

わたしはなぜ太るのか

—意識と身体をめぐる問いの試み—

天野恵美理

0. わたしはなぜ太るのか—いかにして改めて問いうかを問う

わたしはなぜ太るのだろうか。

そう問われると、わたしたちは、「食うからだろ」と答えて問題を片付けてしまいがちなのではないだろうか。たしかに、身体はひとつの物質であって、物理的なメカニズムに則って変化する。たとえば、極端な例としては、背後からやって来た何ものかに、頸部に索状物を巻きつけられ、強い力で引っ張られたら、気管が塞がれ、頸動脈、頸静脈も塞がれ、頸部神経が牽引される、ということが起こって、そうされた場合にはほぼ確実に、否応無しに死ぬであろう。太ることにしても同様に、必要以上のエネルギー量を摂取すれば、消費しきれないエネルギーが体内に脂肪として蓄積される、ということが起こってわたしは太るのだと言えよう。

しかし、物理的なメカニズムだけでは、ではなぜ過剰に食べたのか、必要以上のカロリーを摂取したのか、という、行動の説明はできないのではないか。たとえば、以下のような例を考えてみてほしい。わたしは、しばらくのあいだ同居していた恋人に振られて、彼が去った部屋の中で、ひとりスナック菓子等を食い食っている。その場合、わたしが食べるというそのことには、出会ったときから今までの恋人との情緒的なやりとり、ああ、よく歴史や文学の話をして、寺山修司の好んだ、あの「去りゆくいつさいは比喻にすぎない」というのはどういうことなのかを、明け方の港を見ながら話したんだった、自分の考え方や趣味を、彼はいちばん認めてくれたんだった、というようなことがすべて反映されていて、だから、極言すれば、空虚感や喪失感に耐えきれずひたすら食べ、それによって太ったからだには、わたしの今までの人生のすべてが反映されているような気すらしてくる。こうした観点から考えれば、太るということは物理的メカニズムだけでは説明できないように思われる。

以上のように、「なぜ太るのか」という問いに対しては、二通りの答え方がある。この二通りの答え方は、要するに、身体変化を単に物質的な変化として見るのか、それとも、その物質的なメカニズムが起動する元を辿って、身体変化を流れゆく意識と連続的なものと

して見るのか、という違いに還元されるだろう。

もちろん、先に絞殺される例で述べたように、身体は一定の物理法則に従う。しかし、失恋の例で述べたように、今までの感情の積み重ねが一举にそこにあらわれてしまうかのようと思われるときもある。このように、意識と身体との関わりは複雑であって、繋がっているとか断絶しているなどと一面的に割り切れるものではない。

本稿は、太ることのような様々な身体変化における、意識と身体の多様な関係を考察することを試みる。

1. 前提と方法、ベルクソンを手がかりとして

前提と方法とを、節を改めて整理しておく。

まず、本稿においては、ベルクソンが真の時間、あるいは「純粋持続」と呼ぶものの存在を前提とする。純粋持続とは以下のようなものである。時間的な存在者としての意識は、先行する諸状態を絶えず自らのうちに保ち続ける。それらは相互に明確に区別されることなく有機的に浸透し合っていて、それゆえ、意識は絶えず質的に変化し、そのたびごとに唯一無二のものとしてある。この、時間の自己保存、そしてそれによって絶えず生じている連続的な質的变化こそが、意識が体験している時間そのものとしての「純粋持続」に他ならない。純粋持続のこうしたあり方は、たとえばメロディーが、それに先行する音を自らのうちに含みつつ絶えず有機的な全体化を果たしているということ等に類比的であろう。純粋持続を認めることは、すなわち、わたしたちの生には、固定的な外的事物によっては表せない、純粋に内的な運動があるということを認めることである。

本稿においては、このことを前提とする。というのも、そうしたものが直観的に感じられるのみならず、それを前提とすることによって見えてくるものが大いにあると信ずるからである。『道徳と宗教の二源泉』からベルクソンの言を引いておこう。

このように自由になった魂に対しては、物質的障害というような言葉を口にしてはならない。[...] 障害について思案している間は、障害はその場を動くまい。また障害を注視している限り、この障害は、次々に乗り越えねばならぬいくつもの部分へと分解されるだけであろう。[...] ところが、障害などは存在しないと言いきれば、障害は全体的に、ひとまとめに取り除かれてしまう。(Bergson, 1959, p. 1020)

