



繆思風采

## 肥胖的年代

● 黃煥堯\*

幾年前公視有一次要拍一齣關於早期台灣移民的單元劇，這齣戲需要一些長得黑黑瘦瘦的臨時演員來支撐場面，結果當時公視尋找了半天，居然找不到合乎此種條件的人選……由於飲食與營養的改善，現在台灣人的身材已經很少有那種又黑又瘦的外形，所以公視那時才會面臨到這種莫名其妙的選角的難題。

在人類歷史上，大概很少有哪一個時代像現在這般有著如此容易令人發胖的環境。我們從一個現代人由早到晚所可能接觸到的食物的過程中，就可以發覺到食物的取得、種類與來源都十分方便、豐富而容易，且其便易程度與過去相較起來，幾乎可說是已達到空前的狀態。我們早餐喝一口牛奶，奶品可能來自於美國或加拿大的牧場，吃一口麵包，原料可能來自於阿根廷的小麥；中餐吃的漢堡，其中的牛肉可能來自於澳洲，而喝的果汁可能來自於菲律賓或馬來西亞；晚餐吃的飯，米卻是來自於泰國或越南……。

由這種情況可以看得出來現代人獲取食物的途徑是存在著全球化的多元趨勢的。他可以用很便宜的價格在自己所居住的區域中輕易地買到各國的食品，這在以前的傳統社會是十分難以想像的，早期的年代大概只有貴族或富豪才能夠享受到來自不同區域或國度的食品，一般人的飲食模式往往是單調而缺乏變化的，那時候的平民百姓大約很難想在現代居然是人人都可以享受到如此種類繁多又豐沛的食物來源，而且價格還十分便宜。

緣此之故，現在的人對食物的攝取往往就會產生過度的傾向，因為長期以來存在

---

\* 黃煥堯，南台科技大學通識教育中心社會科學組講師。

在傳統人類社會中的飲食限制因素如交通不便、產量有限及價格昂貴等等因素都已消失，在這種情況下，肥胖自然而然就成為現代人的主要文明病之一。

減肥成為全民運動似乎已經變成一種時尚，本來肥胖在傳統社會中是有其正面象徵的，表示家中糧食不虞匱乏，甚至還包含有出身富貴的意思。可是現代人如果身軀肥胖卻通常會被看作負面榜樣，這種現象從台語中有甘迺迪（指一個人長得像豬）這種暗諷胖子的名詞，就可以窺知一二，更不用提整個社會每一年消耗在減肥健身方面的大筆費用-----肥胖現在似乎已經成為大眾的夢魘。

在以前的時代肥胖本來是一個可以炫耀的狀況，到今日卻是變成人人避之唯恐不及的負面形象，之所以會產生如此巨大的反差，確實是與現代食物的來源與取得，其方便性的大規模增加有關，這也就是為何公視很難找到到具備傳統黑黑瘦瘦移民形象的角色，到頭來只能找著一大堆白白胖胖的人去擔任臨時演員的背景。飽了口福卻肥了身體、肥了身體卻又心中充滿罪惡感，肥胖這種趨勢對於現代人來說，真是一項令人哭笑不得、進退兩難又不知如何是好的矛盾現象。

