

# 「老い」の始まり

福沢 一吉

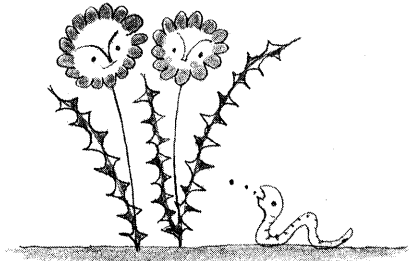
はじめに

“自分の専門の立場から、老いの始まりについて何か書け”とお達しである。老人に関する研究に従事する者であるなら「老い」の始まりについて自分の考えがあつて当然であると思われても無理からぬところである。しかし、私の取り扱う分野（神経心理学）から「老い」の始まりについて語ると、「脳の様々な機能低下を継時的に示す老化の現象学」に留まってしまうようである。今日は、自分の研究分野の立場からではなく、自分の分野の周辺領域との関連から、「老い」の始まりに関するあくまでも個人的考えをお話しした

い。

生物学的「老い」の始まり

生命システムが持つ普遍性として誕生、成長、成熟、老化、そして死といったいくつかのステージを考へることが出来る。このようなステージで生命現象を捉えると各ステージの「始まり」と「終わり」が見えてきそうである。しかし、実のところ誕生と死を除く残りのステージ間の境目はよく見えない。それは誕生から死までの間の各ステージから各ステージへの移行が漸進的であり、かつステージ間のつながりが連続的



であるからである。「老いがいつ、どう始まるか？」という問いは、様々な立場から様々に答えられる。ここでは、「老い」がいつ、どのように「始まる」かを探る手だてとして、まず「老い」を生物学的に考えてみることから私の話を始めてみよう。

つい先日のことである、友人の理論生物学者と話しをしていたところ、「老化」に関する彼の面白い持論を聞かせてくれた。彼は鞭毛・繊毛といった微細生物の運動器官に見られる自律的な動きを理論的に研究しているのであるが、これらの器官がある「動き」を起こすには、その器官がたったいま作り出した自分自身の形態を次の瞬間には変化させる必要があるという。言い替えると、新たな場所に移動するには、一旦安定化した自分の状態を動かし、その安定状態をもう一度崩さなければならぬ訳だ。つまり新たな安定性のためには不安定性（柔軟性と置き換えてもよいと思われるが）が不可欠なのである。この考えを先ほどの生命システムがたどるステージに当てはめてみると安

定性と不安定性のバランスが取れている状態が健全な成熟期であり、不安定性に偏るのは「成長期」であり、安定性に偏るのが「老化」とのことである。安定性に偏るのは何故「老化」なのであろうか？ 生物は自分の体を組織立て、固形化する能力をもつ（分化という）が、この固形化は一種の安定化である。安定化が起こると局所的には不安定（細胞分裂などがそれにあたる）が生じて変化が生じる。この安定性と不安定性の主導権争いの末、最終的に安定性に終止していくプロセスが老化のプロセスであると考えられるのである。ここでは「老化」は成熟の後の最終ステージとしてはじめて出現するのではなく、生物の発生時点から既に始まっている。つまり、固形化によって生命体の中で時間の流れが不可逆性を持つに到った経過がすでに老化のプロセスなのである。

生物学的に「老い」の始まりを考えると「老い」は受精の瞬間から始まっているということになりそうである。心理学的実在としての「老い」が生物学的「老

い」に対応するかどうかはさて置き、生物学的プロセスとして「老化」を捉えると心理学的にも解釈可能な「老い」の始まりが見えてきそうだ。

ひとつの観点を示してみよう。現在ある自分をより「豊かに」するために、またより「活性化」するために、今の自分を変えて、新しい自分を作ること仮に心理学的「成長」と呼ぶことにしよう。「現在ある自分」が不安要因であったのに対して「新しい自分」をつくり出す推進力は不安要因と言える。心理学的「成長」にはこの両要因が必要なのではないであろうか？ 人間の活動性を保つにはある程度のストレスが必要であるとする考えもあり、このときのストレスは不安要因に他ならない。この種のストレスは自分自ら作り出せるストレスでもある点が重要である。ストレスが過剰な状態も、ストレスが全くない状態もバランスという点からすると健全な状態ではない。健全な状態、または心理学的「成長」とは、推進力としての適度なストレスを自分から作り出せ、しかもそのスト

