

【共有の重要性】

脳大成理論では、「脳がわたし達の人生の全てを担っている」という前提を力強く示しています。ここでは、共有が人生にとって最も重要であるという事を脳科学の視点から考察します。

まず、わたし達の性格も脳の反応であるという事を示してくれる事件をご紹介します。

チャールズ・ホイットマン（当時25歳）は1966年8月1日オースティンのテキサス大学タワーの展望デッキから無差別発砲をし13人が死亡、33人が負傷、即時警察から射殺されました。彼は、工学部を卒業し、職業は銀行の出納係であり、周りからは温厚な性格であるという評価でした。しかし、上記の事件の前日に妻と母を殺害し、自殺の遺書となるモノをタイプしていました。そこには以下のように綴られていたのです。

『このところ自分のことがよくわからない。ボクは分別も知性もあるふつうの若者のはずだ。でも最近（いつからかは覚えていないが）、わけのわからない異常な考えが次々と襲ってくる。…（中略）…ボクが死んだら検視解剖をして、目に見える身体疾患があるかどうか調べて欲しい。』

彼の希望通り検視解剖を行った結果、なんと、小さな脳腫瘍が見つかり、それが扁桃体をわずかに圧迫していました。そして、この圧迫が温厚な彼を殺人鬼とさせた原因だったのです。このように、性格とは脳の反応パターンであるという事は現代に至っては疑いの余地がないほどの事実です。

これと同じように痛みも脳の反応によって起こります。

さて、わたし達が感じる痛みとは、一体どういった役割があると考えられるのでしょうか？もちろん諸説ありますが、脳大成理論では『痛みとは生命維持を目的にした防御及び改善要求反応』であると定義しています。そして、その反応の意図するモノは「それ以上動かさないで！」という事であったり「今ここに問題が発生しているよ！」という事であったり「ここを早くケアしてね！」という事であったりと考えられます。

痛みの全ては脳の指令によるものであるのですが、その中でも特殊なモノが「幻肢痛（げんしつう）」です。

幻肢痛とは、

四肢切断後の患者が、失った四肢が存在するような錯覚や、失った四肢が存在していた空間に温冷感や痺れ感などの感覚を知覚する現象を幻肢と総称します。幻肢は四肢切断でなくても、脳卒中、脊髄損傷や末梢神経損傷などの運動麻痺や感覚遮断によっても発症し、

これらは余剰幻肢と呼ばれます。また、乳房や陰茎、眼球などの切除後にも幻身体は現れます。幻肢に痛みを感じる現象を特に幻肢痛と呼びます。 ※ウィキペディアより

つまり、実際に腕がないにも関わらず腕が痛いと感じるのです。実際に足がないにも関わらず足が痛いと訴えるのです。そして、その痛みは実際に足がある健常者の方が感じる痛みと何ら変わらないのです。これがまさに痛みを発生させるメカニズムです。要するに、痛みはその物理的部位の反応によって起こるのではなく、あくまで脳が痛みを発生させているという事なのです。

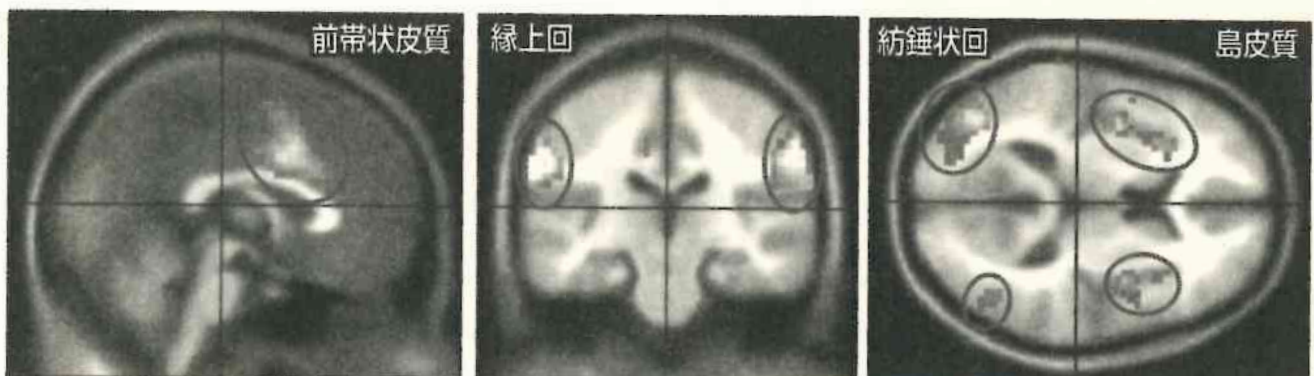
一般的に使われる「歯が痛い」「腰が痛い」「首が痛い」「肩が痛い」なども一緒なのです。幻肢痛が存在するように、物理的な部位の反応によってではなく、あくまで脳の反応なのです。

