

เสน่ห์ของความผอม: กระบวนการ จัดการร่างกาย

The Charm of Thinness: The Process of Body Managing

พัชรีพรพรรณ ระหว่างบ้าน
Patchareepan Ravangban

บทคัดย่อ

ในสังคมบริโภคที่เต็มไปด้วยการสร้าง-การให้ความหมายต่างๆ มากมายให้กับสินค้าและบริการ เพื่อนำพาคนเข้าไปสู่การบริโภคในสิ่งนั้นๆ และร่างกายของคนก็ถูกสร้างความหมาย มีการนำเสนอภาพเรือนร่างในฝัน (ร่างกายที่ผอม) ซึ่งถือเป็นมาตรฐานความงามในปัจจุบัน ผ่านการนำเสนอของสื่อประเภทต่างๆ เพื่อเสนอกับผู้คนว่าร่างกายที่ผอมซึ่งเป็นเรือนร่างที่ได้รับการยอมรับนั้นเป็นสิ่งที่แสดงถึงความงาม มีเสน่ห์ ได้รับการยอมรับทางสังคม และการมีสุขภาพที่ดีและอื่นๆ แต่ความหมายเหล่านี้แทบจะหาไม่พบในความอ้วน อีกทั้งการประชาสัมพันธ์ขององค์กรภาครัฐและเอกชนที่กล่าวถึงความอ้วนหรือร่างกายที่อ้วนว่าเป็นสิ่งที่เสี่ยงต่อการมีสุขภาพไม่ดี สิ่งเหล่านี้ได้กลายมาเป็นสิ่งที่นำพาผู้คนเข้าไปสู่การจัดการร่างกายของตนเอง

คำสำคัญ : มายาคติ ร่างกาย กระบวนการจัดการร่างกาย

Abstract

In contemporary consumer society people invest products and services with many different meanings and values. These meanings are constructed as part of our everyday lives. Consumer society shapes our choices to buy or use goods and services. At the same time, our bodies have constructed meanings too. The representation of desirable body images - especially being thin - through mass media constructs specific standards of beauty. Thinness is presented as charming, socially acceptable, healthy, and so on. In contrast, fatness and being fat are seen as the opposite: undesirable, unhealthy and socially unacceptable. Furthermore, health promotion by government and private organizations emphasizes that being fat is a threat to good health and leads to illness. Meanings and values carry huge influence in leading people to think about their bodies and how they manage them.

Keywords: mythologies, body, process of body managing

เสน่ห์ของความผอม : กระบวนการจัดการร่างกาย

“อย่าปล่อยให้ความอ้วนลายนวล”

“เสน่ห์ของคนเรานี้อยู่ที่รูปร่างที่สวยงามและบุคลิกภาพที่ดี”

“มหกรรมลดอ้วน ลดโรค”

“ระวัง!...มันกำลังจะมา”

ฯลฯ

สิ่งที่กล่าวถึงข้างต้น เป็นสิ่งที่พบเห็นได้มากมายในวิถีชีวิตประจำวันของเรา เราอยู่ท่ามกลางการนำเสนอสิ่งดังกล่าวมาอย่างต่อเนื่องตลอดช่วงระยะเวลาหลายปีที่ผ่านมา เป็นสิ่งที่น่าคิดว่าเพราะเหตุใดเราจึงอยู่ท่ามกลางของสังคมที่เต็มไปด้วยการนำเสนอสิ่งเหล่านั้น ไม่ว่าจะเป็นการนำเสนอจากองค์กรเอกชน สื่อสารมวลชน แพชั่น แม้กระทั่งองค์กรของรัฐที่ดูแลสุขภาพของคนในสังคมยังกล่าวถึง จะต่างกันเพียงแค่จุดประสงค์ในการนำเสนอเท่านั้น ยังคงมีการนำเสนออีกมากมายที่ต่างค่อยๆ ปรากฏตัวให้เราได้เห็น และในบางครั้งการนำเสนอเหล่านั้นต่างมุ่งเข้าสู่สังคมของเราโดยพร้อมเพรียงกัน บางขณะเราก็รู้สึกทำไมเราจึงพบกับเรื่องราวเหล่านั้นบ่อยครั้งและมากมายเหลือเกิน ไม่ว่าจะรู้สึกอย่างไรก็ตามสิ่งหนึ่งที่เรารับรู้ได้คือ ความอ้วนน่าจะไม่ใช่สิ่งที่ดี หรือเป็นที่ต้องการนัก การป่าวประกาศถึงความไม่ดีงามของความอ้วนและโน้มน้าวให้เราเห็นถึงความดีงามของความผอม นั้นเป็นสิ่งที่ล้อมรอบเราอยู่ทุกวี่วัน แล้วเราจะละซึ่งความสนใจต่อสิ่งดังกล่าวได้อย่างไรนั้นหรือ

ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นนี้มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรมและวิถีชีวิตคนไม่น้อย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อผ่านกระบวนการสื่อสารประชาสัมพันธ์ความสวยงามแบบใหม่ที่เกิดขึ้นไปทั่ว ยิ่งทำให้การมองหรือการรับรู้เกี่ยวกับความอ้วนกลายเป็นประเด็นทางสังคมและกำลังกลายเป็นความจริงที่มีผลต่อการเปลี่ยนสังคม วัฒนธรรมและสมาชิกในสังคม (จุฬารัตน์, มปป.)

ประเด็นเรื่องของความผอมเป็นปรากฏการณ์ทางสังคมรูปแบบหนึ่งที่มีความซับซ้อน สามารถพิจารณาได้หลายมุมมอง หลายเงื่อนไข ไม่ว่าจะเป็นนิยามความงาม ความอ้วน-ความผอม เพศ/เพศภาวะ ชาติพันธุ์ ชนชั้น อายุ สภาวะทางร่างกาย หรือการวิเคราะห์ในฐานะของวาทกรรมรูปแบบหนึ่ง ทว่าในงานชิ้นนี้พิจารณาปรากฏการณ์ดังกล่าวโดยสนใจเรื่องของกระบวนการจัดการร่างกาย เนื่องจากเห็นว่ากระบวนการจัดการร่างกายของคนไม่ว่าจะเป็นกลุ่ม เชื้อชาติ ชนชั้น อายุหรือเพศใด สามารถเข้าสู่กระบวนการจัดการร่างกายได้ โดยมองปรากฏการณ์ดังกล่าวผ่านมุมมองทางด้านวัฒนธรรมบริโภคและร่างกายทางสังคมศาสตร์ ซึ่งอาจเป็นมุมมองแง่หนึ่งที่จะสามารถช่วยสร้างความเข้าใจต่อเรื่องดังกล่าวได้และนี่คือวัตถุประสงค์ของบทความชิ้นนี้

