

高齢者とランニング文化

高齢者とは誰のこと？

私は、これまで高齢者といえば、メディアが流す高齢者向けグッズやサプリメントに関する多くのコマーシャルに、健康に対する自己責任を強いられてきているような息苦しさを感じるくらいで、それ以上に深く考えることはありませんでした。

しかし、高齢者とランニング文化とを重ね合わせて考える時、改めて「高齢者」とはどういう人たちのことか、と考えないわけにはいきません。以下の引用から始めてみます。

「若者たちは、現在の「若さ」にただ留まろうとして無意味な退廃に陥るしかないのではないか。そして現代社会では、まさに現実にもそのような退廃が起こっているようにも思われる。「若く見える」ことが至上命

題のように語られ、〈老い〉はあたかも社会的コストの源泉のように論じられる。そんな社会では、人は、自らの〈老〉や〈死〉と孤独に向き合い他者の目には触れないようにつとめる。〈老〉や〈死〉の個人化は、〈老〉や〈死〉を社会の外部に追いやることによって、社会の意味を見失わせる⁽¹⁾。」

こんにち、高齢者が「社会的コストの源泉」とみられているという一面は否定できません。しかし、こうした見方は今に始まったことではないようです。およそ100年前のスペインの哲学者オルテガ・イ・ガセツトは、こんにちの状況を見透かしていたかのように以下のように述べています。「大衆とは、善い意味でも悪い意味でも、自分自身に特殊な価値を認めようとはせず、自分は「すべての人」と同じであると感じ、

そのことに苦痛を覚えるどころか、他の人々と同一であると感じることに喜びを見出しているすべての人々のこと⁽²⁾であると。

大衆とよばれる近代人は、ある日突然「高学歴、高収入」といった市場・社会の規範を押しつけられ、ひたすら「成果・効率」の道を歩み続けることになり、物質的豊かさこそ人間の幸せと思いきんでしまったようです。これでは成果や効率から距離をおく高齢者はいうまでもなく、子どもたちまでもが「社会的コストの源泉」と受けとめられかねません。最近の子どもたちに対する痛ましい事件の数々は、それを物語っているのでしょうか。

しかし、こうした状況の責任は、なにも若者だけにあるわけではありません。オルテガのいうように、若者も含め多くの人たちが「自分自身に特殊な価値を認めようとはせず」、言い換えれば「人間的生」（より人間らしい成長を続けること）、同じことですが「幸福実現」の道を閉ざされているのですから、若者たちの「生」も不利益を強いられるといわなければなりません。

世代間の分断や孤立化が続けば、やがて「社会の意味を見失う」ことになりかねません。そのような状況であるからこそ、私たちには、文化の創造が求められているでしょう。

さて、高齢者に焦点を合わせましょう。なによりも高齢者は、これまでの生活で忘れかけていた「人間的生（人間的幸福）」を取り戻せる立場にある人たちのことだといえます。

しかし、これはそう簡単なことではないのです。どこかにそのお手本があるわけではないし、加えて、それまでは見えなかった、あるいは見ようとしてこなかった自らの身体の変化です。しかもその変化は、若かりし頃の身体と比較して「厄介」なことばかりです。

本来、自然身体は常に変化し続け、一時たりとも同じ状態であることはありません。しかし、その後『若さ』にただ留まろうとして、常に変わり続ける本来の自然身体を見ないようにしてきたのですから、変化し続ける身体に突然遭遇し戸惑いを隠せません。記憶力、計算力、体力などが日に日に衰えていきます。しかし、高齢者は、あらゆるものが衰えるのではないこ

とも知ることになります。

それは、これまでの人生で得た経験知です。これは、計り知れない財産です。そして、この経験知こそ想像力や理解力そして統合力などをさらに豊かにしてくれるのです。

どうやら私たちの自然身体は、「より人間らしく成長し続けること」を永遠に繰り返すように進化してきたようです。高齢者たちはそのことに気づき、自分流の好奇心、あるいは自らの卓越性をもって人間の成長を試み続けようとする人たちのことです。高齢者の不自由は、厄介ではありませんが決して不幸なことではないのです。

高齢者は、変化してやまない自らの身体と手を組んで、さらに人間的生（幸福）を持続させるために常に身体と向き合い「折り合い」をつけ続けなければなりません。「折り合い」をつけるとは、その都度自然身体に寄り添い「問い」を発しつつ自由をくみとり不自由との溝を埋めることなのです。