つまり、身体の物理的メカニズムに注目していたら、いつまで経っても物理的な因果関係

や相互作用のレベルから出ていくことはできない。しかし、身体が物質的な面だけに収まらないと考えられる以上は、まずは物質的アプローチからではなく、純粹に内的なものである流れゆく意識、すなわち「純粹持続」のほうからアプローチしてみてよいのではないか。

さて、本稿は「純粹持続」を前提とし、身体変化に対して、そこからのアプローチを試みるものだが、注意すべきこととして、純粹持続そのものは、日常的に捉えられるものではないということもまた前提とする。なぜなら、純粹持続においては、わたしたちは真に内的な生を生きるものであり、純粹持続はそのたびごとに、今までの生のすべてを反映しつつ、他のどこにもない全く新しいものとしてあるのであるが、わたしたちが社会生活に向けて開かれている以上、言葉を使うこと等は不可避であって、真に個人的たることはできないからである。

だから、わたしたちが日常的にひたすら意識の所作であると思っていること、美味しいものを食べて、「ああ美味しい！」と感嘆するような場面において見られるものも、真の持続、純粹持続ではない。他者とのコミュニケートを可能にする「美味しい」のような一般的な観念は、純粹持続からいったん切り離されて固定された意識を通じてのみ、それと特定されることができる。本稿では、純粹持続ではないそのような固定的な意識を、「反省的意識」と呼ぶことにする。

もちろん、純粹持続そのものへのアプローチが困難である以上、事実上問題となるのは、純粹持続からの近さ／遠さという程度差である。つまり、日常生活においてアプローチが困難である純粹持続について、しかしその存在を前提することによって見えてくるものとは、純粹持続と固定的な外的事物とのあいだに想定しうるさまざまなグラデーションである。さきに、純粹持続とメロディーとの類比を例として挙げたが、メロディーとて、ある一定の場所から流れてくるとか、あるいくつかの楽器が奏でるものとかいった要素をもつ以上、真の持続であるとは言えないであろう。とはいえ、私たちにとって、流れるメロディーは、純粹持続そのものではないにしても、たとえば楽譜の上に見られる個々の不連続な音符よりも、いつそう意識と浸透しあうもの、いつそう純粹持続に近いものであると言えるだろう。ベルクソンの「純粹持続」を前提することから帰結する、このようなグラデーションを許容する捉え方は、先に述べたように物質的アプローチがいつまでも物質間の相互関係に留まらざるをえないのに対して、一線を画するものであると考えられる。

以上が本稿における前提である。

上の前提を踏まえた上で、本稿では、純粹持続そのものを捉えることは差し当たり困難

であるにしても、意識と身体との関係は経験に与えられているので、それを掘り下げるという方法をとる。「心と体」と題された講演から、ふたたびベルクソンの言を引いておこう。

いまわたしはまわりにいる皆さんをすべて知ることは不可能です。けれどもわたしは皆さんから自分を区別していますし、皆さんがわたしに対してどういう状況にあるのかも知っています。心と体についてもそんな具合です。それぞれの本質を定義しようとするのは、わたしたちを遠くに導いてゆくような企てでしょう。しかしそれらを結びつけているものと離れているものを知るのはもっと易しいことです。この結合とこの分離は経験の事実だからです。(Bergson, 1959, p. 836)

よって、本稿では、「純粹持続」とはすなわち何であるかとか、「純粹持続」に対置される概念である「等質空間」とは何であるかということについては、概念的に詳しく検討することはない。本稿はベルクソンの哲学を解説したり分析したりするものではなく、ベルクソンの哲学を手がかりとして得た「多元的身体観」という独自の観点から論を展開する。「多元的身体観」とは、すなわち、純粹持続との関係の深さによって異なる、意識のあり方のグラデーションを、身体観、つまりその意識が身体を見る視点へと、応用したものである。