ความผอม-อ้วน : หนึ่งในมายาคติของสังคมบริโภค

เรื่องของบริโภคหรือตรรกะของการบริโภคนั้นเป็นสิ่งที่ถูกกล่าวถึงหรือได้รับความสนใจมาตั้งแต่ในช่วงศตวรรษที่ 19 ซึ่งได้มีการก่อตัวของระบบทุนนิยมและเป็นทุนนิยมที่เน้นไปที่ความสำคัญในการผลิตให้เพียงพอต่อการบริโภค มีทุนทางการผลิตและมีระบบการหมุนเวียนทางเศรษฐกิจ การตลาดและการแลกเปลี่ยนเป็นสิ่งสำคัญของสังคม วัตถุถูกทำให้เป็นสินค้าและมีการแลกเปลี่ยนโดยการกำหนดมูลค่าในสินค้านั้นๆ (Lash and Urry, 1994 อ้างใน วจี, 2549) จากนั้นด้วยความก้าวหน้าของเทคโนโลยีที่เกิดขึ้นทำให้สังคมเศรษฐกิจเปลี่ยนความสำคัญจากการผลิตเพื่อเพียงพอต่อการบริโภคเข้ามาสู่การกระตุ้นให้เกิดการบริโภค โดยอาศัยการโฆษณา สื่อมวลชนเข้ามามีบทบาทสำคัญในการกระตุ้นเพื่อให้การบริโภคเกิดขึ้น (ฉัสนรา, 2537: 130-138) โดยวิธีการนำเสนอภาพลักษณ์ของสินค้าและสร้างความสมเหตุสมผลต่อการบริโภคสินค้านั้นๆ ผู้คนต่างสนใจในการตอบสนองความต้องการของตนเองอย่างมากที่สุด จากการพยายามในการสร้างภาพลักษณ์ของผู้ผลิตและภาคธุรกิจ/เศรษฐกิจได้เข้ามามีบทบาทในการควบคุมทางสังคมมากขึ้นและ

แผ่ขยายแนวความคิดทางการตลาดและการบริโภคออกไปในทุกส่วนของสังคมแม้แต่ในด้านการเมืองก็มีการสร้างภาพลักษณ์เพื่อเป็นจุดขายของพรรคการเมืองในการหาเสียงเลือกตั้ง หรือแม้แต่วรรณคดีทางศิลปะก็มีการตีความในเรื่องของกำไร-ขาดทุน เหมือนกับการตีค่าสินค้านั้นๆ เราจึงตกอยู่ในสังคมที่นิยมการบริโภค และอุดมการณ์ของการบริโภคก็มีผลผลักดันให้เราในฐานะผู้บริโภควิ่งตามการบริโภคโดยไม่มีที่สิ้นสุด เนื่องจากการบริโภคในสังคมสมัยใหม่หรือหลังสมัยใหม่นั้น การบริโภคเป็นปฏิบัติการทางความคิด คือ การบริโภคที่ความคิดไม่ใช่วัตถุ ซึ่งเป็นการบริโภคที่ไม่มีที่สิ้นสุด ผู้บริโภคในยุคเหล่านี้ไม่เคยพอใจกับสิ่งที่มีอยู่ มีแต่จะบริโภคมากขึ้นๆ ตามความปรารถนาของตนเองที่จะบริโภค และในสังคมบริโภคทุกสิ่งทุกอย่างสามารถกลายมาเป็นที่บริโภคได้ ทั้งความหมาย ความจริง ความรู้และการบริโภคก็เสมือนกับตัวหล่อลื่นของวัฏจักรสัญลักษณ์ (Baudrillard, 1998; Lyon, 1994: 66-68 อ้างใน Miles, 1998: 24)

การสร้างภาพลักษณ์และการบริโภคนั้นมีความสัมพันธ์กันและการบริโภคต้องมีการสัมผัสและมีความเชื่อมโยงเข้ากับร่างกาย (ธเนศ, 2549) อีกทั้งการบริโภคที่เกิดขึ้นนั้นเป็นการบริโภคทางความหมายนามธรรมในตัวสินค้าที่เกิดจากการแต่งขึ้นของโฆษณามากกว่าการบริโภคสินค้าที่เป็นวัตถุทางกายภาพ (เกษียร, 2539; วจี, 2549) การบริโภคเป็นสิ่งที่มากกว่าการเป็นระบบแบบง่าย ๆ ที่ตอบสนองความต้องการทางกายซึ่งกิจกรรมต่างๆ ของผู้บริโภคนั้นถูกรุกรานจากระบบการค้าที่จะเข้าสู่การบริโภค กิจกรรมต่างๆ ของคนเข้ามาเกี่ยวข้องกับบริโภคมากขึ้นในระดับชีวิตประจำวัน ผู้บริโภคบริโภคสินค้าเพื่อเป็นสิ่งที่ทำให้รู้ว่าเขาเป็นใคร สร้างตัวเองขึ้นมาโดยใช้สัญลักษณ์จากรูปแบบการบริโภคของพวกเขาเอง (Bocock, 1993) นอกจากนั้นการบริโภทยังกลายมาเป็นพื้นที่ที่สำคัญของการสร้างความหมาย ตัวตน บทบาททางเพศ โลกในยุคหลังสมัยใหม่ได้กระตุ้นให้เราเชื่อว่าทุกสิ่งสามารถเป็นไปได้ เราสามารถเป็นใครก็ได้ที่เราต้องการตราบเท่าที่เรายังสามารถบริโภคได้

โดยกระบวนการใช้มาตรฐานของรสนิยมที่ดี รูปแบบที่ดีซึ่งมาตรฐานเหล่านี้ได้เข้ามารุกรานชีวิตประจำวันของพวกเรา (Featherstone, 1991) การบริโภคที่เกิดขึ้นในสังคมปัจจุบันเป็นการบริโภคที่ตกอยู่ในชั้นของจิตไร้สำนึกซึ่งเป็นการตกอยู่ในมายาคติที่ครอบงำสังคมอยู่และสิ่งเหล่านี้ก็ทำให้การบริโภคเป็นโครงสร้างทางสังคมอย่างหนึ่งที่มีอิทธิพลเหนือปัจเจกบุคคล (Baudrillard, 1998)