そして、ポツカリ空いたところへの問いかけこそ、「ランニング」（自由の表現）だったのです。ランニン

グを愛好する高齢者にとって、それは偽りのない自らの好奇心に基づく表現のことであり、同時に、自然身体への問いかけであり、対話でもあるのです。そうした意味で高齢者は、人間的自由を最も望んでいる人たちのことであり、どこまでも自分らしく変わり続ける人たちのことだといえるでしょう。

「どう生きるか（幸福実現）」は、一人ひとりまったく異なるもので、なかなか言葉にはなりにくいものですが、それを実現してくれる手がかりとなるのが、絵画、音楽、科学、ランニングなどの文化的営みに共通した自由な表現活動なのです。そして、そうした自由の表現こそ生の創造、つまりどこまでも「私らしくなっていく」こと、あるいは「人に備わっている価値と接する機会^③」に他なりません。

とはいえ、「人間的生」とは、障がいと共に、あるいは病と共に生を紡いでいる人々を含め、すべての人に共通する営みのことですから、そこには同じ生き方など決して存在しません。それでも人は、かけがえない自己（ランニング）を手がかりに他者と共に「固有の生」を紡ぎ続けていることは疑いの余地がありません。

せん。このように各人が「より人間らしく成長し続ける」自由の生こそ、進化の過程で獲得した人独自の営みです。だからこそ、人の自由な生が生まれながらの権利といわれ、福祉といわれるのです。

高齢者とランニング

以前から高齢者のランニングについて考えてみたいことがあります。それは、ランニングを愛好する高齢者三人、そして若者Dさんたちの言葉なのです。その言葉は、消えることなくいまも私の記憶に張りついているのです。それをまず列挙してみましよう。

高齢者Aさん「走りだすと心臓と脚の筋肉がおしゃべりを始めるんですよ。あれを聞きながら走るのが面白くてね！」

高齢者Bさん「Sさんの後について走っていると、彼の脚が私の脚と入れ代わるんだよ！」

高齢者Cさん「今日は万華鏡のなかを走ってきたよ！」

高齢者と共にランニングを楽しむ若者Dさん「高齢者のなかには、突然走りが早くなったり遅くなった

り、時にコースを外れてしまう人がいるんですね！」いきなりこういう話を持ち出すと、高齢者によくある認知の混乱に基づく「妄想」と笑いとばされかねません。「快」の感情に背中を押されて走り続けている高齢者たちの口から出た言葉はいまも私の心をざわつかせているのです。

ところで、快も含めた多様な感情とは、身体内のさまざまな機能が引き起こす並はずれた機能的な糸⁽⁴⁾、だというのはアメリカの神経科学者アントニオ・ダマシオです。そしてその「並はずれた機能」は、認知行動にまで関わっているようです⁽⁵⁾。どうやら意識(知)とは、感情と運動とが交差する脳の複雑な働きだったようですね。

私たちがなんらかの行動を起こすたびに、新たな感情に出会うことになりましたが、同時に捉えどころのない煙のようなものも湧き立つようです。感情は、その意味不明で煙のようなものに「概念化」あるいは「仮説化」を促すようです。さらに私たちは、そこらを他者と共有可能な記号や言葉に置き換えます。「妄想」は、やがて真実を帯びた「知」となって多くの人に共

有されることになるのです。

遠い祖先たちが何百万年もかけて、未知の自然に対し自由な試みを繰り返し、やがて自然と折り合いをつけ、自らの生活の幅を広げてきたことを思い起こせば、イギリスの文化史家ピーター・バークが引いた「表象と実践とは新しい文化史の傑出した特徴^⑥」は、高齢者のランニングに重なります。このように考えると、高齢者たちの「妄想」は、決して奇怪なことではなかったのです。それどころか、曖昧な世界にある種のイメージを見たてておぎないをつけるのは、どうやら人間だけの特性のようです。人は、自由の行為のなかでこそ知的なものの発見を可能にする、ということなのでしょう。AさんBさんCさんたちのランニングは、曖昧な世界にある種のイメージを見たてて想像上の秩序を生み出し、自然身体に開いた穴を埋めようとしていたことは確かなようです。

なるほど、高齢者A、B、Cさん達の口から出た言葉は、人独自の「並はずれた機能」のことで、何百万年もの進化の賜物だったようです。そういえば、空想の世界を遊びながら成長を続ける子どもたちの生活

は、高齢者のこうした生に重なり合います。高齢者の「妄想」はなにも特別なことではなかったのです。

ところで、「概念化」、「仮説化」とはこんにち科学に通ずる言葉ですが、その科学について、19世紀フランスの数学者ポアンカレは、「実益あるがゆえに自然を研究するのではない。自然に愉悦を感じればこそそれを研究し、また自然が美しければこそそれが愉悦を感じるのである。自然が美しくなかったならば、自然は労して知るだけの価値がないであろう^⑦。」と語っています。

