

<<幸福的答案，基因知道>>

图书基本信息

书名：<<幸福的答案，基因知道>>

13位ISBN编号：9787806887035

10位ISBN编号：7806887032

出版时间：2011-9

出版时间：天津社会科学院出版社

作者：村上和雄

页数：213

译者：刘荣

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<幸福的答案，基因知道>>

### 前言

前言多年以来，我一直从事生命科学的研究工作。

在后半生二十几年的时间里，我都在研究遗传基因。

现在遗传基因研究的发展势头非常好。

沉浸于研究的同时，我有时会问自己一个问题——“到底是谁写了这些暗号”。

万卷书籍般巨大的生物设计图，记录在极其微小的空间内。

人体按照图中的信息，在完美的协调下井然有序的工作。

能做到这些的不是人，而是大自然。

眼睛不可见的伟大力量，我称它为“某种伟大的力量”。

包括人类在内，所有生物的生存都得益于“某种伟大的力量”。

遗传基因不是简单的将生物信息从父辈传给子辈，它在所有生物体体内，一刻不休地工作。

最近，我们已经弄清楚一点——很大一部分遗传基因都在沉睡，或反复开启、关闭。

因此，如果能打开良性遗传基因的开关，人将获得更多的可能。

遗传基因的开启和关闭由遗传基因所处的环境因素和精神压力来决定。

于是，我提出“心与遗传基因相互作用”的假说。

为了证明这个假说，2002年，我组织成立了“心与遗传基因研究会”（官方网址为<http://www.fais.or.jp>）

我们发现“笑”能够有效抑制糖尿病患者的血糖值，使遗传基因开启。

这个事实还表明不仅是笑，快乐、欢喜、感动、祈祷等都可能使良性遗传基因开启。

这个结论不只是科学上的发现。

由于关系到人类新的可能性，所以还用于个人、家庭、学校、公司等教育中。

我们要知道，人类自身还有很多没有被开发出来的潜能。

指引我探明某种伟大的力量的作用、心与遗传基因相互作用的，不只是科学事实，背后还有日本关于自然和人类的思想和文化。

日本民族一直都感谢大自然的恩惠，倡导人与自然共同生存，甚至可以说感觉到了某种伟大的力量的作用。

今后的日本，不仅需要增强经济和科学技术实力，还要加上日本民族所拥有的重视一切生命的心。

作者

## <<幸福的答案，基因知道>>

### 内容概要

生命科学的研究进展惊人，甚至每每出乎身在研究现场的人的预料。人类已经掌握了破解自己身体设计图的技术，并且期待经由解读这些基因不定期解开生命之谜。不过随着这项解决工程日益往前进展，我们也逐渐了解到，事情并没有那么简单。单单一个细胞，就越研究越深无止尽，要解读生命，绝不是件容易的事。

我们必须真正了解一个事实：人类不是单靠自己的力量或努力就可以生存，还必须仰赖各种事物的支援才得以存活，如此才能产生真正的自制力，不是吗？而我们对这些事物心存感恩，就能使过去沉睡的基因苏醒，进而开拓美好的人生。