มายาคติที่ครอบงำนั้นเป็นผลผลิตทางสังคมและวัฒนธรรมของสังคมหนึ่ง คนกลุ่มหนึ่ง ชนชั้นหนึ่งหรือหลายกลุ่ม หลายชนชั้นและหลายสังคมก็ได้ มายาคติ อาจหมายถึง การเสกสรรปั้นแต่งของคนให้กับสิ่งต่างๆ ในสังคม เป็นกระบวนการสื่อความหมายด้วยคติความเชื่อลงให้คนหลงไปติดกับสิ่งที่ปั้นแต่ง/การสร้างทางสังคม แต่ไม่ได้เป็นการสร้างขึ้นปิดบังความจริง เพียงแต่คนในสังคมคิดเอาเองว่านั่นคือธรรมชาติอย่างหนึ่ง จึงเชื่อมั่นและเห็นว่ามันเป็นเรื่องของเหตุผล ไม่ใช่การมอมเมา (บาร์ตส์, 2543) มายาคติเปรียบเสมือนอำนาจมืดที่มีความแยบยล แอบเนียน มากกว่าอำนาจใดและเราจำเป็นต้องรู้เท่าทันมัน (Miles, 1998) อีกทั้งมายาคติมักจะเข้ามาเกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของเราโดยที่เราไม่รู้ตัวหรือไม่เท่าทันมัน เพราะมันมาครอบงำเราและสังคมของเรา ทั้งยังทำการประทุษร้ายทางปัญญา สุนทรียะ ชีวิตอาชญากรรมทางการเมืองของพวกเรา (อภิญา, 2549) โดยส่วนหนึ่งมายาคติที่มีในสังคมบริโภคเกิดจากการสร้างขึ้นของการโฆษณาหรือสื่อที่สร้างความหมายใหม่ที่มาซ้อนทับหรือเข้าไปครอบงำความหมายเบื้องต้นของสิ่งนั้นๆ อาจเป็นทั้งมายาคติที่สื่อถึงความหมายทางวัฒนธรรมหรือความหมายอย่างอื่น และเราในฐานะผู้บริโภคก็มักตกอยู่ในมายาคติอันนั้นด้วยเช่นกัน

มายาคติอย่างหนึ่งที่ถูกสร้างขึ้นจากสังคมตะวันตกโดยมีการสร้างและนำเสนอเป็นมาตรฐานทางสังคมให้เป็นภาพแห่งความงามในอุดมคติของผู้หญิงตะวันตก โดยเริ่มตั้งแต่การที่อุตสาหกรรมเครื่องสำอางและ

แฟชั่นซึ่งมี คริสเตียนดิออร์ ลังโคม และมินิสเกิร์ต (Mini-skirt) เป็นตัวเร่งปรากฏการณ์ให้มายาอันนั้นกลายมาเป็นที่นิยมของสังคมตะวันตก และเผยแพร่ออกสู่สังคมโลก มายาคติที่กล่าวถึงก็คือ ความผอมคือ ความสวย ที่เป็นมาตรฐานของความงามและเรือนร่างในอุดมคติ (นิษฐา, มปป.) การมีเรือนร่างที่ผอมบางจึงเป็นที่นิยมออกไปทั่วโลกโดยเฉพาะในสังคมที่มีค่านิยมยกย่องความเป็นตะวันตก โดยมีแรงสนับสนุนจากสื่อมวลชน อีกทั้งระบบทุนนิยมตะวันตกที่เน้นเรื่องของการบริโภคเป็นหลัก อุตสาหกรรมเครื่องสำอาง แฟชั่น และความงามต่างๆ ที่ช่วยกันตอกย้ำให้ความผอมบางดูเป็นสิ่งที่สวยงาม มีเสน่ห์ และช่วยกันสร้างว่าความอ้วน คือ สิ่งที่ด้อยค่าในสังคม (นิษฐา, เพิ่งอ้าง)

ความอ้วนจึงถูกสร้างให้ดูเป็นสิ่งที่อันตรายที่ไม่ควรเข้าใกล้ เป็นสิ่งที่น่ารังเกียจเพราะนอกจากจะเป็นอันตรายที่ทำให้เกิดความเสียหายในโรคต่างๆ ได้แล้ว ยังส่งผลกระทบทางด้านจิตใจ สังคมและเศรษฐกิจต่อบุคคลได้อีกด้วย ความอ้วนไม่เป็นที่นิยมทางสังคมเหมือนในอดีตที่เคยเป็นมา ที่คนอ้วนหรือความอ้วนเป็นสัญลักษณ์ของคนที่มีความสมบูรณ์ มั่งคั่ง มีบุญวาสนา มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมที่ดี เป็นที่นับหน้าถือตาในสังคม แต่ในปัจจุบันทัศนคติของบุคคลที่มีต่อความอ้วนและคนอ้วนเปลี่ยนแปลงไป ความอ้วนเป็นปัญหาของผู้คน ตัวตนของคนอ้วนถูกสร้างความหมายใหม่ที่ได้รับอิทธิพลจากสังคมตะวันตก นั่นคือ ความอ้วน เป็นสิ่งที่บ่งบอกว่าเจ้าของร่างกายนั้นไม่มีความรับผิดชอบในการดูแลตนเอง ปล่อยเนื้อปล่อยตัว ขาดระเบียบวินัยในการดำรงชีวิตและการรับประทานอาหาร ไม่สามารถควบคุมความต้องการของตนเองได้ (วิจิตร, 2549ก; นิษฐา, มปป.; น้ำฝน, 2541; Bordor, 1993; Heywood, 1996 อ้างใน Lupton, 2000) ความเกลียดชังที่เกิดขึ้นกับความอ้วนและคนอ้วนได้กลายเป็นบทลงโทษให้กับบุคคลเหล่านี้ให้กลายเป็นอื่น เป็นผู้ที่ไร้ที่ยืนในสังคม (จุฬารักษ์, มปป.) ในปัจจุบันความอ้วนเป็นสิ่งที่ควรหลีกเลี่ยงและเป็นประเด็นทางสังคมอย่างหนึ่ง ปรากฏการณ์ของความอ้วนที่เกิดขึ้นมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรม การดำเนิน