別の例えでいうと、脊椎の手術の後遺症で下半身の痛覚を失ってしまった方は、仮に足が巻き爪になって出血していたとしても痛みを感じる事はなく出血しているのを目視して始めて出血に気づくのです。ですが、痛覚は失われてますので痛みを感じる事はありません。脳の指令系統が届かないので実際に痛くないのです。

特にわたし達人間にとっての痛みは、心的現実が大きく関与するという事を証明しています。

では、わたし達が痛みを感じる時に脳はどういった活動を行っているのでしょうか？
痛みに関連する脳の部位「痛み関連領域」は以下の脳の部位であると言われています。

・前帯状皮質 ・縁上回 ・紡錘状回 ・島皮質



※あなたの脳のはなし デイヴィッド・イーグルマン著より転載

そしてこの領域は、他人との関わりに重要な意味を示します。

自分が痛みを感じると反応すると同時に、自分以外の方が痛がっているのを見ても反応するという共感（ミラーニューロン）が働く領域なのです。自分が痛いのと、他人が痛いのをみるのと全く同じ領域が反応する、これが共感の基盤なのです。

ではなぜ、他人の痛がっているのを見て同じように自分の痛み関連領域が反応するのでしょうか？これも上記に記述している通り「痛みの目的」と同一であると考えられます。

つまり、他人が痛がっているのを見て、それを自分の痛みの情報として収集することで、次に同じ事を起こさないようにする生命維持反応であると考えられます。

しかし、その反応を起こすのは内集団のみです。脳は外部の人を内集団（つまり仲間や関係者）と外集団（無関係者）とに区別します。そして、外集団と区別した人に対しては上記の反応は起こらないのです。

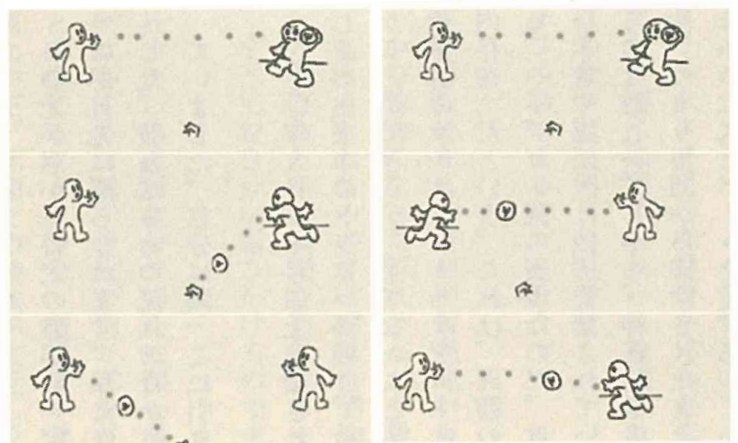
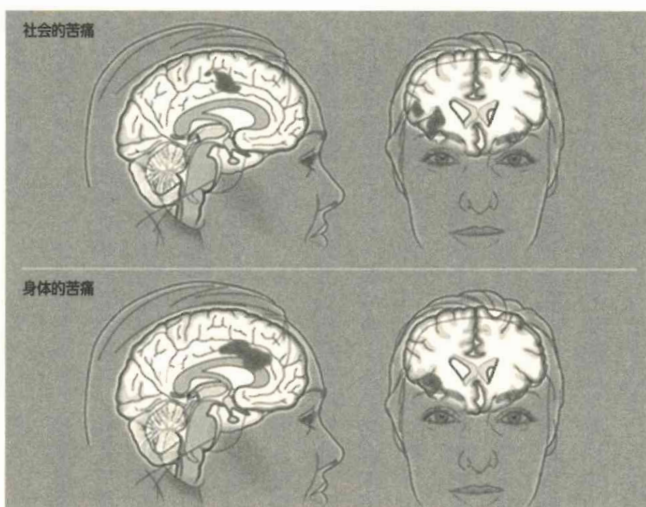
また、他人の事を考える事に深く関与している内側前頭皮質は、ホームレスやコーヒーを飲む時に使用するマグカップなどを見ても反応しません。つまり、それらは認識として脳は非人間化しているのです。戦争などの対立で残虐な殺戮を行えるのは、この区別によるものです。殺戮を行う対象をそれらは自分にとって外集団であるという認識で区別して非人間化しているのです。だから温情などの反応が起こらず非道な行為が行えるのです。逆にペットを家族のように扱っている人は、そのペットは内集団であり、ペットが痛がっていても痛み関連領域が働きます。