了解基因的秘密，你就能改写生命的故事！

一位罹患癌症的病人，认为一定会痊愈和相信一定无药可救的人，癌细胞会因之而改变；明明有来重的高血压，可是却坚信自己血压很低的人，症状真的减缓了。

年轻时生的小孩比较聪明，五十刚时生的小孩罗笨，这种说法是错误的。

高智商父母结婚后，反而容易生下智商比父母低的小孩。低智商的两个人生下天才的几率比较高。

诺贝尔奖得主几乎都不是填鸭教育下的模范生，不管是科学研究或独特的创意，都是从没有标准答案之中产生的。

只要能除去妨碍成长的因素，人就能发挥百倍，甚至千倍以上的潜能。而阻碍人类成长的最大因素，就是负面思考。

## <<幸福的答案，基因知道>>

### 作者简介

村上和雄

1936年出生。

筑波大学应用生物化学系教授。

1963年取得京都大学农学研究所农艺化学博士学位，同年赴美国，担任俄勒岗医学研究员，1968年担任京都大学农学部助教。

1978年获得筑波大学应用生物化学系教授职位，之后组成基因研究小组。

1983年因成功解读高血压致病因素——肾素的基因而得到世界注目。

1

99

4年起，受邀担任“先驱科学领域研究中心”主任一职。

1996年荣获日本学士院奖。

其著作有：《生命工程技术》、《由基因学到蛋白质科学的研究》、《基因传递的讯息》、《人生的暗号》、《幸福的答案，基因知道》等。

## <<幸福的答案，基因知道>>

### 书籍目录

#### PART I 奇迹的“遗传基因思考”让自己成长

- 01 遗传基因与所有生命活动息息相关
- 02 遗传基因的“电源开关”
- 03 饥饿状态让新遗传基因开启
- 04 开启遗传基因
- 05 想激活与不想激活的遗传基因
- 06 控制遗传基因开关
- 07 相信“无法解释的东西”
- 08 赶快抛开“我不能”的想法
- 09 “遗传基因思考”可以控制生死
- 10 遗传基因创造奇迹
- 11 遗传基因是最大司令部
- 12 “防守”态度妨碍成长
- 13 只有百分之三的遗传基因在工作
- 14 想法越多可能性越大
- 15 “做不到”大多是“不做”
- 16 下决心去做
- 17 适度的功名心是进步的原动力
- 18 成长遗传基因的开启离不开“血气方刚”
- 19 冒险让人成长
- 20 偶然是一种“暗号”

#### PART 2 丧失自信后怎样开启“幸福遗传基因”

- 21 不顺心源于“幸福遗传基因”关闭
- 22 不要说自己一无是处
- 23 任何年龄都可以发掘新才能
- 24 困难之时最需要积极心态
- 25 人人都会接受考验
- 26 “值得庆幸”的心态
- 27 绝境下的感动影响遗传基因
- 28 机会不贴标签
- 29 热情、喜不自禁的心情会吸引周围人
- 30 吃了“败仗”也要继续
- 31 下定决心后迎接幸运
- 32 停滞不前只是“转折阶段”
- 33 世界上没有相同的遗传基因
- 34 人的头脑没有“优劣”之分
- 35 摆脱约束
- 36 摆脱限制，不断发展
- 37 把压力当作朋友
- 38 “福临笑家门”
- 39 下决心改变环境
- 40 环境的改变让遗传基因开启

#### PART 3 开启“邂逅遗传基因”的积极暗示

- 41 任何邂逅都有意义
- 42 “强烈的愿望”招引机遇

## <<幸福的答案，基因知道>>

- 43遗传基因开启让坏事变好事
- 44机遇源于信任
- 45获得他人的好感
- 46开启遗传基因的人际交往
- 47选择“异类”
- 48“异类”加“异类”的效果
- 49今天的大敌可能是明天的朋友
- 50强大的敌人转化为强大的伙伴
- 51接触一流
- 52不迷信权威
- 53固执己见不如坦率面对
- 54把自己的想法告诉别人
- 55新进化论与“邂逅遗传基因”的开启
- 56不一定是“强者胜利”
- 57去做就好
- 58固执己见不如灵活多变
- 59因循守旧让“邂逅遗传基因”关闭
- 60做老实人没有损失

### PART 4开启遗传基因的习惯让工作充满乐趣

- 61身体是模范“组织”
- 62任何工作都有意义
- 63让繁多的工作变得快乐
- 64开启工作遗传基因
- 65创新的源泉
- 66“普通工作”也从模仿开始
- 67缺乏知识和经验也没关系
- 68不要因为是“外行”而害怕
- 69把想法付诸行动
- 70“夜晚”比“白天”有用
- 71一个信息改变一生
- 72想被认可就要宣传自己
- 73遗传基因的“克制”
- 74以高目标逼迫自己
- 75担心未来不如专注于眼前
- 76“味觉”打造遗传基因开启体质
- 77培养“味觉”的三个条件
- 78“遗传基因开启型”的特征
- 79妨碍遗传基因开启的六大要因
- 80早起为自己创造个人时间

### PART 5开启“干劲遗传基因”的条件

- 81“为世界、为他人”的信念
- 82消瘦十公斤的操劳
- 83牺牲是“干劲”的催化剂
- 84变与不变
- 85“果断”和“决心”两者都重要
- 86两种自尊心
- 87非常时期的你能向人低头吗

<<幸福的答案，基因知道>>

88科学工作者相信“某种伟大的力量

89改变自己的心

90从两个极端把握全局

91“自助者，天助之”

92成功是“托别人的福”

93失败是通往成功的必经之路

94先做好“一两个”

95无可奈何的状况引导遗传基因开启

96“成事在天”

97某种伟大的力量撒下的相助之网

98相助之网出现的三个条件

99“如何生”即是“如何死”

100拥有生命是最大的奇迹

211本书核心观点

<<幸福的答案，基因知道>>

章节摘录



## <<幸福的答案，基因知道>>

### 编辑推荐

《幸福的答案:基因知道》:在日本銷售突破35万册，NHK“日本人最想上的一堂課”节目超人气教授、日本生物科技第一把交椅，根据最先进的研究成果，告诉你如何开启你的好基因，享受美满人生。看过本书，你就会知道，基因竟然如此有趣！生命設計图竟是如此不可思议！而环境和人的想法，真的能够改变基因！

<<幸福的答案，基因知道>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>