ชีวิตของคนในสังคม เมื่อความงามแบบใหม่คือ ความผอมเกิดขึ้น และยังมีความรู้ชุดใหม่ที่ว่าความอ้วนเป็นความจริงที่อันตราย “อ้วนไป ตายเร็ว” (จุฬารัตน์, เฟิงอั่ง.) ดังนั้นการทำเรือนร่าง/ร่างกายไม่ให้อ้วน และการทำให้เกิดความผอมจึงเป็นที่นิยมในกลุ่มคน เพื่อให้ร่างกายเป็นไปตามกระแสทางสังคมที่นิยมในเรือนร่างที่ผอมเพรียว เราจะเห็นได้ว่าภาพของฟรีเซินเตอร์ นางแบบ นักแสดงที่เราได้เห็นกันทั่วไปตามสื่อต่างๆ นั้น โดยส่วนใหญ่จะมีรูปร่างที่ผอมเพรียวมากกว่าที่จะเจ้าเนื้อหรืออ้วนท้วน และความนิยมในความผอมบางนั้นได้ทำให้เกิดลัทธิใหม่ขึ้นมาที่นิยมเรื่องในนี้ ซึ่งเฟิงปรากฏในช่วงศตวรรษล่าสุดที่ผ่านมาในสังคมตะวันตกและต่อมาก็ขยายสู่สังคมอื่นๆ รวมทั้งในสังคมไทยด้วย นั่นคือ การทำให้ร่างกายเป็นพื้นที่ของการสร้างสรรค์ลัทธิหรือค่านิยมที่ให้คุณค่าหรือคลั่งไคล้ในความผอมบาง (สมเกียรติ, มปป.)

การสำรวจทัศนคติและความคิดเห็นของกลุ่มวัยรุ่นทั้งในประเทศไทยและต่างชาติผลออกมาพบว่ากลุ่มคนเหล่านี้เห็นว่าการรักษารูปร่างนั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นและมีความสำคัญ รวมทั้งพวกเขาเหล่านี้ไม่พอใจกับรูปร่างของตนเองและมีความชื่นชมรวมทั้งมีค่านิยมในเรือนร่างที่ผอมบางว่าเป็นรูปร่างในอุดมคติ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และวิทยาลัยสื่อสารทางไกลอินเตอร์เน็ต มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ, 2547) คนอ้วนพยายามทำทุกวิถีทางให้ตนเองผอมหรือแม้แต่คนที่ผอมอยู่แล้วก็เกิดความกังวลและไม่มั่นใจในรูปร่างและสัดส่วนบางส่วนของตนเอง และเมื่อความนิยมถูกสร้างให้เป็นเช่นนี้ คนยังเห็นว่าการจัดการร่างกายให้เกิดความผอมบางจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นมากขึ้น เพราะร่างกายที่ผอมบางมันมีความหมายมากกว่าความผอมบางที่ปรากฏให้เห็น และสิ่งที่เป็นความหมายเหล่านั้นนั่นเองที่ทำให้คนในสังคมก้าวเข้าสู่การบริโภคในสิ่งดังกล่าว ไม่ว่าจะเพื่อเป็นการสร้าง การแสดงหรือการสื่อความหมายเกี่ยวกับตนเองว่าอย่างไรก็ตาม

ร่างกาย และความผอม-อ้วน

เรามีชีวิตอยู่ในสังคมบริโภคนิยม และการบริโภคที่มันนั้นไม่ใช่เพียงแค่การบริโภคเพื่อประโยชน์ใช้สอยเท่านั้น แต่เราบริโภคความหมายบางอย่างที่มีอยู่ในสินค้าเหล่านั้นๆ อาจเพื่อให้เรารู้สึกว่าเป็นคนทันสมัย มีรสนิยมและอีกนานาประการ ในตรรกะการบริโภคนิยมนี้ร่างกายมีฐานะที่สำคัญเนื่องด้วยเป็นศูนย์กลางในการสร้างความเป็นตัวตนของแต่ละคนที่ต้องการจะสื่อให้ผู้อื่นรับรู้ เราจึงพบว่าในโฆษณาที่เราพบเห็นอยู่ทุกวันจะเต็มไปด้วยสินค้าที่เกี่ยวข้องกับร่างกาย นอกจากการใช้สินค้าต่างๆ กับร่างกายแล้ว การจัดการร่างกายให้มีรูปร่างที่มีลักษณะพึงปรารถนา (ดูดงาม เยาว์วัย สุขภาพดี กระฉับกระเฉง) ยังเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ใครที่ปล่อยปละละเลย ไม่ใส่ใจในร่างกายแล้วก็จะถูกกระตุ้น คะยั้นกะยอยให้จัดการกับร่างกายให้ดูดีอยู่เสมอ (ปริตดา, 2541) ไม่ว่าจะด้วยวิธีการใดๆ ก็ตามเพื่อนำพาให้เราไปสู่ร่างกายที่พึงปรารถนานั้นเอง

มุมมองที่สังคมมีต่อร่างกายนั้นมีการเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย ตามการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม ในอดีตมุมมองทางศาสนา มองร่างกายอยู่ในฐานะเนื้อหนัง (Flesh) ที่มีสถานะต่ำกว่าจิต วิญญาณและต้องมีการควบคุมอย่างเข้มงวด ต่อมาในยุคของทุนนิยมร่างกายถูกมองในฐานะของแรงงานเป็นหนึ่งในปัจจัยการผลิต ส่วนในโลกบริโภคนิยมเช่นปัจจุบัน ร่างกายถูกมองว่าเป็นวัตถุแห่งการหลุดพ้น (Object of Salvation) เพราะมีจริยธรรมชุดใหม่ที่เกี่ยวข้องกับร่างกายซึ่งมีอิทธิพลทำให้เกิดการลงทุนกับร่างกายในรูปแบบต่างๆ ที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน ไม่เพียงเพื่อไม่ให้ตัวเองตกกระแสของแฟชั่นการแต่งกาย ยังมีความใส่ใจในเรื่องของการกินอาหารสุขภาพและอาหารเสริม การนวด ออกกำลังกาย การล้างพิษ เป็นต้น ซึ่งจะเห็นได้ว่าร่างกายถูกสร้างให้มีความหมายกว้างขึ้นกว่าการมองร่างกายในทางชีวภาพเท่านั้น และในยุคบริโภคนิยมปัจจุบันร่างกายยังถูกโยงเข้ากับเรื่องของสุขภาพและหน้าตาในสังคม และความหมายของสุขภาพนั้นถูกใส่คุณค่าเชิงสัญลักษณ์ลง

ไป โดยเฉพาะในเรื่องของคุณค่าของสถานะ เสน่ห์ ตัวตนและระดับคุณธรรมของปัจเจกในสังคม (วิจิตร, 2549ข; Buadrillard, 1998) ซึ่งการปฏิบัติที่ดีต่อร่างกายนั้นแสดงถึงความรับผิดชอบต่อร่างกาย เป็นสิ่งที่ดีต่อสุขภาพและยังเป็นสิ่งที่แสดงถึงการเป็นคนที่มีศีลธรรม จริยธรรม ทั้งต่อตัวเองและสังคมได้อีกด้วย

