あとがき

本書では、私たちの「生命のプログラム」について、「エピジェネティクス」という研究の最前線をお話ししてきた。新しい分野で日進月歩の途中ではあるが、生命と病気の本質にかかわることから、その全体像の理解に迫りたいと思ったからである。ヒトがヒトであるためには、このプログラムは、安定に〝維持〟されなければならない。その一方で、生活環境に応答して、柔軟に〝変化〟する必要もある。しかも、プログラムに異常が起これば、病気の発症につながる可能性もあるのだ。このように、「生命のプログラム」とは、維持と変化が表裏一体になったものである。あたかも流れる水が澄んでいるように、変化することで安定に維持されているようだ。

やや脇道にそれるが、生命体は、基本的に「種の保存」という方向性をもっている。もっていると意識に上らないほどに、本能に近いものである。地球上に現存する生物は、子孫を増やすことで、繁栄してきた。これができなくなると、その種は消滅していく。

私たちの日頃のおしゃれ、美容、ヘアースタイル、ファッションなど、自分の見た目やその魅力を追求する背景には、種の保存が働いているとみてよい。ヒトはその知能が高く、趣味や趣向、美的感覚、仕事柄、年齢など装飾する要素は多いが、その根本の幾分かには、種の保存がかかわるであろう。

植物・昆虫から魚類・鳥類、そして哺乳類に至るまで、ほぼ例外なく、雌も雄も相手を惹きつけるように進化してきた。鮮やかな色、奇抜な形、行動パターン、鳴き声、匂いなど、様々な手段を使ってアピールするのだ。生命体にとって、然るべく優先度が高いのは、種の保存、すなわち、子孫を残すという生殖にあるからである。このため、生活環境の変化に応じて、もっとも急速に変化を遂げるのが、生物の外観と生殖に関するものといわれている。

生物種は、環境因子に適応するために、ゲノムの印づけを変えることで、〈エピジェネティック〉に変わるのではないか。こう考えると、私たちは、新しい生活環境、脳にインプットされた情報などに応じて、自分自身、そして次の世代を質的に変化させる可能性があるのかもしれない。例えば、親の脳が希望する形質を、自分の子のゲノムに刷り込む。そして、子世代もその方向に適応していく、ということだ。これに要する時間は、案外、長いようで、短いのかもしれない。本書のまえがきで、子世代、父母世代、祖父母世代で、現代人は変わってきたのかと問いかけた。「生命のプログラム」が変化したならば、日本人の体格は変わるであろう。しかも、その変化は、世代を超えて引き継がれるであろう。確かな回答を導き出すには、もうしばらくの時間と研究が必要のようである。

本書『語りたくなるエピジェネティクス読本』は、基本がわかりやすい、1冊にまとめた。エピジェネティクスの手引き本・愛読書として、読者諸賢に繰り返し読んでいただければと

の想いから〝読本〟とした。エピジェネティクスに関わる「知の体系」（歴史、考え方、進歩、身近な例など）に触れることで、まわりに伝える拠り所として、自分の手元に置きたい1冊になると幸いである。

中尾光善