具体的に本稿では、比較的短期間のうちに目に見えてわかるいくつかの身体変化を、流れゆく意識との関係の仕方という観点から考察する。まず、一見すると太ることと対になっている概念のように思われる「やせること」について、次いで、筋肉トレーニングによる身体変化について、最後に、「太ること」について、それぞれ考察する。流れゆく意識との関係において諸身体変化を考察する際に、注目すべきは以下の二つの点である。まず、①その変化において意識は純粹持続との関係、すなわちグラデーションにおいてどのようなあり方をしているのか、ということ、さらに、②その身体変化は①の意識によってどのように把握されているか、ということである。この二点を軸として、諸身体変化を比較することにより、純粹持続との関わり方において太りゆくからだのもつ独特の座を明らかにし、意識との関わり方にさまざまなグラデーションを許容する、多元的身体観を提示する。

2. やせること

わたしたちがやせるのはどのような場合だろうか。

たしかに、つらい出来事等に遭ってげっそりやせこける人もいるだろう。しかし、多く

のメディアで「やせる！」「やせたい！」「こうすればやせる！」ということが取り上げられ、そこで太らない食事の摂り方などが細かく伝えられている一方、「太ろう！」「太りたい！」「こうすれば太る！」という特集が組まれることは滅多にないということはすでに常識であり、そもそもたいていの人は一般的にはどうすれば太るかを知っているので、わたしたちにとっては、痩せることのほうが太ることより作為的な努力を要すると考えられる。

作為的な努力を要する以上、わたしたちがやせようとし、またやせつつある過程においては、わたしたちはある目指すべきイメージを持っているのではないだろうか。たとえば、ポピュラーなものでは、モデルや女優への憧れや、華奢なほうが女らしいというイメージ、やせればファッションの幅が広がるというイメージ。あるいは、やせて痛々しくなった体によって、自分を苦しめている人間に何かを知らしめようとするという、憎悪のイメージもあるだろう。いずれにせよ、そのようにわたしたちがやせようとしたり、やせつつある多くの場合、やせたからだの状態をまず目標として指定して、そこから遡及的、反省的に今の自分を振り返り、目標とする体型に近づくために、物理的なメカニズムに則って食事量等を調節することによって、その落差を埋めていこうとする構造になっているのではないか。つまりここでは、やせるという目標のために、物理的メカニズムをいわば積極的に利用していると考えられる。

そのようなイメージを持ち、それに従って行動を調節することは未来を先取りしようとするものである。だから、そのような努力を重ねてやせた体に近づこうとしているとき、その身体変化に関しては、わたしたちの意識は、流れゆく純粋持続に対して、目標とする身体イメージに固定されていて、たえず更新されるようなことがない。すなわち、この身体変化に関する意識は、反省的意識としてあるとすることができるだろう。

3. 筋肉トレーニング

次に、筋肉トレーニングによる身体改造は、意識の流れとどのように関わっているかを見よう。

たしかに、筋肉トレーニングを積んでいくと、日増しに体が引き締まり、ある独特の感じを覚えることになる。筋肉トレーニングによって生じる内的変化それ自体は考察に値するだろう。しかし、本稿ではまず流れる意識との関係において身体的変化を捉えるということを、方法として据えたのであった。

さて、筋肉トレーニングによる身体改造のためには、一定期間の意識的で連続的な努力が必要とされる。つまり、「もうすこし体を引き締めたい」というような漠然としたもので

あっても、流れゆく意識とは別のところで、やはり目指すべき身体イメージを据え、その上で実践的メニューを「背筋を鍛える運動を毎日何回、腹筋は毎日何回」、というように、さしあたっては固定的に設定しなければならない。よって、やせる場合と同様、その変化においては反省的意識が積極的に働いていると言えるだろう。さらに、筋肉トレーニングの場合は、食餌制限をしてやせる場合とも違って、ジムに行けばトレーニングマシンにそれぞれ「二の腕・内側」などを書いてあることに顕著のように、この運動をすればここが鍛えられる、ということが明確に分かっていて、鍛える／鍛えられる場所がはっきりしている。だから、たとえば女性の場合、背筋はあまり鍛えたくないけれど胸筋は鍛えたい、というような選択も可能である。このように、筋肉トレーニングによる身体改造においては、反省的意識は、やせる場合よりもいっそう固定的にその身体変化を把握していると言えるだろう。

4. 太ること

では、太ることはどうだろうか。本稿では1節で述べたように、比較的短期間で太ることについて考察するので、いわゆる「中年太り」のように加齢のために徐々に太っていったとおぼしき場合、また病気で太った場合などは除外する。