การที่ร่างกายจะเปลี่ยนแปลงไปและวิวัฒนาการไปตามบริบทของสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา นั้น เป็นการมองร่างกายโดยอาศัยแนวคิดของ **Nobert Elias** ซึ่งเป็นประเด็นหนึ่งในทฤษฎีกระบวนการทำให้มีอารยธรรม (**Civilizing Processes**) (ปริตตา, 2541) นั่นคือ เห็นว่าร่างกายนั้นถูกกำกับและสร้างขึ้นโดยจารีตของราชสำนักและยังเสนอภาพกระบวนการที่สำคัญ 3 ประการคือ การกล่อมเกลาร่างกาย การทำให้ร่างกายรู้จักเหตุผลและการสร้างอาณาบริเวณให้ร่างกาย ซึ่งอธิบายว่าคนมองและจัดการกับร่างกายอย่างไร ซึ่งกว่าที่ร่างกายจะเป็นที่ยอมรับของสังคมได้ต้องผ่านกระบวนการเรียนรู้ที่ยาวนาน ดังนั้นร่างกายจึงไม่ใช่รูปธรรมที่สำเร็จรูป จึงมีการเปลี่ยนแปลงไปตามการพัฒนาและบริบทของสังคม การมีร่างกายยะ (**Civilized body**) นั้นจะต้องแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการควบคุมตนเองทั้งอารมณ์ ความรู้สึก ความมีเหตุผลในลักษณะที่เหมาะสมตามที่สังคมคาดหวังหรือให้คุณค่าเอาไว้

การเปลี่ยนแปลงมุมมองที่มีต่อร่างกาย และมุมมองที่มีต่อร่างกายว่าแบบใดงามหรือไม่นั้น ทำให้ร่างกายเป็นสิ่งที่เรียกได้ว่าเป็นโครงการอย่างหนึ่ง ที่ไม่มีวันจะสร้างได้เสร็จสมบูรณ์เนื่องจากจะไม่มีวันสิ้นสุดว่าร่างกายอย่างไร แบบใดที่เรียกว่าสมบูรณ์แบบและเราก็ไม่เคยได้รับทุกอย่างสมบูรณ์ตามความปรารถนา และร่างกายไม่เคยเป็นเช่นร่างในอุดมคติตามที่ได้พบเห็นจากสื่อ โฆษณา ทว่าก็พยายามปรับปรุงตกแต่งจัดการร่างกายให้ใกล้เคียงที่สุด (ปริตตา, 2541) นั่นเป็นเพราะภาพลักษณ์ของเราและร่างกายของเราที่ปรากฏเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อเราที่จะดีความต่อตัวเองและสังคมที่จะเข้ามาตีความต่อตัวเราด้วย เพราะภาพลักษณ์ของร่างกายของเราไม่ได้ขึ้นอยู่กับว่าเราจะทำให้

ร่างกายเรามีรูปร่างแบบที่เรารับรู้ว่าจะให้เป็นอย่างไรเท่านั้น แต่เราจะต้องผสมกลมกลืนไปได้กับบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของเราด้วยเช่นกัน (Nettleton and Watson, 1998: 17) และในสังคมบริโภคนิยมนี้ร่างกายดูเหมือนจะเป็นสิ่งที่เต็มไปด้วยสัญลักษณ์ทางวัฒนธรรมหรือกำลังจะเป็นสิ่งที่แสดงถึงเรื่องราวทางวัฒนธรรม (Hancock et al., 2000: 53)

หากกล่าวถึงร่างกายที่เกี่ยวกับความผอม-อ้วนแล้ว สังคมเช่นปัจจุบันเป็นเช่นกับสิ่งที่กล่าวมาแล้วข้างต้นว่า ร่างกายผอมเป็นที่ได้รับการยอมรับและชื่นชมมากกว่าร่างกายอ้วน ไม่เพียงแต่การยอมรับเท่านั้นแต่ยังหมายถึงรวมถึงความหมายของร่างกายในลักษณะดังกล่าวดูดียิ่งกว่าร่างกายแบบหลัง ซึ่งการกำหนดคุณค่าของ “ความอ้วน” ของแต่ละสังคมและแต่ละยุคสมัย แต่ละวัฒนธรรมก็จะมีมาตรฐานความงามที่แตกต่างกันออกไป แต่ที่มีลักษณะร่วมกันเกี่ยวกับความงามในทุกสังคมและวัฒนธรรม คือ ต้องบิดเบือนไปจากธรรมชาติ เช่น เท้าเล็กของสาวจีน ภูเขาใหญ่ๆ ของสาวล้านนา เอว 23 นิ้วในคอร์เซ็ทของสาวตะวันตกจนมาถึงรูปร่างที่ผอมผิดธรรมชาติ (บทสัมภาษณ์ คำ ผกา ในกฤษฎา, 2549) ในปัจจุบันความอ้วนไม่ได้ถูกกำหนดคุณค่าหรือความหมายไว้เพียงแต่ความไม่สวย หรือไม่เป็นที่ต้องการของผู้ชายเท่านั้น แต่ความอ้วนถูกกำหนดให้เป็นความเจ็บป่วยอย่างหนึ่งทั้งทางร่างกาย เช่น โรคหัวใจ เบาหวาน คอเลสเตอรอล เป็นต้น และยังเป็นความเจ็บป่วยทางจิตหรือความอ่อนแอที่ไม่สามารถคุมความอยากของตนเองได้ ร่างกายที่อ้วนบ่งบอกว่าเจ้าของร่างกายนั้นไม่มีวินัยในการกิน ไม่มีวินัยในการออกกำลังกาย ชี้แจง ตะกละ เห็นแก่กิน ไม่มีความอดทนต่อสิ่งกระตุ้นเร้า อันมีนัยถึงคนที่ง่ายต่อการถูกล่อลวงให้ทำความผิดบาป คือคนที่มีจิตใจอ่อนแอ ดังนั้นการกลัวอ้วนของคนในปัจจุบันจึงไม่ใช่เพียงแค่ว่ากลัวไม่สวย แต่เรากลัวว่าเราจะเป็นบุคคลหนึ่งที่ไม่มีวินัยและไม่รู้จักควบคุมตัวเอง (วิจิตร, 2549ก, นิษฐา, มปป. และบทสัมภาษณ์ คำ ผกา ในกฤษฎา, 2549)

