

## 存在的消化：论“进食”作为主体与世界的哲学谈判

林友玲

独立学者，广东省汕尾市，516600

**摘要** 本文以“进食”作为主体与世界之间最初、最切身的哲学谈判，试图突破传统营养学与功能主义视角，将“吃”视为一种自我与他者之间的界面活动。在这一活动中，味觉作为一种“混沌的智慧”运作，模糊了笛卡尔式的理性主体划界，并指向梅洛-庞蒂意义上的“身体-主体”。本文分析进食与味觉在哲学、人类学与现象学中的概念位移，提出“存在的消化”作为理解主体性的路径，揭示身体经验如何先于理性运作，本文由此提出“存在的消化”这一总领性概念，指出主体性并非奠基于观看的距离或理性的自明性，而是生成于吞咽、吸纳、同化与排异的代谢过程之中，并在这一过程中完成主体与世界的持续再编码。

**关键词** 进食；味觉；代谢；他者；身体-主体；现象学；梅洛-庞蒂

**Abstract:** This article takes "eating" as the primary and most personal philosophical negotiation between the subject and the world, attempting to break through the traditional perspectives of nutrition and functionalism, and view "eating" as an interface activity between oneself and others. In this activity, taste operates as a 'chaotic intelligence', blurring the Cartesian boundary of rational subjects and pointing towards the Merleau Ponty sense of 'body subject'. This article analyzes the conceptual shift of eating and taste in philosophy, anthropology, and phenomenology, proposes "digestion of existence" as a path to understanding subjectivity, and reveals how bodily experience operates before reason. Based on this, this article proposes the overarching concept of "digestion of existence", pointing out that subjectivity is not based on the distance of observation or rational self-awareness, but rather arises from the metabolic processes of swallowing, absorption, assimilation, and rejection, and completes the continuous re-encoding of the subject and the world in this process.

**Keywords:** eating; Taste perception; Metabolism; Others; Body subject; Phenomenology; Maurice Merleau-Ponty

Received: January 27, 2026

Revised: February 12, 2026

Accepted: March 1, 2026

Published: March 7, 2026

**Copyright:** © 2025 by the authors.

Licensee Axon Academic

Publishing Institute, Hong Kong,

China. This article is an open access

article distributed under the terms

and conditions of the Creative

Commons Attribution (CC BY)

license

(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

## 1. 引言

当代营养学通常将进食归入机体维持生命的技术性范畴：它是一套关于摄取、分配与代谢的生化过程，其终极目标在于维持能量平衡与结构稳定。在这种视角中，进食不过是理性化身体管理中的一环，甚至成为规训身体的生命政治技术之一。然而，一旦从存在论与现象学出发，进食的意义便呈现出另一种面貌：它不仅仅关涉“活着”，更关涉“成为主体”<sup>[1]</sup>。换言之，进食是主体与世界之间最初且最直接的接触方式，它使世界以可触、可尝、可吞咽的形态跨越身体边界，从而迫使哲学重新思考主体与世界的关系。

与视觉、听觉或触觉等保留距离的感知方式不同，进食的经验没有距离可言，它既涉及体验，又涉及物质性；既涉及认知，又涉及代谢；既是感觉，也是同化；既是摄入，也是排异。由此产生的交换关系构成一种“原初的谈判”：世界以可食之物进入身体，而身体以消化、吸收、转化与排泄回应世界。主体与世界在此被缠绕、混合、重写。主体不再是自足、自明与封闭的，而是必须接纳他者、分解他者，并在代谢的过程中被迫重构自身。这种经验触及了笛卡尔式主体的根基，挑战了理性主体建立在清晰、区隔与自主基础上的哲学结构<sup>[2]</sup>。

因此，进食不仅提出“何为世界？”的问题，更提出“何为主体？”的问题。主体并非先于进食而存在，相反，主体是在进食中建构并暴露的。主体不是依赖意识成立，而是依赖身体经验成立。吃，即是世界侵入主体、主体吞咽世界的场域；吃，即是存在的第一现场。

下文将首先把“吃”界定为主体与世界的第一次谈判（第2章），继而在现象学框架下讨论味觉如何瓦解理性主体的距离结构，并引出身体-主体的生成逻辑（第3章），最后以“存在的消化”概念统摄吞咽、同化与排异的过程，说明主体如何在代谢中被持续重写并完成再编码（第4章）。

