を**眠らせているか、目覚めさせているか**の違いなのです。

その違いは**心の有り様**（考え方・生き方）や**環境**（自分自身の習慣を含む）等によって生じてきます。

人との**「出逢い」や「環境の変化」**によって、その人の中の、眠れる遺伝子のスイッチが「オン」になるとき、**人は生きながらにして生まれ変わること**ができるのです。

自分にとって好ましい遺伝子スイッチを「オン」にして働き、逆に好ましくない遺伝子は「オフ」にして眠らせておく…。そのスイッチは、**自分の考え方や生活習慣を意識的に変えてコントロールする**と良いのです。（第十号「心のスイッチ」～ポン・パッで行こう～参照）

具体的には、**自分が毎日繰り返している習慣（言葉遣い・生活リズム等）**を良い方に変えること。そして、その大もとになる考え方をオープンマインドにすること、だと思います。素直さ・感謝・感動する気持ちを持ち、いろんなこと（他者の意見等）を**受け入れ、謙虚に学ぶ気持ち**…それを続ける我慢強さの習慣を身に付ける。

そうして、残り98％の秘められた潜在能力のスイッチを「オン」にすると、奇跡と思うようなことが起きるのです。私たちにはまだまだ時間はあります。今日から奇跡の一歩を始めよう。