自分が信じていた世界の概念を逸脱し、ときに覆すものに出会った時、私たちは驚きとまどろみものです。高齢者たちはランニングのさなかにそういう機会に遭遇し驚き、ときに愉悦に浸っていたのではないでしょうか。とりわけ、Dさんの話に登場する高齢者は一回のランニングの間に何度も驚嘆と愉悦とに巡り会っていたということでしょうか。そうであれば高齢者たちは、ランニングを通して自らの自然身体について「労しても知る価値」があることに気づいた人たちだといえるでしょう。

ところで、私たちは「知」の世界を文字や記号で獲得できると思いきや、いる節があります。しかし、そうではなかったようです。未知の世界に驚嘆し、その美しさに愉悅することなしに真実に迫ることは無理のようです。AさんBさんCさんたちのランニングは、驚き戸惑いながらも、事柄の本質（かけがいのない自己）に迫る不可欠の第一歩だったようです。

さて、文化的営みでもうひとつ重要なことを高齢者のランニングは教えてくれます。それは、自由の実践が「孤立」を嫌うということです。アメリカの人類学者・ジョセフ・ヘンリックを引用しましょう。「文化的進化は他者から学ぼうとする心理的適応の結果であり、学ぼうとする頭脳が集団的にくり広げられて結果である。」^⑧、ということです。

他者から学ぼうとする欲求は、人と人とを結びつけずにはおきません。なぜなら学ぼうとする欲求は、他者を慮ること、受け入れることなしには起こりえないからです。そうでなければ、BさんはSさんの脚が自分の身体に入り込むことをそう簡単には許さないとはいえず。また、未知の身体世界に寄り添うことなしに、

Aさんの耳には「心臓と脚の筋肉のおしゃべり」は届かなかったはずで、文化的営みとは、共有、共感を通して自分を変えようと同時に他者をも変え続けるといふ双方の重層的な営みのことなのです。

気づかれたことでしょう。高齢者のランニングから、「自由と平等」はすでに用意されたものなどではなく、私たちの手でつくりかえられるべきものなのだということを。

つまり、自らの幸福（自由）の実現は、他者の幸福（自由）なしには起こりえず、従って自由と平等の社会的あり方にまで関心を向けざるを得ません。文化的実践そのものがデモクラシーではないでしょうか。文化的営みのなかには、人間の反社会性の理解と克服まで、さまざまものが潜んでいるように思えてなりません。

高齢者のランニングは、「より速く」、「より合理的」にはなく、「より人間らしく」走る文化であることを教えてくれます。同時に私たちは従来の「成果の競争」を唯一の表現様式とするスペクタクルではなく、新たな文化の在り方についても考えなければならぬ

時代に入ったことにも気づかされます。「社会の意味を見失う」ような混沌とした時代であるからこそ、あらゆる文化の新しいあり方が求められているのではないでしょうか。まずは、高齢者が教えてくれたように、文化的表現の意味（ランニング）を、ランナーとそれに関わる人たちとの全過程として捉え直すことから始めてみてはどうでしょうか。

さて最後に、これだけ豊富な高齢者のランニングを見過ごされますか。それとも彼らと対話を始めますか。もし対話の中から煙のようなものが立ちあがったとしたら。それは間違いなく創造の端緒です。

【注】

- (1) 今田高俊／館岡康雄共編、『シナジー社会論』、東京大学出版会、2014年、153頁。
- (2) オルテガ・イ・ガセット著、神吉敬三訳、『大衆の反逆』、筑摩書房、1995年、17頁。
- (3) マーク・ローランズ著、今泉みね子訳、『哲学者が走る』、白水社、2013年、12頁。
- (4) アントニオ・ダマシオ著、高橋洋訳、『進化の意外な順序』、白洋社、2019年、15頁。
- (5) リサ・フェルドマン・バレット著、高橋洋訳、『情動はこ

うしてつくられる』、紀伊国屋、2021年、79頁。

- (6) ピーター・パーク著、長谷川貴彦訳、『文化史とはなにか』、法政大学出版局、2019年、86頁。

- (7) ポアンカレ著、吉田洋一訳、『科学と方法』、岩波書店、1967年、24頁。

- (8) ジョセフ・ヘンリック著、今西康子訳、『文化がヒトを進化させた』、白揚社、2020年、65頁。