## 2. “吃”作为主体与世界的第一次谈判

进食意味着一种界限的危机。可食物作为世界的一部分，原本属于“外部性”的领域，却在咀嚼、吞咽与消化的过程中进入身体内部，使世界从外部转向内部，从异质转向同质。观看世界允许主体保持安全距离，而吞食世界打破一切距离；观看只要求呈现，而吃则要求进入；观看使世界变成对象，而吃使世界成为肉体。正如德勒兹所言，成为（devenir）总是以混合与强

---

度为原则，而吃是混合的最高强度形式<sup>[3]</sup>。因此，进食并非表象性的认识，而是一种非表象性的融合，一种将世界转化为自身的激烈过程。

需要说明的是，本文将视觉描述为一种“透明”且“保持距离”的感知机制，并非意在将视觉简化为单一维度，更不是要回到笛卡尔式心物二分的观看哲学。事实上，在现象学传统内部，尤其是梅洛-庞蒂在《眼与心》中对视觉的讨论，恰恰揭示了视觉并非纯粹的“远距离把握”，而是一种卷入身体、与可见者交织的存在关系。本文所批判的毋宁说是现代认识论与展览机制中被制度化的“观看范式”——一种以距离、客体化与表象为基础的视觉秩序。在这一限定意义上，味觉的独特性才得以凸显：它并不允许主体退后观看，而是以侵入性、不可逆性与物质转化性迫使主体直接承受世界的进入，从而将主体性从“观看的确定性”推向“代谢的风险性”。

在这一意义上，吃是一种特殊的认识方式。与逻辑或表象不同，它不依赖抽象，而依赖物质；不依赖思辨，而依赖代谢；不依赖判断，而依赖同化。吃的认识方式不是向世界提出“是什么”，而是向世界提出“如何进入我”、“如何改变我”与“我如何回应世界”的问题。进食也提示我们：主体的建立并非源于拒绝世界，而是源于吞咽世界<sup>[4]</sup>。换言之，主体并非建立在排除上，而是建立在吸纳上。

## 2.1. 自我与他者的界面模糊

在进食中，他者不再保持对象性的距离，而是在进入身体之后逐层瓦解其异质性，直至成为主体的一部分。这一过程包含多个层级：咀嚼阶段的碎裂、胃部阶段的分解、肠道阶段的吸收、细胞阶段的代谢。可食之物的物质形态在这一过程中不断失去其外在性，直至被重新编码为主体的血肉、能量与组织。这种同化过程揭示了主体性从未是封闭的，而是开放且可渗透的<sup>[5]</sup>。

与此同时，进食也以排泄的方式标记不可同化的残余。他者并非完全被主体吞并，而是以残渣、废物或排泄物的形式被主体外化为边界的另外一侧。排泄因此是一种关于世界的剥离与分离，它表明主体与世界之间的关系从未彻底解决，而是持续处于谈判、失败与分裂之中<sup>[6]</sup>。这使身体的边界呈现动态性：边界不是实体，而是一连串交换的记录。

这进一步指向一个重要结论：主体不是实体性结构，而是代谢性结构。自我是持续吸纳世界并被世界改变的过程，而非静止的身份。主体之所以存在，并非因为其拒绝他者，而是因为其不断在他者之中构造自身<sup>[7]</sup>。

---

## 2.2. 味觉作为混沌的智慧

味觉在感知谱系中具有特殊地位。视觉依赖清晰、分离与形式化，而味觉则建立在混乱、混合与强度之上。甜、酸、苦、咸与鲜并非可供严格定位的对象，而是以波动、组合、溢出与叠加的方式呈现，它们同时牵涉生理反应、情绪反应、文化经验、记忆经验乃至语言经验<sup>[8]</sup>。味觉并非被动的生物本能，而是一种“混沌的智慧”：它既不是纯粹认知，也不是纯粹情绪，而是一种前语言化的判断方式。

这里的“混沌”并非指无序或混乱，而是指一种无法被还原为清晰边界与逻辑分割的感知综合状态：味觉经验总是同时包含生理反应、情绪波动、文化记忆与价值判断，其秩序并非缺失，而是以混合与叠加的方式存在。