ในยุคนี้ความผอมถูกนำไปเชื่อมโยงกับการมีการศึกษา มีความรู้ มีระเบียบวินัยในตนเองและแน่นอนว่าเป็นความดี ในสังคมไทยความผอมจะมาพร้อมกับความขาว แสดงถึงว่าเป็นคนในชนชั้นที่ไม่ต้องทำงานหนัก และน่าจะมีที่มาในแง่ที่เชื่อมโยงกับความเป็นชนชั้นสูง ทั้งชายและหญิงในวรรณคดีทั้งหลายจะมีลักษณะร่างกายบาง อ่อนแอ้น ผิขาว ดังนั้นความผอมจึงหมายถึงความงามด้วยเช่นกัน อีกทั้งความผอมในปัจจุบัน เป็นส่วนหนึ่งที่เป็นผลพวงมาจากการตลาดและทุนนิยม โดยมีตรรกะที่ธรรมชาติของการตลาดว่า เมื่อคนไม่ว่าจะเพศใด วัยใดรู้สึกไม่พึงพอใจกับตัวเราที่เป็นอยู่ คิดว่าไม่ดีพอ เมื่อนั้นการบริโภคจะเกิดขึ้น เพราะนี่คือการขายที่สร้างให้ทุกคนคิดและเชื่อว่าสิ่งที่เราเป็นอยู่นี้ไม่ดีพอ (บทสัมภาษณ์ คำ ผกา ในกฤษฎา, 2549) มันเป็นเสมือนการตกหลุมพรางของผู้มีอิทธิพลในการสร้างงาน อุดมการณ์ออกมาเพื่อขายให้กับคนอื่นจำนวนมากในโลกหรือสังคมเช่นนี้ เพราะหากเราย้อนไปดูต้นตอที่มาของความนิยมรูปร่างผอมนั้น มันเป็นเรื่องที่เคยได้รับความนิยมมาแล้วในหลายช่วง ทว่าเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงในบางสิ่ง (อุตสาหกรรมความงาม) รูปร่างเช่นนี้ก็หายไป และเมื่อผู้สร้างผลงานนั้นนำความนิยมแบบนั้นกลับมาอีกครั้งความผอมก็แพร่กระจายอีกครั้ง ต่างกันเพียงว่าในปัจจุบันความนิยมได้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว เนื่องด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและการสื่อสารที่ทำให้สามารถย่อเวลาและพื้นที่ เชื่อมโยงส่วนต่างๆ ให้เข้าถึงและสื่อสารกันได้อย่างรวดเร็ว เช่น ถ้าหากย้อนกลับไปเมื่อ 50 ปีที่ผ่านมาเรือนร่างที่เป็นที่นิยมในกลุ่มหญิงสาวทั้งหลายจะเป็นเรือนร่างที่อวบอ้อม เช่นภาพ “วินัส” เพราะนั่นคือ ความงามในอุดมคติมาเนิ่นนาน แต่เมื่อเวลาผ่านไปเรือนร่างที่ผอมบางเข้ามาอยู่ในกระแสนิยม โดยมีซูเปอร์โมเดล ชื่อ ทวิกกี เป็นผู้จุดกระแส จนมาถึงยุค 1980 รูปร่างทรงตะเกียบอย่าง เคท มอส นางแบบชื่อดัง ก็เป็นกระแสนิยมที่ได้รับความนิยม จนกระทั่งปัจจุบัน (นิตยสารแมรีเคลร์, 2549: 172-177) จะพบได้ว่าความจริงของเรือนร่างไม่ได้เป็นสิ่งที่จริงแท้ แต่เป็นความจริงที่บิดเบี้ยวมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา

หรือ ในวงการแฟชั่นถ้าเป็นช่วงที่นิยมสวมกระโปรงสั้นโชว์ริ้วขา เรา ก็จะเห็นชายกระโปรงที่ร่นสั้นขึ้นทุกที หรือในวงการความสวยความงาม เมื่อช่วงสิบปีที่ผ่านมามาขนาดของหน้าอกที่ผ่านมิดหมอมิทั้งการเพิ่มและลด ขณะที่สะโพกอวบอ้อม (สะโพกดินระเบิด) กลับกลายเป็นเรื่องที่ถูกยุคนิยม ทั่วทั้งที่เคยได้รับความนิยม จะเห็นได้ว่าสนิยมเกี่ยวกับร่างกายมักแปรเปลี่ยนและถูกกำหนดโดยยุคสมัยเสมอ (เพ็งอ้าง)

อีกทั้งร่างกายทางสังคมของเราในปัจจุบันมีความใกล้ชิดกับร่างกายในทางวิทยาศาสตร์การแพทย์มากขึ้นจนเสมือนเป็นสิ่งเดียวกันเพราะเราจะเห็นว่าร่างกายทางสังคมได้รับความหมายหรือตัวชี้วัดจากการแพทย์มาใช้ จนร่างกายที่ได้ชื่อว่ามีสุขภาพ หรือเป็นร่างกายที่มีสุขภาพดีคือ ความไม่อ้วน ไม่มีไขมันสะสม นี่เป็นตัวแทนของร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพดีในยุคปัจจุบัน (นิตยสารสตั๊ดปาด้า, 2549) เมื่อสร้างความนิยมหลักขึ้นมาได้ การเผยแพร่ให้ผู้คนได้ยอมรับและเห็นว่าสวยงาม มีการใส่คุณค่าลงไปในเรือนร่างนั้นๆ เป็นกลไกที่เกิดขึ้นในสังคมบริโภค เพื่อทำให้เกิดการบริโภค การบริโภคจึงมีพลังมากพอที่จะเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อของสังคมได้ไม่เพียงแต่ในเรื่องของร่างกาย ความผอม-อ้วนเท่านั้น (บทสัมภาษณ์ คำ ผกา ในกฤษฎา, 2549)

ประเด็นของการจัดการร่างกายและความผอม

ในการจัดการร่างกายให้เกิดความผมนั้น เป็นสิ่งที่เราสามารถมองได้หลายมุม นอกจากการมองในมุมมองของการบริโภคและมายาคติ ที่คนเข้าไปสู่การจัดการร่างกายเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของตนเอง และสังคมไม่ว่าจะเป็นไปเพื่อความงาม ความมีระเบียบวินัย การรู้จักควบคุมดูแลตนเอง และเพื่อการมีสุขภาพที่ดีแล้วนั้น การจัดการร่างกายท่ามกลางสังคมที่นิยมการบริโภคนั้นเรายังสามารถมองผ่านประเด็นร่างกายตามแนวคิดของฟูโกต์ (Foucault) ในที่นี้จะกล่าวถึงในแง่ของอำนาจที่เข้ามาควบคุมร่างกายของคนในสังคม อีกทั้งยังสร้างการเฝ้า

