

世界中で研究が進むがんの劇的寛解と心の関係

瞑想ががん抑制遺伝子のスイッチをオンにする！ 書籍「治癒を目指すがん患者のための瞑想ワーク 思考と感情ががん遺伝子に働きかけるすごい力」8月1日発売 自宅のできる、ストレスや葛藤を溶かす瞑想ワーク

2024年8月1日発売

株式会社ユサブル（本社：東京都中央区 代表取締役社長：松本卓也）は、元ソニー上席常務にして現在瞑想ワークの第一人者、天外伺朗氏の書籍「治癒を目指すがん患者のための瞑想ワーク 思考と感情ががん遺伝子に働きかけるすごい力」を2024年8月1日（木）に全国書店及びネット書店にて発売します。

◆Amazon: <https://www.amazon.co.jp/dp/4909249605/>

タイトル:「治癒を目指すがん患者のための瞑想ワーク 思考と感情ががん遺伝子に働きかけるすごい力」

著者:天外 伺朗

発行人:松本 卓也

発行所:株式会社ユサブル

定価:1760円(税込)

発売日:2024年8月1日(木)

版型:四六判上製168p

発売店:全国書店及びネット書店

Amazon: <https://www.amazon.co.jp/dp/4909249605/>

【目次】

第1章病と身体の関係

第2章実存的変容を起こすための瞑想ワーク

第3章意識が病を治し、医療を変えていく

【著者プロフィール】

天外伺朗 Tenge Shiroh

工学博士(東北大学)、名誉博士(エジンバラ大学)。1964年、東京工業大学電子工学科卒業後、42年間ソニーに勤務。上席常務を経て、ソニー・インテリジェンス・ダイナミクス研究所(株)所長兼社長などを歴任。現在、「ホトロピック・ネットワーク」を主宰。医療改革や教育改革に携わり、瞑想や断食を指導。また「天外塾」という企業経営者のためのセミナーを開いている。さらに2014年より「社員の幸せ、働きがい、社会貢献を大切にする企業」を発掘し、表彰するための「ホワイト企業大賞」も主宰している。著書に『日本列島祈りの旅1, 2, 3』(NATURAL SPIRIT刊)、『「ティール時代」の子育ての秘密』『実存的変容』『無分別智医療の時代へ』『自己否定感』『正義と悪』という幻想』(内外出版社刊)など多数。



世界中で研究が進む
がんの劇的寛解と
心の関係

治癒を目指す
がん患者のための
瞑想ワーク

思考と感情ががん遺伝子に
働きかけるすごい力

心ががんの
自然退縮に
影響をあたえ、
瞑想が
心を変える！

心が遺伝子の働き方を変えることを突き止めた 「エピジェネクス(後成遺伝学)という最新遺伝学とはなにか？」

本書が、提案しているがん患者さん向けの瞑想ワークはそれ自体は自宅ですぐに実践できて簡単です。お経のように、いくつかの文言を唱えればよいというものです。

では、なぜ瞑想ワークをがん患者さんに提案するのか、それには世界の最新遺伝学「エピジェネティクス」の存在があります。「エピジェネティクス」は日本語で後成遺伝学と翻訳されます。簡単に説明すると、環境や生活習慣、人間の意識など、後天的な要素が細胞や遺伝子の働きに影響をあたえる、という生物学的な現象です。心の持ちようが人体に多大なる影響をあたえることを明らかにした研究なのです。

DNAにはスイッチのような仕組みがあり、たとえばアメリカのジョンズ・ホプキンス大学の研究で、がんの発症をおさえるがん抑制遺伝子を持っているにもかかわらず、がん患者さんの場合はそれがオフになっていることが多いということが判明しています。ではどうすれば遺伝子のスイッチをオンにするか。このオンオフに生活習慣や人間の考え方が大きくかかわっていることがわかってきたということです。

著者の天外伺朗氏は、42年間在職したソニーを退職した後、おもに経営者の心のあり方を変える手段として瞑想を提供してきました。その時気づいたのが、一流の経営者にはがんなどの大病を克服した人が多いこと。その人たちは口をそろえて「がんになって、考え方、生き方が変わった」というそうです。

また、数十年前から、元九州大学医学部名誉教授の故池見西次郎氏が発見した「心のあり方が劇的に変わった人のがんの自然退縮がおこることがある」という事実は、一部の医師の間では知られていました。

それらの事実から、経営者の心のあり方をがらりと変える瞑想ワークを発展させたのが本書で紹介する「実存的変容を起こすための瞑想ワーク」です。

心のあり方を変えるための瞑想ワークとは？

人の心のあり方ががらりとかわることを、著者の天外氏は「実存的変容を起こす」と説明しています。

前述の故池見西次郎先生が発見した事実を知ってからは、有志の医師らとともに、心のあり方を重視する医療への変革を訴えて、30年近く医療改革を訴えてきました。

心の葛藤、深いストレスを癒す方法はいくつもありますが、その中でも瞑想が、お金をかけず自宅で簡単にできます。病気のケースではありませんが、実際に世界的に見ても名経営者といわれる人たちの中には瞑想を実践する人は非常に多いのです。ながらくソニーでCDやアイボの開発にかかわり、ビジネスの世界でトップを走ってきた天外伺朗氏は、瞑想が心のあり方を変える力を、身をもって感じている一人です。

仕事や家庭での深い葛藤が消えていくとき、心から、これをやり切ったら死んでもいいと思えたとき、なぜかがんが自然退縮していくことがある。瞑想が免疫力を活性化させるという研究はありますが、心とがんの自然退縮の関係は、いまだそれが観察されているだけです。

しかし、瞑想は今受けている治療の邪魔を一切しません。日常の生活の中で実践すればよいだけで、不要なお金もかからないことが重要なポイントです。

この瞑想ワークを実践したがん患者の方はこういいます。

「がんが治るとか、そういう効果はわかりません。でも、この瞑想をしているとなんとなく死ぬのがこわくなくなったり、不安が薄れてくるんですよ」

【会社概要】
会社名：株式会社ユサブル
代表者：代表取締役松本卓也(マツモトタクヤ)
本社所在地：東京都中央区日本橋蛸殻町2-13-5 美濃友ビル3F
TEL：03-3527-3669
設立：2017年2月7日
事業内容：書籍出版資本金：6,000,000円
企業サイト：<http://yusabul.com/>

書評・著者取材・情報掲載、画像提供等 ご取材の問い合わせ先
TEL：03-3527-3669 FAX：03-4243-3564 E-mail：info@yusabul.com
株式会社ユサブル担当：松本卓也