味觉的判断先于语言发生，却决定语言之后的价值判断；它先于理性，却影响理性之后的选择；它无法被完全表述，却影响我们以世界为对象的方式。视觉可以抽象成图像，听觉可以抽象成音符，而味觉无法抽象，它拒绝被象征系统纯粹化。它抗拒距离，要求卷入；抗拒确定，要求强度；抗拒形式，要求体验<sup>[9]</sup>。

因此，味觉提出一个对哲学极具破坏性的命题：主体从未完全依赖理性认识世界，而是依赖身体认识世界。而身体的认识是混杂的、模糊的、非语言化的与直接的。梅洛-庞蒂指出，身体不是意识的工具，而是意识的原场。味觉正是这一原场最具侵入性与融合性的表现，它宣告世界在进入主体之前已经与主体纠缠<sup>[10]</sup>。

## 3. 从笛卡尔主体到身体-主体

笛卡尔哲学以“我思故我在”为核心命题，奠定了近代主体性的经典模式。在这种模式中，主体被设定为思考的中心，意识成为存在的基础，而身体不过是意识之外的附属机制或工具。主体与身体、心灵与肉体、内在与外在在此被严格区分，世界被设定为可被认知、可被表象、可被怀疑的对象领域。主体的自明性因此建立在距离、抽象与分离的基础上<sup>[11]</sup>。

然而，进食这一经验的结构使笛卡尔式主体面临根本性的挑战。进食不是思考的产物，而是存在的前场；不是意识的选择，而是身体的需求；不是逻辑的推演，而是代谢的迫切<sup>[12]</sup>。主体之所以得以继续思考，首先必须摄取、吞咽、消化与代谢世界。在进食的经验里，身体不是意识的附属条件，而是存在的前提条件。主体不是先于身体而存在，而是通过身体而存在。梅洛-

---

庞蒂称主体为“身体-主体”（le corps propre），并指出主体并非“拥有身体”，而是“以身体存在于世界之中”。

更进一步说，进食揭示了主体与世界之间的关系并非建立在隔离上，而是建立在混合上。笛卡尔式主体通过怀疑与抽离获得确定，而身体-主体则通过卷入与代谢获取存在。进食让主体以最原始、最激烈、最物质的方式与世界纠缠。主体不再是看着世界的“旁观者”，而是吞食世界的“参与者”<sup>[13]</sup>。吃使主体从认识论的层面坠回到存在论的层面，从认知的结构回到生命的结构，从理性的高度回到代谢的深处。

因此，身体不是意识的对象，而是主体性之出现的现场；进食不是生理活动，而是主体性之生成的机制；吞咽与同化不是维持生存的工具，而是构成自我的方式。

### 3.1. 现象学中的味觉问题

现象学传统自胡塞尔以来，主要关注视觉、空间与对象给予方式。视觉之所以成为现象学的范式，是因为视觉呈现一种透明、可分析、可距离化的经验结构。在视觉之中，主体观看世界，世界被给予，距离得以保留，自主性得以维持。然而，味觉在现象学谱系中呈现出截然不同的结构<sup>[14]</sup>。

味觉是一种时间性的、侵入性的、不可透明的经验。味觉要求主体卷入其中。甜、酸、苦、咸与鲜无法像视觉对象那样稳定地呈现，也无法被纯粹地“观看”。味觉要求吞咽、溶解、混合、吸收。味觉的经验机制是一种由世界向主体内部侵入的过程，而不是主体向世界外部投射的过程<sup>[15]</sup>。味觉摧毁了“旁观者”模式，使主体被迫成为事件的当事者。

味觉也无法保持绝对自主。主体不可能与味觉保持距离，因为味觉总在侵犯边界、扰乱平衡与改变身体。味觉的经验不可逆：一旦品尝，体验便发生；一旦吞咽，世界便进入主体；一旦消化，世界便成为主体。味觉因此迫使现象学重新思考主体是否能够保持独立、控制与自足。

从现象学视角看，味觉呈现出一种不同于视觉与听觉的给定方式：它是“混合式给予”。在味觉中，世界不是被呈现，而是被摄取；不是被理解，而是被吸纳；不是被识别，而是被消化。味觉因此揭示了一种新的主体模式：主体不是通过认知来确立，而是通过被世界改变来确立<sup>[16]</sup>。主体不是通过表象成立，而是通过代谢成立。