ระวางร่างกายตนเองให้เกิดขึ้นกับคนในสังคม ซึ่งการฝึกระวางในร่างกายตนเองของคนนั้นยังเป็นที่ไปเพื่อสร้างร่างอารยะให้กับตนเองได้อีกเช่นกัน และร่างกายในแนวคิดของบูร์ดิเอด (Bourdieu) ที่ร่างกายนอกจากจะเป็นทุนทางกายภาพอย่างหนึ่งของผู้คนในสังคมได้แล้ว เราสามารถทำการปรับแต่งร่างกายของเราให้เกิดเป็นทุนทางเศรษฐกิจและสังคมได้อีกด้วย ซึ่งการปรับแต่งร่างกายให้เป็นที่ไปในแบบใดถึงจะกลายเป็นทุนอื่นๆ ได้นั้นขึ้นอยู่กับค่านิยมที่ยึดถืออยู่ในสังคมที่ร่างกายนั้นๆ อาศัยอยู่

ร่างกายและสถาบันทางสังคมที่ควบคุมร่างกาย เป็นแนวคิดของ Foucault โดยสมมติว่าร่างกายเป็นสิ่งที่ถูกสร้างและยังพยายามศึกษาถึงความสัมพันธ์ของร่างกายและผลของอำนาจที่กระทำต่อร่างกาย ซึ่งสถาบันทางสังคมได้อาศัยช่องทางที่แยบคายในการเข้าถึงปัจเจกชน ร่างกายและกิจวัตรประจำวันที่พวกเขาทำ (ปริตดา, 2541 และ Corrigan, 1997: 150) ซึ่งสัมพันธ์กับร่างกายในมิติทางการเมืองของ Margaret Lock และ Nancy Scheper-Hughes (Lock and Scheper-Hughes, 1996: 41-70) ที่กล่าวว่าร่างกายในมิติของการเมืองเป็นร่างที่ถูกควบคุมสอดส่องและกำกับด้วยอุดมการณ์ทางการเมืองเพื่อเป็นไปตามนโยบายทางการเมือง เศรษฐกิจและการแพทย์ ในที่นี้จะกล่าวถึงอำนาจของรัฐที่ผ่านมาทางการศึกษาและการรณรงค์ทางสังคม เช่น ความรู้ ความคิดเรื่องร่างกายในอุดมคติที่เกิดขึ้นในสมัยสร้างชาตินั้นเป็นความรู้ที่ส่งผ่านระบบการศึกษาและการอนามัย เพื่อเป็นการสร้างความรู้ให้กับประชาชนซึ่งความรู้ที่เผยแพร่ออกมานั้นก็ได้รับใช้อำนาจของภาครัฐเองที่มีนโยบายการสร้างความเป็นอารยะให้กับประเทศ โดยอาศัยการถ่ายทอดอุดมการณ์ออกมาในรูปแบบการศึกษาให้กับประชาชน หรือ ข้อมูลรณรงค์ในการจัดการและดูแลร่างกายตนเองให้สมบูรณ์แข็งแรง ซึ่งเป็นข้อมูลที่เสนอต่อสังคมถึงระดับชีวิตประจำวันว่าควรจะทำปฏิบัติตนอย่างไร เช่น ประชาชนควรกินอาหารให้ครบห้าหมู่ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสัดส่วนและทรวดทรงที่งดงาม นอนหลับให้เพียงพอเพื่อจะได้มีระเบียบวินัยและสุขภาพที่ดี เป็นต้น ในชุดความรู้บางอันยังมีพลัง

มาถึงยุคสมัยต่อๆ มาด้วยเช่นกัน เพราะตั้งแต่สมัยสร้างชาติเป็นต้นมาเราก็ได้มีมาตรฐานร่างกายทั้งน้ำหนักและส่วนสูงของคนไทยที่ได้ใช้กันอยู่กระทั่งปัจจุบัน นอกจากนั้นยังมีสถาบันและองค์ความรู้ทางการแพทย์สมัยใหม่ซึ่งเป็นสถาบันที่มีอำนาจในการดูแลรักษา เฝ้าระวังและจัดการกับร่างกายและสุขภาพของคนในสังคม เป็นสถาบันที่ให้ข้อมูลความรู้ในด้านต่างๆ มีอำนาจในการอธิบายเรื่องร่างกายและสุขภาพ ซึ่งเป็นที่ยอมรับของสังคมด้วยเห็นว่าเป็นสถาบันที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพโดยตรง อีกทั้งยังเป็นผู้ที่ให้ความหมายของความอ้วน-ผอมโดยมีตัวชี้วัดต่างๆ เช่น BMI (Body Mass Index หรือ ดัชนีมวลกาย) ค่าของไขมันและคอเลสเตอรอลรวมทั้งน้ำตาลในเลือด และอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับร่างกายของคนเพื่อบ่งบอกว่าอ้วนเป็นเช่นไร ลักษณะใดที่มีความเสี่ยงต่อภาวะอ้วนและการเกิดโรคต่างๆ

การยอมรับในความรู้ทางการแพทย์ซึ่งเป็นสถาบันหนึ่งที่มีอำนาจในการตรวจตราดูแลร่างกายของคนทั้งโดยตรง (การตรวจรักษา) และโดยอ้อม (การเผยแพร่ข้อมูลความรู้ทางการแพทย์และสาธารณสุข ที่เป็นข้อมูลให้คนได้รับรู้และข้อมูลนี้เปรียบเสมือนเครื่องเฝ้าระวังที่การแพทย์เข้ามาสู่ระดับชีวิตประจำวันของผู้คนที่จะมากำหนดการดำเนินชีวิต การกินอยู่ของคนว่าควรจะเป็นอย่างไร) เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลและมีความสำคัญต่อความคิดของผู้คนในสังคมอย่างมากเพราะชุดความรู้ทางการแพทย์นั้นได้รับใช้ให้สถาบันดังกล่าวมีอำนาจต่อการอธิบายร่างกายของคน