さて、言うまでもなく、太るということも、身体メカニズムと当然関連している。しかし、本稿においてはまず、そこにおける意識のあり方を見ていくという方針を採ったのであった。

すると、比較的短期間で太る場合とは、何か嫌な出来事に遭うとか、ストレスやもやもやした感情を抱くようなことがあるなどして、とにかく、短期間のうちに必要以上に食べ物を口にした時ということになるであろう。そして、ストレスや不安といったものが直接的にある身体変化を指し示すわけではない。

たとえば先に挙げた、恋人が去ってしまった部屋でひとり食い食う場合。このとき、わたしは何も太ろうとして食べるわけではない。つまり、やせるときに見られるような、目指す身体イメージを抱きつつ食べるわけではない。身体イメージに云々する余裕はなく、わたしはやり場のない喪失感を持て余している。そのような状態が何日か続いたある日、トイレに行ってふと鏡を見上げてみると、わたしのからだは太っている。わたしは、自分のからだに変化して、いまは太っているのだということに、あるとき気付く。ここで一転して注意が身体に向かうことになるが、たしかにこれはわたしの身体であり、また、たしかにスナック菓子を死ぬほど食べた記憶もあるにもかかわらず、しかし何かを目指して食

べ続けてきたわけではないので、わたしはわたしのからだがどこへ向かって太っているのかわからない。

だから、この場合は、「高カロリーを摂取すると太る」というような物理的なメカニズムは、やせる場合にそうであったように反省的意識によって利用されたのではなく、単に身体変化の土台となったにすぎない。そして、この「太る」という身体変化に関しては、意識は反省的には働いていなかったのもであって、どこが苦しいなどと言うことすらできない、全てを覆うような喪失感に打ちのめされていたのである。このように、太りゆく身体における意識は、やせる場合や筋肉トレーニングの場合のように、流れる意識のうちから身体を切り取ってきて、身体個別の目標を掲げるということはしておらず、意識と身体とが未分化であるという意味で、より純粹持続に近いものとしてあり、だから、太りゆく身体は、それ自体、流れる意識との浸透の度合いが比較的高いものとしてあるだろう。

そして、太ることにおける身体の物質性は、トイレに行って見上げた鏡に映る姿というようなかたちで、あるとき不意に、縁取られたものとして浮き上がってくるのである。

5. 多元的身体観、展望

以上のように比較していくと、純粹持続に対する身体の固定の度合い、あるいは意識と身体との距離の取り方とでもいうようなものは様々であることが分かるだろう。本稿において見てきた身体変化の中では、太るということは、純粹持続との関わりの度合いがもっとも高いもの、言い換えれば固定的な物質として見られる度合いがもっとも低いものなのであった。

本稿に挙げた例以外にも、純粹持続との観点から、妊娠などについても考えることができるであろう。

さて、太るということにおいては、意識は身体の変化をそれとして把握していないがために、そこにおける意識は純粹持続に比較的近いものであった。しかし、わたしたちは日常的には、純粹持続に接近しない、あるいは接近しえないような仕方で行動している。わたしたちは、言葉を使って他者とコミュニケーションし、「よい」と思われる目標を指向しながら生きている。そのような生において、身体は、行動の基盤として、物質的な安定性を要求される。しかし、本稿において太ることを例として挙げたように、純粹持続と深い関係をもつ事象においては、自らが引き起こした行為によってすら、反省的意識が把握できないような速度で身体が変化することがある。身体とは、だから、一方では、程度の差はあれども大体においてはわれわれに把握されているように見せかけながら、一方では意識と

の関係の深さによってはどこへ向かうのか分からない不安定性、あるいは危険性のようなものを潜在的に秘めているものではないだろうか。純粹持続との関係において、完全に把握されることもなければ、完全に不可知であることもないものとして身体を捉え、むしろ物質的なものと深い意識との間でゆれ動き、両者の間にグラデーションを許容するような身体観こそ、本稿の提示する多元的身体観である。

