

細胞の知—身体知

～若々しい健康な人生を送るために～

西野皓三

一般に知というと頭脳の知を思い浮かべるが、人間には頭脳の知のほかにもう1つ大切な知がある。それは身体知である。身体知にはDNAにインプットされている四十億年に渡る生命史の中で積み重ねられてきた龐大な生きるための知が含まれている。ホモサピエンス(知の人)といわれる人間にとって、頭脳知はこの上なく大切なものである。しかし、頭脳知は細胞レベルの身体知によって支えられていることを忘れてはならない。

私は医学部に入学し、解剖学や生理学、医化学などを学び身体の医学的基礎知識を身に付け、ニューヨークのメトロポリタン・オペラ・バレエスクールで本格的なバレエ(西洋的身体)の動きを探究し、さらに東洋の動きを究めるために武道をおさめ師範となった。こうした身体を追求する学理と実戦に立脚した独自の歩みの中で“身体知”を創る西野流呼吸法をみ出したが、いま、科学はあたかも私の歩みとシンクロナイズするかのように様々な方面で身体の重要性を確認する研究成果を次々に生み出している。

1953年ワトソンとクリックが遺伝子DNAの二重螺旋の構造を解明した。これは二十世紀の科学三大発見の1つとされるように、人間の生命観、身体観を根底から変えるものであった。分子生物学の進歩は最も極端に人間の本質は脳にあるのではなくDNA(身体)にあることを示した。その驚嘆すべき実例がクローン羊の誕生といえよう。クローン羊の誕生で最も注目すべきことは、成獣の乳腺から取り出した1つの細胞から数十兆個の細胞を持つ1頭の羊が生まれたということである。つまり、人間でいえば六十兆個(七十五兆個という説もある)ある細胞のひとつひとつの中に、人間の身体のすべての能力が備わっているということになる。

くしくも、これは私が西野流呼吸法を発見した時、究極の身体の動きの中では「一がすべてで、すべてが一になる」と言っていたことと一致していた。細胞のひとつひとつは互いにコミュニケーションを行い、全体として1つの身体を体現している。すなわち、個々の細胞がある情報を得るとそれぞれが自己の生命を保存発展させるために一致団結したすばらしい連携プレイを行う。すべてにおいて、見えざる生命エネルギーのコミュニケーションを行っているということが細胞の知なのである。細胞間でそうしたコミュニケーションがあることによって、人間の身体は

形成されているのだ。

また、人間も細胞と同様に一人一人は個という単位である。そのひとつひとつ（一人一人）の個が連動して社会を形作っているが、その形成は生命エネルギーのコミュニケーションというより、脳が作り出した仕組み（バーチャル）に負うところが大きい。それぞれの個が身体知を身に付け自立すれば、おのずと個々の生命エネルギーのコミュニケーションが活発となり、より充実した共存共栄の社会が創られることだろう。細胞レベルの生物学の研究はまことに実り大きなものである。

人間が「生きるということ」を追求していった果てに浮かび上がってくるのは、人間が現実には生きているバーチャル・リアリティー（作り事の世界）の中でバーチャルに惑わされたり、丸ごとのみ込まれることなく、バーチャルの世界を楽しむという人間の生き方にほかならない。身体知はまず一人一人の生きがいの大もとである若さと健康を培い、さらにはその一人一人がバーチャルの世界を自在に生きるための潜在能力を十二分に発揮させるためのものである。当然、身体知を養うことは、頭脳知を最善に発揮させる方法でもある。