

# 研究員 の眼

## 「人は、なぜ走るのか」 合理的に説明できない価値の魅力(2)

社会研究部門 主任研究員 土堤内 昭雄  
(03)3512-1883 doteuchi@nli-research.co.jp

今日から10月、スポーツの秋だ。今や市民マラソンが大変な人気である。8月に行われた来年2月の東京マラソンの出場者募集も、フルマラソンの一般応募者は30万3,450人と定員の10倍を超えた。国内のランニング人口は900万人以上ともいわれ、スポーツ関連市場への影響も大きい。私はフルマラソンを始めてまもなく10年になるが、この間、『人は、なぜ走るのか』と考え続けている。しかし、この哲学的な問いに答えるには、私はまだあまりに“走ること”を知らない。

一般的なランニングの効用は、心身の健康によい、認知症予防や脳力アップ、ストレス解消になるなどいろいろ言われる。私は仕事柄、レポートを書いたり講演したりする機会があるが、レポートの構成やコラムの着想、講演の話の切り出し方など、ほとんどを走りながら考えるととってもいい。通常は1時間ほど走ると、頭のなかに詰め込んでおいた様々な知識や情報が整理される。私の場合、確かに“走ること”は職業上の不可欠な行為と言えるだろう。

では、私はなぜ走るのだろうか。原稿を書くためだろうか。それは違う。そもそも“走ること”は、何か目的があり、それを実現するための手段なのか。確かに10年前には、何か別の目的・動機があつて走り始めた。しかし、そのうち“走ること”自体が目的化し、何々のためではなく、“走ること”が面白いから、走ると気持ちいいから、ただ走りたいから、だから走る、になった。

走り始めた頃は、雨の降る日にジョギングをしている人を見て、なぜこのような悪天候の日にも走るのだろうかと思ふことがある。しかし、走る経験を積むうちに、“走ること”は自然と一体になり、自らが自然の一部になることだと思ふ。走りながら風や光、音、匂い、心臓の鼓動や血流によって生きていることを実感する、それこそがランニングの醍醐味だ。そのためには自分自身が自然と同化することが必要で、雨が降り、風が吹くことでますます自然に近づくことができるのだ。

古代の壁画に人が両手を挙げて走る姿が描かれている。人は“走ること”で生きる喜びを表し、嬉しいときに本能的に走る習性があるのかもしれない。複雑化した現代社会において、人間はあまりに多くのモノを身に付け過ぎた。人は“走ること”によって心と体の老廃物を体外へ排出し、“原初状態”に戻ることができるのではないか。『人は、なぜ走るのか』という問いに対する合理的な答えはまだ見つかからないが、哲学者・内山節さんの『合理を超えた問いに、合理的な答えなどあろうはずがない』（「歴史の変わり目を感じる」日本経済新聞、2012年8月26日）という言葉が思い浮かぶのである。

(参考) [研究員の眼 『合理性の不合理～合理的に説明できない価値の魅力』 \(2012年9月24日\)](#)