そして、さらに言えば、純粹持続とのグラデーションにおいて身体を見ることによって得られる多元的身体観は、現代社会の問題へとアプローチする手がかりともなるのではないだろうか。というのも、現代社会においては、身体の物質的側面に関する情報が手軽に入手でき、身体がわれわれにコントロール可能なものであるとする見方がますます強まっているが、一方で、まさにそのことによって、流れゆく意識についての認識が希薄となり、特に全面的な負の感情が広がっていくとき、一面では物理的なものでもあるがゆえにわたしの感情から超然としているようにも思われるこの身体を、どうしてよいか分からなくなってしまうようなことがあると思われるからだ。

たとえば、自殺の問題を考えてみよう。今回は食べて太るということを扱ったが、自ら引き起こしたはずの身体変化の速度に意識が追いついてゆけないということの果てには、止まることのない大量服薬によって結果的に死に至るというようなことがあるのかも知れない。ところが、自殺ということが、自らによって意図された身体的な死を含むものであるとすれば、この場合、薬を手に取り口に入れたのがほかならぬ自分自身であったとしても、この死は自殺ではない。この場合は、死それ自体が目的なのではなく、ただ薬を飲み続けるのを止めることができないのである。なぜかと聞かれても、それが内的意識との関わりが深い行為であるほど、その理由は日常的な言葉によっては説明されることはできない。また一方、食餌制限や筋肉トレーニングによって身体をコントロールすることの果てには、意図的に致死量以上の薬物を飲んで、自殺するということがあるのかも知れない。これは反省的意識が身体の物理的メカニズムを利用しているので、身体の死は当然目的として措定されており、この死は自殺である。このような場合は、余程のことがないかぎり確実に死にいたるであろうし、そもそもそのために身体を物質と見てそのメカニズムを利用したのだった。

ここでの問題は、前者と後者の態度がしばしば似たようなものとして混同されて考えられてしまうことである。後者が明らかな「自殺」であるのに対し、前者は、死にたいというよりはむしろ、内的な意識を持て余して、いわば身体の物質的側面に誤ったかたちで適用してしまった結果であると言える。純粹持続との関係の深さの度合いから、そのグラデ

ーションを許容するものとして多元的に身体を見るならば、結果的には大量服薬で死んでしまったという同じ外見をとるにしても、前者のあり方と後者のあり方をこのような仕方
で区別することができるのである。こうした区別を認識すれば、当然、これまで「自殺」
と一括りにされてきた問題にも、純粹持続との関係の深さに応じたグラデーションを見い
だすことができ、それに応じて異なった解決が要請されるであろう。

もちろん、1 節でも述べたように、相手が前者の仕方で死に隣接している人であれ、そ
の人の純粹持続に直接的にアプローチすることは、一般的には不可能であろう。このこと
は認めざるをえない。だが、繰り返し強調しておくが、本稿は、純粹持続をアクセス不能
な領域として措定しているのではなく、身体を純粹持続とのグラデーションをもつものと
して提示しているのである。そうすることによって、本稿は、さまざまな程度がある中で、
純粹持続との、完全でないにせよより深い関連をもつ領域の可能性を示そうとしている。
たとえば、1 節で述べたように、たとえばメロディーは、持続そのものではないが、少な
くとも、かなりの程度、持続に近いあり方をしていると言えるのである。だから、あくま
で一つの例だが、自殺したいと言っている人を救おうとする場合、彼が「借金が原因で自
殺したい」と言っていたとしても、借金の問題をどうしたらよいのかと分析的に考えるの
みならず、たとえば音楽やダンスや文学といった、より純粹持続に近い媒体を通じて、そ
の人の持続の方へ、生きることの流れの方へ、より近づけるかも知れないと考えられるの
である。このような意味では、芸術は、ただ教養としてではなく、根源的な生きる力を養
うための学として、実学でありえるのではないか。

さまざまな分野への応用が模索されるが、差し当たり本稿では、多元的身体観という観
点を、自明とされていることや物理的世界の内のみで考えられてしまいがちな事象を、改
めて問いに付す契機として提示するに留めておく。

文献

Bergson, H. (1959). *Œuvres*, Press Universitaires de France, Paris.

石井敏夫 (2003). 「本質と偶然の〈あいだ〉」, 『ベルクソン化の極北』, 理想社.

—— (2004). 「「私たちの自然本性」の裏をかく技術としての政治」, 『ベルクソン化の極北』, 理想社.

〔京都大学大学院修士課程・哲学〕