

# 目次

section1 はじめに この本と私について 3

section2 小中学校〜社会性が課題〜 11

ヒマワリの種と授業参観の話…………… 12  
人生そのものが相対性理論…………… 14  
周りの友達の関心事がどうでもいい…………… 16

section3 teen時代 〜誰よりもteenらしいteenだった〜 23

teen時代前半〜社会性を発揮しようとしすぎて  
非エッセンシャル人間になる〜…………… 24

teen 後半〜エッセンシャルになりすぎ人生の修羅場〜…………… 32

section 4

暗黒時代

〜自分が誰かわからなくなったものの誰かわかった〜

35

基本的なことをもう一度やる…………… 36

発達障害の「超早期発見」…………… 42

「こだわりのパラレルワールド」を自由自在に乗りこなせ!!…………… 44

sections

大学をどう乗り切るか

〜時間を買うに行く(スケジュールを自己流で作成する)〜

63

大学は発達障害者にとって最高の社会機関…………… 64

大学の授業に全部出席する…………… 65

作品作りや感性を磨く時間がたくさんある…………… 68

「時間」があり余るので24時間365日「哲学」の時間…………… 70

「やりたいこと」は大学に行けばできる…………… 72

section6 大学院以上に進む／自分の頭脳の使い方を学びに行く／ 75

自分の頭を使いながら人の話を聞く世界

／自分の時間と相手の時間は掛け算が当たり前／……………76

今の世界のおいしいところの話を聴く機会がいくらかでもある

／AI・株式投資・微粒子・宇宙・起業・魅力工学／……………77

大学大学院で強烈に残った、スケジュール管理が下手という課題……………79

section7 仕事・引退期 81

／スケジュール管理に成功するという課題意識／

仕事に就く前までが自己実現……………82

「働いたら負け」はニートの専売特許ではない……………84

お金以外のすべてのものを先に手に入れる人生戦略……………85

一つ前の時期の失敗から何かを学んで起き上がる人になる……………86

最後は「倫理」「法律」よりスピリットの存在を信じる……………88

sections8 「反芻」について 93

「反芻」に殺されるのではなく、「反芻」をすべて生かききってしまえ!!……  
パラレルワールドに行ってもやっぱり反芻している我々……………  
5次元があるとしたらどうなっているだろうか?……………

section9 終わりに息が止まっても諦めない??

意識覚醒を超えて2034年まで待てるかゲーム

section10 あとがき 147

ASDは困ったときの必殺技「和顔施」を覚えよう!……………  
謝辞……………

reference (参考文献)…………… 157