

「日本の智慧×サイエンス」 参考資料

2026.08

骨組みとなるアイデア：東洋的物心一元論は、新しいサイエンスになるか？

・フリットョフ・カブラ 「タオ自然学」 工作舎 (2006)・・・サイエンスの世界は、こころと物質をくっきり分ける物心二元論として発展した。しかし、2000年にわたる科学研究の後、量子力学の研究者は、2000年前にインドで発見されていた「空」の世界観に帰着した。東洋思想を原点としたサイエンス「ニューサイエンス」を提唱し、数十年前に一世を風靡したが、実際に大きなサイエンスの展開には結びつかなかった過去がある。

・岸根卓郎 「文明論」 東洋経済新報社 (1990)・・・西洋化が急速に進むなか、人類が生き残るためには、西洋的なあり方ばかりでなく、東洋的なあり方が必要であると、人類の歴史から説く。ほかにも、心の世界と物質の世界の両方を量子力学で統一して捉えようとする本が他に多数出版されている。

・多田宏 「生命（いのち）の力を高める「呼吸」」 世界文化社 (2024)・・・フランス語で出版された本の、日本語版。武道は「こころとからだの使い方を学ぶために現代にも生きる」と説く、合気道九段の多田宏氏。合気道の「こころとからだの使い方」が、ヨーロッパに浸透しつつある。田多井先生の「合気道心理療法」につながる。

・前野隆司 「無意識の整え方」 ワニ・プラス (2016)・・・東洋的「無意識」の世界が、科学的なメカニズムとして捉えられるだろうか？ロボティクスの研究者が、ロボットに人間の行動をさせることを研究するうちに、「無意識」の世界の重要性に気付き、東洋的「こころ」の世界観に目覚める。合気道師範、仏法僧、森林を使ったコーチング、医師らとの対談から、「無意識」の世界について考察する。本シンポジウム構成のアイデアの一端になった本。

・エリザベス・ブラックバーン&エリッサ・エベル 「テロメア・イフェクト」 NHK出版 (2017)・・・テロメアの発見によりノーベル賞を受賞したブラックバーンが、受賞後に米国で展開した研究。寿命を決めるテロメアの長さが、ストレスに応答しており、こころとからだを一体に捉えた東洋的なアプローチの健康における有効性を科学的に説いた本。大森美香先生がお話される予定の「マインドフル・イーティング」や井本先生のお話とも関連した「マインドフルネス」につながる。

Denis Nobe & Paul Ch' en : 医心方

* 医心方は、国宝に指定されている日本最古の医学書。900 年代に書かれて以来、数百年にわたって改訂が続き、日本独自の医学を構築した。現在、UNESCO 登録への動きが進んでいる。

榎 佐知子 「医心方からみた健康術」(2025)

榎 佐知子 「医心方の世界: 古代の健康法をたずねて」(1991)

* 榎 佐知子先生は、医心方を全現代語訳されたことで著名で、2023 年に永眠された。Denis Noble とも交流があった。

* デニス・ノーブルは、生命科学における関係性の科学「システムズ・バイオロジー」の創始者の一人として知られる。

例) デニス・ノーブル 「生命の音楽」 新曜社 (2009)

東洋的物心一元論にも深い関心を寄せており、近日新たな著作が発表される予定。

* ポール・チェンは、医師で、英国の健康寿命プロジェクト

<https://oxfordlongevityproject.org/about-us>

に関わるほか、英国で健康を推進する podcast 制作をすすめている。

<https://www.youtube.com/@perflowpodcast>

大森先生：マインドフル・イーティング

1) 書籍「マインドフル・イーティング 過食から自由になる心理学」

2) 現代“間食”考 狭間からみる人類の食

間食の心理学, 平凡社, 2025 年 01 月, 大森美香, 野林厚志, 学術書, 216-239

飯田先生：和食における大豆

https://www.fujioil.co.jp/healthy_soy/history/?utm_source=chatgpt.com

https://www.jstage.jst.go.jp/article/jisdh/28/4/28_225/_pdf/-char/ja

1. Sakamoto Y et al. Daidzein regulates pro-inflammatory adipokines thereby improving obesity-related inflammation through PPAR γ . *Molecular Nutrition and Food Research* 58:718-, 2014.
2. Yoshino M et al. Dietary isoflavone daidzein promotes Tfam expression that increases mitochondrial biogenesis in C2C12 muscle cells. *Journal of Nutritional Biochemistry*. 26(11):1193-, 2015.

3. Kitamura K, et al. Daidzein promotes the expression of oxidative phosphorylation- and fatty acid oxidation-related genes via an estrogen-related receptor α pathway to decrease lipid accumulation in muscle cells. *Journal of Nutritional Biochemistry* 77:108315, 2020.
4. 飯田 薫子ら. 脂質代謝制御を介した大豆イソフラボンによるサルコペニア肥満改善. 大豆たん白質研究 24 巻 59 頁-, 2022.7
5. 飯田薫子. イソフラボンの生体調節機能～肥満改善効果. 豆類の百科事典 朝倉書店. 280頁-, 2024.5

井本先生：観想研究・教育

<https://ccs.keio.ac.jp/Project>

田多井先生：合気道心理療法

<https://www.shirakaba-counseling.com/%E3%83%96%E3%83%AD%E3%82%B0/%E5%90%88%E6%B0%97%E9%81%93%E3%82%BB%E3%83%A9%E3%83%94%E3%83%BC/>

・「合気道を応用した心身一如のセラピーによって脱中心化と受容を体得した事例」(2025) 心理臨床学研究第 43 巻 3 号

・「合気道を導入したセラピーにより恐怖・強迫に対する勇気が賦活化した事例」(印刷中) 心理療法統合学研究

山田先生：盆踊りを使った心理療法とコミュニティ形成

・山田研 HP の研究協力者募集ページ：ダンスフェス研究の募集やオリジナル盆踊りの歌詞・音源・動画を載せています。

<https://sites.google.com/view/mihoyamada/%E5%8F%82%E5%8A%A0%E8%80%85%E5%8D%94%E5%8A%9B%E8%80%85%E5%8B%9F%E9%9B%86>