わたし達は日常生活で様々なモノや人を非人間化して生きています。誰かが困っている事に気づいているのにやり過ぎたり、通り過ぎたり、ゴミが落ちている事が分かっているのに無視したりなど、その瞬間にわたし達は対象やそこに関わる人を非人間化しているのです。

わたし達の脳が、生命維持や子孫繁栄という進化に重要な基盤を機能させる上で、対象が内集団なのか外集団なのかは非常に重要な区別である事が、痛み関連領域が共感として反応するか否かという区別と直結しているという事実から推察できます。

そしてとても重要なことが以下の事です。

わたし達の脳は拒絶されても痛み関連領域が反応します。



社会的受容
社会的拒絶というシナリオにもとづく実験で、最初は3人でボールを回すのだが、後に1人の被験者にはボールが回ってこなくなるというゲーム

拒絶される事で痛み関連領域が反応する理由は、拒絶されることが生命維持や子孫繁栄にとって致命的な事であるがゆえであると考えられます。

上記を統合して考察すると、わたし達の外部との関わりは『拒絶か共有か』の二者択一なのです。つまり、あなたが共有しないという事は、その共有行為を避けた対象をあなたの脳は非人間化し、外集団であるという認識を決定したという事になります。そして共有行為を行ったという事は、その対象の事を考えることで内側前頭前野が反応する事であり、内集団であるという認識を決定したという事になるのです。

動物と同じ次元のフィールドで生活していた時代ならまだしも、現代社会において、対象を外集団として認識するのはもはや極めて例外なケースのみであり特殊な行為であると言わざる終えません。現代社会にとって対象を区別して外集団化すること、非人間化することとはもはや全く不要なのです。

わたし達は、努めて積極的に共有を行っていく必要があります。今日あったたわいも無いこと、美味しかった食べ物や飲み物、嬉しかった出来事や哀しかった出来事、そして自分が価値あるものだと思っている事、そして相手の可能性を開くもの。

そういった事を共有していくことでわたし達は、孤独や空虚感、無価値感、自己承認欲求、他人よりも優れていたいという利己主義的自我など、様々なココロの渇きから解放されるのです。

逆にあなたが共有行為をしないという事は、あなたにそんなつもりはなくてもそれは「拒絶」を意味するのです。そしてあなたは、満たされる事のないココロの渇きと人生を共にすることになるのです。

現代社会において、正しくあなたの脳を活性化させていく上で最も重要な事は『共有』なのです。そしてこの共有行為こそがまさに実践的な現実での学びそのものです。共有に抵抗があるのは、あなたのフェイクそのものです。それを努めて見つけ出し、本物さをみがいしていくことこそが可能性の拡大であり、脳を使い切るといふ脳大成理論の目的です。そのためには仲間・同志が必要です。本物であり続けるには一人では不可能です。

あなたが脳大成理論を共有する行為そのものは、あなたに潜在化されているフェイクをあぶり出す事であり、あなたの本物さを磨く事そのものであり、そこから生まれる未来は、あなたの仲間・同志を創り出す未来です。そして、その仲間・同志と共にあなたは更なる成長を実現できるのです。

『共有は可能性を創造する。』

我々のココロの真ん中に置いておくべき事であることを知ってください。