

笑門来福

「笑う門には福来たる」は本当なのか!?

「あけましておめでとうございます」

平成29年が始まりました。私は穏やかで雪のない三が日を、家族とともに過ごすという幸せを味わうことができました。ありがたいことです。

さて、年賀状などで見ることもある「笑門来福(しょうもんらいふく)」とは、いつもニコニコして笑っている人の家には、自然に幸運がめぐってくるという意味で使われています。ところで、この言葉には意味があるのでしょうか。



心の持ち方でいい遺伝子はオンになる

村上和雄教授 (分子生物学者 筑波大学名誉教授)

年をとっても脳は鍛えられる

2年前、『SUPER BRAIN(スーパーブレイン)』(保育社)の翻訳を手がけましたが、この本の内容も、まさに常識をくつがえすものでした。

「ブレイン=脳」は、これまで歳とともに確実に衰えていくものだと考えられていました。しかし、それは嘘っぱち。脳は、何歳になっても発達し続け、生涯現役だということがわかったのです。

さらに、脳を動かすのは脳自身ではなく、人の心や意識だということもわかってきた。たとえるなら、脳はテレビの受信機のようなもので、それ自体が歌ったりドラマを制作したりするわけではない。制作者は、我々の「思い」なんです。脳は、その人が「できる」と思ったことしかできないし、逆に「できない」と思っていることはできない。

つまり、固定観念で「こんな歳だし、もう無理」などと思い込むから、できないだけであって、脳の可能性には限界がないということです。もちろん、体力にはある程度の限界はありますよ。でも、脳に限っていえば、誰でも、何歳になっても進化し続けることができる。悲観してはいけません。

心や意識の持ち方で変わるの、遺伝子も同じです。先ほどお話したように、人の遺伝情報はすでに解読されました。しかし、そのうち遺伝子の働きが確実にわかっているのは、せいぜい2%程度。あとの98%は、眠っている状態です。その休眠状態の遺伝子のスイッチをオンにすることで、私たちは別人のように、これまでになかった能力を発揮できることもある。火事の刺激でスイッチが入り、重い荷物も運べてしまう「火事場のバカ力」もそのひとつでしょう。

悪いストレスが加われば悪い遺伝子のスイッチがオンになって病気になる可能性が高くなることはよく知られています。ならば、逆に良いストレスが加われば良い遺伝子が目覚めることもあるはず。その良いストレスこそが、感動すること、喜ぶこと、感謝することなどの心や意識の持ち方なのです。

私が代表をつとめる「心と遺伝子研究会」のチームでは、そうした良いストレスのうち「笑い」が良い遺伝子のスイッチをオンにすることを、すでに科学的に証明しました。そして現在は、真言密教の高野山のお坊さんたちにご協力いただいて、「祈り」と遺伝子の関係を研究中。もうすぐ朗報が出るはずですよ。

※~~~~~は筆者が追加しました (出典：PHP平成29年1月号より一部抜粋)

そうなんです! 「笑う門には・・・」は、科学的根拠があったのですよ。テレビのお笑い番組で笑うのもいいですが、それより、家族と、あるいは友だちや先生と、笑い合える場面を多くしていけば、きっと良い遺伝子のスイッチが「ON」になりますよ!

長浜市では英語キャンプが実施されました

長浜市は10年ほど前から英語教育に力を入れていて、小学校にもいち早く英語の時間が設定されました。その効果でしょうか、近年の中学生は、私の中学時代と比べものにならないくらい英語に慣れてしています。へたに英語の単語を言おうものなら「先生！ 発音が違うよ！」と指摘されます。

12月に、市教育委員会で実施された「英語キャンプ」は、会話はすべて英語で行い2日間にわたって実施されました。募集前は定員の30名が集まるだろうかと心配しておられたようですが、なんと171名の応募があったそうです。本校でも抽選にもれた人もいて、残念に思いました。市教委では、来年はもう少し定員を増やそうかという声も聞かれます。また、次のチャンスに応募してください。

話は変わりますが、私は英語はあまり得意ではありませんでした。私が中学生の頃は、ALTの先生もおらず、修学旅行の東京タワーで、思い切って外国人に話しかけても、まったく発音が聞き取れないという、恥ずかしさと悔しさが印象に残っています。やはり、今の生徒たちの聞き取る力や話す力は格段によくなっているようです。

苦手な英語ではありますが、ひとつだけすごく印象に残っている英語の授業があります。それが「A M u j i n a」という物語です。英語の教科書に載っていたと思います。M u j i n aの作者は、小泉八雲（ラフカディオ・ハーン）です。八雲は、日本の明治時代に日本の文化に興味を持ち、島根県松江市に英語教師としてやってきました。そこで日本人と結婚して日本国籍を取得し、こよなく日本(松江)を愛した作家です。私の記憶が正しければ、少し長めのこの英文を暗記せよという宿題が出され、「M u j i n a」を必死で覚えた記憶があります。Long long ago. There was a lonely slope in the city of Edo. . . . あらすじは長くなるので、興味のある人は自分で調べてください。(右上のさし絵はM u j i n aと関係があります)小泉八雲の作品には、他に「耳なし芳一」などの怪談が有名です。怖い話ですが、なぜか印象に残るお話です。ぜひ読んでみてください。



いよいよ大詰め!!

3年生の皆さんは進路決定の大詰めが近づいてきました。真剣に考えぬいた希望進路でしょう。まだ、迷っている人もいるかもしれませんが、進学してみなくちゃわからないこともあります。しっかり選んで希望進路の実現に向けて、もう一踏ん張りです。

ただし、これだけは言っておきます。「高校なり専門校に合格することが目標ではありません。実現した希望の進路を卒業することが当面の目標です。」がんばってください!

さて、1・2年生の皆さんも、2年後、1年後には同じように悩むはずですが、直前になって慌てないようにしましょう。みんな知ってる桜の花は春に満開を迎えますが、その準備は前年の夏頃から始まります。青々と茂る葉っぱの根元あたりには、翌年の花の芽が準備されているのです。準備は早めです。

1月の予定

6日(金) 3年生実力テスト
10日(火) 3学期始業式
11日(水) 1・2年生確認テスト
12日(木) 身体測定 数・英テスト
17日(火) 新入生入学説明会
27日(金) 授業参観 2年生保護者説明会

新生徒会始動!!

12月26日には、生徒会本部役員のリーダー研修が行われました。緊張した雰囲気の中にも、意欲を持って「やるぞ!」という気概が見えるリーダー研修会でした。

まもなく生徒会の目標やスローガンが示されると思います。新生徒会の役員とともに、みんなも高月中生徒会の一員として、高い志と夢を持って、力を合わせていってください。