レスをプロダクティブに消化し、自分自身がもう一つ高いレベルで再安定化できること”かもしれない。このように考えて行くと、安定に安住し、推進力としての不安定性を自ら作り出せなくなる時期を「老い」の始まりと見ることは出来ないであろうか？

例えば、今の状況は安定しているが不満も蓄積してきた。不満を解消すべく行動すれば今の安定した状況も捨てなくてはならない。状況を変えるにはリスクも伴う、しかし新しい状況をつくり出せば多くの不満が解消できる。このような状況下での不満は不安要因であるが、その不満がさらに一つ高いレベルで再安定化するための原動力になるかどうかはその個人の「老い」を考える際の手がかりになるかも知れない。

「老いの始まり」…認知心理学的解釈

去年（一九八九）の秋、京都大学基礎物理学研究所で、「動的脳観」と題するシンポジウムが開かれた。その折り御一緒させていただいた東大の佐伯胖先生か

らギブソンの生態学的認知論、およびナイサーの知覚循環説に関する面白いお話を伺った。生態学的認知論、知覚循環論に含まれる諸概念は「古い」の始まりを考えるにあたり、認知心理学的ヒントになるものではないかと思われる。佐伯先生のお話の一部を私なりに解釈しながら要約してみる。

ギブソンによれば生体が外界を知覚する際、感覚された「表象」を単に物理的情報として処理するのではなく、生態学的に重要な情報を外界から「抽出」する。この時、生体は外界の“affordance”を抽出する。“affordance”とは外界の事物が生態の生存と活動に供するように内在している情報のことをさす。例えば椅子は人が「座れる」というaffordance情報を、平らな面はそこを「歩ける」というaffordance情報を、絶壁は「落ちる」というaffordance情報をそれぞれ持っているが、これらの情報は外界と生体の相互作用により初めて生じるものであり、外界にも、また生体にも存在する情報ではない。

この“affordance”のことを佐伯先生は確か“活動誘発性”と言っておられたと記憶しているが、この概念を私の観察した具体例を通し私流に解釈してみよう。このお正月に友人のお宅に家族でお邪魔した。火鉢の鉄瓶の湯気が居間を豊かにしてくれていた。六歳半になる私の娘が美しく線のひかれた火鉢の灰を灰ならしてでなくては、それを灰に差し込む動作を繰り返し返した。その動作の適切性が妙に印象に残った（と言うのは娘が火鉢というものを見たのがこれが初めてではないかと思ったからである）。火鉢の灰もそして灰ならしもともに“affordance”情報の高い、人に何かをさせずにはおかない（もの）なのであろう。灰をいじる気持ち良さが人の体性感覚（私はこの感覚が人間の存在にとって根源的感覚であると信じているが）を刺激する。生態学的に重要な「意味」が生じないはずがない。人に語りかけるのはもう一人の人とは限らない。外界（もの）が語りかけてくる場合もある。（もの）が仲介になり人と人との間に関係が生まれることもある。

〈もの〉側からの「活動誘発性」はいたるところに内在する。そのとき〈もの〉に語らせる役目を〈もの〉とあい対する人が少なくとも半分は担っている訳だ。

佐伯先生のお話に戻ろう。ナイサーはギブソンの考えをさらに押し進めて「知覚循環説」を提示した。ナイサーによれば、生体は自らの「認知的枠組み」をもって外界を探索し、対象からのaffordance情報を利用してその「認知的枠組み」を改変する。彼は改変された「認知的枠組み」が更に新しい探索方略を生み出し、外界を探索するサイクルを想定した。ここで重要なのは「認知的枠組み」が外界の受容に留まらず、現在の情報から次の情報を内的に生成し、「あらためて」外界を見るところという生成的メカニズムを持つ点である。生体はいまあるがままの環境に安定して適応するだけでなく、新しい環境への備えを持ち、積極的に探索もするし、内的制約を修正していく存在である。ナイサーの考えをまとめると、生体は外界からのaffordance情報を生成的メカニズムをもつ「認知的