### 3.2. 消化与同化的哲学意涵

---

如果说味觉揭示的是主体如何在感官层面被世界侵入与扰动，那么消化则进一步展示了这种侵入如何在更深的物质层面持续发生：世界不仅被品尝，更被拆解、吸收与转化，从而进入主体的存在结构。消化不仅是生理机制，更是一种存在论的机制和哲学的隐喻。消化意味着世界进入主体并被主体处理、拆解、转化与再编码。消化构成了一种同化过程：世界通过异化自身以进入主体，而主体通过同化世界以构成自身<sup>[17]</sup>。主体性不再是预设的结构，而是一种持续的代谢关系。

从这一角度看，主体不是固定的实体，而是代谢性的过程。自我是吸收、同化、转化与排异的序列。主体不是通过拒绝他者而建立，而是通过同化他者而生成。主体之构成不仅依赖吞咽与消化，也依赖无法消化的残余。排泄标记了不可同化的他者性。可被同化的进入自我，不可同化的被排回世界<sup>[18]</sup>。主体因此不是全能的机器，而是有限且不断失败的存在。

消化展示了一个重要的哲学结论：主体不是纯粹性，而是混合体；不是统一性，而是拼接体；不是透明性，而是代谢性。自我乃一种恒常的更新，而世界乃自我更新的材料。与黑格尔式的扬弃不同，消化不是辩证过程，而是生物过程；不是逻辑关系，而是物质关系；不是概念综合，而是肉体综合<sup>[19]</sup>。

#### 4. 存在的消化：主体与世界的再编码

若说进食是一种谈判，那么消化便是一种编码过程。食物首先以世界的物质形式进入主体，然后在消化过程中被编码为血肉、能量与感性经验。主体因此不断更新自身，世界在其中被重新书写。主体从不在同一个身体中存在两次，因为代谢永远在改变主体的物质组成。进食与消化因此构成主体的时间性：主体永远处于更新之中<sup>[20]</sup>。

然而，排泄揭示了主体的限制。主体无法同化世界的全部，世界永远残留为不可吸收的部分。排泄标记了世界在主体内部留下的断裂与失败。主体不是全能的同化者，而是有限的过滤者。主体性因此包含接受与拒绝、吸收与排异、掌控与失败的双重逻辑。

在这一意义上，“存在的消化”不仅描述一种生理过程，也描述一种存在论机制。世界通过可食性被允许进入主体，而主体通过代谢性的同化来构成自我。自我并非静态同一，而是吞咽世界之后的结果。主体不是由意识生成，而是由代谢生成；不是由语言生成，而是由吞咽生成；不是由反思生成，而是由混合生成。

---

## 5. 结论

本文提出“存在的消化”这一概念式路径，并尝试以其突破传统主体哲学的范式。传统主体理论往往以意识、理性或自我反思作为主体性的基点，而进食、味觉与消化的经验显示，主体性在出现为认知主体之前，首先出现为身体主体；主体性在能够思考世界之前，首先必须吞咽世界；主体性在能够形成判断之前，首先必须进行代谢。这意味着主体并非从思想出发，而是从身体出发。主体之原初不是“我思故我在”，而是“我吃故我在”，甚至更进一步：“世界进入我，故我得以成为主体”。

进食揭示了主体与世界之间的第一谈判。在此谈判中，世界以可食之物进入身体，而身体以消化、同化与排泄回应世界。主体不是纯粹地面对世界，而是被迫接纳世界；世界不是纯粹地呈现，而是直接侵入主体。这种侵入不是象征性的，而是物质性的；不是认知性的，而是代谢性的。主体因此不再由认知去界定，而是由物质交换、身体渗透与代谢失败所定义。

味觉进一步挑战了建立在距离、清晰与透明基础之上的理性主体范式。味觉是一种混沌的智慧，一种前语言化的判断形式，一种通过侵入而非呈现来构成经验的感知方式。味觉拒绝将主体置于观察者的位置，而要求主体承担参与者的位置。主体因此不再是观看世界的主体，而是吞咽世界的主体；主体的世界关系不再是表象性的，而是融合性的。

消化则展示了主体构成的代谢逻辑。主体不是实体，而是过程；不是同一，而是变形；不是封闭体，而是开放的拼接体。世界进入主体之后被拆解、编码与重新组织，从而成为主体身体与经验的一部分。而排泄标记了不可同化的他者性，显示主体无法完全吞并世界。消化与排泄之间的张力构成主体性的限度与构造：主体既依赖世界以构成自身，又永远无法彻底同化世界。

由此出发，“存在的消化”不仅揭示了身体的开放性，也揭示了世界的双重性质——既可被吞咽，也可拒绝被吞咽；既能被同化，也会残留不可同化的部分。世界不是给予主体的透明对象，而是必须经过代谢过程的物质性存在；主体不是掌控世界的自足结构，而是不断失败、不断更新、不断处理世界的代谢性结构。

因此，主体性应当被重新理解为一种代谢性现象，而非认知性现象；一种过程性结构，而非实体性结构；一种混合与谈判的结果，而非先验的前提。在这一层面上，进食并未仅仅指涉生理层面的生命维持，而成为理解主体与世界关系的新哲学入口。

---

最终，“存在的消化”指向一种不同的哲学本体论——主体不是通过思辨与理性来保证存在的，而是通过吞咽、吸纳、转化与排异的方式与世界发生关系。主体不是从世界抽离，而是以世界为材料生成自身。主体性因此变成一种必须不断进行、永不完成的过程，而世界则成为构成主体的条件。主体与世界不再被分隔，而在消化的代谢逻辑中持续纠缠。

## 参考文献

- [1] 赵旭东, 王莎莎. 食物的信任——中国社会的饮食观念及其转变[J]. 江苏行政学院学报, 2013(2): 75-80.
- [2] 张珣. 文化建构性别、身体与食物: 以当归为例[J]. 考古人类学刊, 2007(67): 71-116.
- [3] 余舜德. 身体修练与文化学习: 以学茶为例[J]. 台湾人类学刊, 2008, 6(1): 71-104.
- [4] 余舜德. 台湾冻顶乌龙茶之工匠技艺、科技与现代性[J]. 台湾人类学刊, 2013, 11(1): 123-153.
- [5] [法] 莫里斯·梅洛-庞蒂. 知觉现象学[M]. 姜志辉译. 北京: 商务印书馆, 2001.
- [6] 杨大春. 感性的诗学: 梅洛-庞蒂与法国哲学主流[M]. 北京: 人民出版社, 2005.
- [7] 杨大春. 语言·身体·他者: 当代法国哲学的三大主题[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2022.
- [8] [法] 德勒兹. 差异与重复[M]. 江荐新, 廖芊喬译. 台北: 野人文化, 2019.
- [9] 梁文道. 味觉现象学[M]. 香港: 上书局, 2007.
- [10] 梁文道. 舌头: 味觉现象学II[M]. 香港: 上书局, 2014.
- [11] 张尧均. 隐喻的身体——梅洛-庞蒂的身体现象学研究[M]. 北京: 商务印书馆, 2014.
- [12] 王建华. 知觉—世界的时间形式: 梅洛-庞蒂论电影[J]. 北京电影学院学报, 2020(9): 4-12.
- [13] 张再林. 从梅洛-庞蒂身体现象学到中国古代身道[J]. 哲学分析, 2024, 15(2): 59-68.
- [14] 胡继宁. 绘画的路径: 身体、知觉、表达——以梅洛-庞蒂对塞尚的现象学研究为例[J]. 广西民族大学学报(哲学社会科学版), 2022(2): 131-137.
- [15] 梁晴. 梅洛-庞蒂现象学视域下的他者理论分析[D]. 北京: 中央民族大学, 2020.
- [16] 余舜德. 台茶的台湾味: 感官经验、文化遗产与认同[J]. 台湾人类学刊, 2024, 22(1): 1-40.
- [17] 彭兆荣. 中国饮食: 作为无形遗产的思维表述技艺[J]. 民俗研究, 2015(3): 33-40.
- [18] 赵旭东. 中华饮食里的哲学思考[J]. 中国社会科学报, 2018(5): 10-12.
- [19] 杨涵杰. 饮食文化隐喻流变研究[J]. 文学评论, 2021(4): 112-120.
- [20] 李瑞华. 日常饮食经验中的身体与主体性[J]. 学术月刊, 2022, 54(9): 98-107.