枠組み」を通して取り込み、既存の枠組みを常に修正し、それにより更に新しい探索方略をつくり出す活動的、生成的存在である。

ここで私なりにナイサーを焼き直してみよう。例えば、自分の考えがまとまり「安定」する。それに満足するだけでなく他人の意見を取り込んだり、影響をうけたりしてその考えが一時「不安定」になる。ついで内的な修正がおこる。しばらくして「再安定」すると以前の考えより良くなっていることに気づく。「再安定」した考えはさらなる取り込みや影響により「不安定」になる。人はこのようなサイクルを体験する。「自分がない」訳ではない。むしろ生成的「認知的枠組み」が健常に働いている証拠といえよう。ひとつのサイクルの終了は「あらたな」目でものを見るあらたな自分を生成する。反対に、自分の意見に「こだわらな」自分が「いこじ」になる。「片意地」をはるといった現象は「認知的枠組み」の生成性の消失、サイクルの機能低下を意味するのではなからうか？

ナイサーを通して、生体は外界の情報を単なる物理的情報として処理しているのではなく、外界に対する自らの働きかけを通して生態学的に意味のある情報を生成していることを知った。言い替えるなら外界に向かっている自らの projection が外界の意味生成に重要な役割を果たしていることを示している。

“Affordance” を「認知的枠組み」との関係で見ると“affordance”の意味が更によく解る。この“affordance”は人間の「成長」ないし「老い」との関連で考えると示唆するところの多い概念でもある。即ち、「老い」の始まりをこの affordance 情報の生成低下が始まる時期、ないし生成が停止する時期とみる事が出来ないであろうか？ 確かに、外界側の生体に対する働きかけは不変なのかも知れない。しかし、affordance 情報の成立には生体側の参加が不可欠である。身の回りで起っている様々な事柄から、自分が生きていくことにとって重要と思われるものを選びだし、意味付けし、取り込む。更に、それを基礎に身の回りの出来事

を新たな構えで見直す。このようなサイクルが自分自身で生成できなくなってくれば、外界に対する意味付けが不可能となり、ひいては生きることの意味付けの喪失につながるのではなからうか？

生物学的老化をヒントに、安定に定住し、推進力としての不安定性を自ら作り出せなくなる時期を「老い」の始まりと見た。さらに認知心理学における affordance と「認知的枠組み」の概念をヒントに、“affordance” 情報の生体側の生成の低下を「老い」の始まりと考えてみた。二つの異なるヒントをもとに考えた「老い」の始まりに何らかの共通項がありそうである。「いつ老いが始まるか？」には一定の回答はない。ある調査によれば、「自分が老人である」と自覚する時期にはおおきな個体差があり、50代から自覚する人があるかと思うと、80代でも「自分は若い」と思っている人があるという。「老い」を享受できない「硬さ」がすでに「老い」の始まりを意味していると解釈するならば、この調査の80代の何人かはすでに「老い」てい

るのかもしれない。自覚の観点から「老い」を捉えることの一面性をあらためて考えさせられる。単に自分は「若い」とか、「年寄り」であるとかいう自覚だけでは把握しきれない「老い」の始まりがあるような気がする。

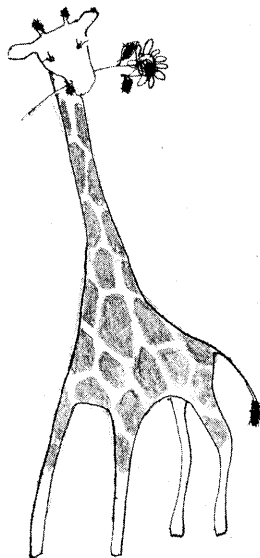
参考文献

佐伯胖著 認知科学の方法、認知科学選書10巻、東京大学出版会、一九八六

(東京都老人総合研究所)

## 初心忘るべからず

松尾 葉子



インタビューで何度となくたずねられる質問に「どうして指揮者になろうと思ったのですか」というのがある。私は、指揮者になろうと決意したのか、指揮をしたかと思っただのか、あまりよく覚えていない。それは、幼い頃から指揮者にあこがれていたわけではない

からだ。男性ならばパイロットや野球の監督、指揮者など、多くの人を統率する職業にあこがれるのだけけれども、女性の場合は少し違うように思う。私は小さい時からピアノのレッスンを続けていたので、将来はピアニストになりたかった。やはり舞台上で素敵なドレス