ร่างกายในฐานะสิ่งที่พึงเฝ้าระวัง (Self-surveillance) โดย Foucault กล่าวว่าประชากรมนุษย์จะมีการเฝ้าสังเกตและจะทำการควบคุมร่างกายของตนเองผ่านปฏิบัติการใหม่ๆ มีการฝึกฝนควบคุมร่างกายในรายละเอียดต่างๆ ในระดับที่ลึกซึ้ง การเฝ้าระวังและการควบคุมความมีระเบียบวินัยของตนเอง (เช่น จ้องดูน้ำหนักของตนเอง) มีความใกล้ชิดกับร่างกายเสมือนกับร่างกายเป็นวัตถุอย่างหนึ่ง ในการ

ควบคุมน้ำหนักเรามากจะอ้างถึงเหตุผลทั้งหลายมากมายแต่ในสุดท้ายแล้วเราก็คต้องการที่จะให้ร่างกายของเราเป็นสิ่งที่น่าประทับใจ (บริตตา, 2541; Corrigan, 1997: 150) การเฝ้าระวังตัวเองในลักษณะดังกล่าวเพื่อป้องกันไม่ให้ตนเองอ้วนขึ้นจากที่เป็นอยู่ โดยทำการควบคุมตัวเองอย่างเคร่งครัดจนเกิดเป็นสิ่งที่คนที่เข้ามาจัดการร่างกายบางคนทำจนเรียกสิ่งที่ตนเองกระทำต่อร่างกายว่าความเคยชิน ซึ่งแท้จริงแล้วความเคยชินนี้คือสิ่งที่เปรียบเสมือนเครื่องมือในการเฝ้าระวังตนเอง การเฝ้าระวัง ควบคุมร่างกายของตนเอง สร้างระเบียบวินัยในการจัดการกับร่างกายอย่างมากรวกับว่าร่างกายได้ถูกตรวจสอบอยู่ตลอดเวลาทั้งนี้ก็เป็นไปเพื่อสร้างความงามและความประทับใจให้เกิดขึ้นในร่างกาย ซึ่งสิ่งนี้มีความสอดคล้องกับ ร่างอารยะ (Civilized Body) ในที่นี้จะกล่าวถึงร่างอารยะในมุมมองที่เกี่ยวกับอาหารและความเสี่ยงมีความสัมพันธ์ที่เกี่ยวกับร่างกาย ซึ่ง Lupton (2000) ได้ยกความเห็นของ Elias ที่เห็นว่าความเสี่ยงที่เกิดขึ้นเกิดจากการขาดการควบคุมตนเองซึ่งมีความสัมพันธ์กับร่างอารยะ คนที่มีอารยธรรมนั้นต้องควบคุม จัดการตนเองได้ ความอ้วนที่เกิดขึ้นจากการกินอาหารนั้นเกิดจากการไม่สามารถควบคุมตนเองในการกินได้นั่นเอง และการที่คนมีรูปร่างอ้วนแสดงถึงการไม่ดูแลตนเองและจะทำให้คนๆ นั้นรู้สึกขยะแขยงตนเองจนนำไปสู่ความไม่อยากอาหารหรือแอนนะเรเคเซีย (Anorexia Nervosa) ซึ่งเป็นโรคชนิดหนึ่ง ถ้าเป็นมากๆ จนไม่ยอมทานอาหารอะไรเลยจะมีความเสี่ยงถึงแก่ชีวิตได้ (นิตยสารสุดสัปดาห์, 2549) นี่เป็นสิ่งที่ Bordo คิดว่าเป็นการแสดงให้เห็นถึงการบีบบังคับเพื่อทำให้ร่างกายถูกต้องเป็นไปตามอุดมคติ (ความผอมบาง) (Bordo อ้างใน สมเกียรติ, มปป.) ซึ่งสิ่งที่เกิดขึ้นเหล่านี้มีผลกระทบต่อสุขภาพ หากแต่ว่าผู้คนในสังคมกลับเน้นไปที่รูปร่างมากกว่าสุขภาพของตนเอง

ร่างกายในฐานะทุน (Capital Body) Bourdieu ผู้ที่ให้ความสำคัญแก่ร่างกายในฐานะที่เป็นแหล่งบรรจุคุณค่าทางสัญลักษณ์ และมีความเห็นว่าคุณค่าเชิงสัญลักษณ์นี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ในการที่จะมี

คุณค่าทางสัญลักษณ์นั้น Bourdieu กล่าวว่ามันเกิดจากการลงทุนต่อร่างกายซึ่งเรียกว่า ทูทางกายภาพ ที่มีการพัฒนาร่างกายให้เป็นไปตามคุณค่าทางสังคมที่นิยมยึดถือกันในบริบทของสังคมของร่างกายนั้น (ปริตตา, 2541) ซึ่งการลงทุนทางกายภาพมักจะถูกเปลี่ยนไปเป็นทุนทางเศรษฐกิจ ทุนทางวัฒนธรรมและทุนทางสังคมได้ การพัฒนาร่างกายให้เป็นทุนทางกายภาพนั้นขึ้นอยู่กับว่าสังคมที่คนๆ นั้นอยู่ให้ความสำคัญกับร่างกายในลักษณะใด คนก็จะเข้าสู่กระบวนการจัดการร่างกายให้เป็นเช่นนั้น เหมือนกับร่างกายเป็นสินค้าอย่างหนึ่งที่มีการซื้อขายแรงงานและมีการลงทุนได้ ทั้งนี้ก็เพื่อให้ร่างกายเป็นทุนทางกายภาพที่จะสะสมทรัพยากรให้ก้าวไปสู่การมีทุนทางเศรษฐกิจและสังคม และร่างกายบางแบบถูกทำให้เชื่อว่ามีความสำคัญมากกว่าร่างกายแบบอื่นๆ ซึ่งคุณค่าทางสัญลักษณ์นี้ผูกติดอยู่กับรูปร่างที่มีความพิเศษ ที่แสดงนัยยะถึงความเป็นตัวตนและเป็นหนทางที่ทำให้ร่างกายเป็นพื้นที่ของการดิ้นรนเพื่อสร้างให้ตนเองดูพิเศษ และความพิเศษนี้เองที่จะทำให้ก้าวเข้าสู่กลุ่มหลักที่นิยามร่างกายตัวเองว่าดีกว่า เหนือกว่าหรือเป็นร่างกาย/รูปร่างที่มีคุณค่า (Hancock et al., 2000: 53)

จึงไม่น่าแปลกใจนักที่เราจะพบว่าผู้คนจำนวนไม่น้อยฝักใฝ่อยู่ในการจัดการร่างกายของตนเองให้ผอมลง เพราะร่างกายที่ผอมคือสิ่งที่มีคุณค่ามากมายหากเทียบกับร่างกายที่อวบอ้วนในสังคมที่เราดำเนินชีวิตอยู่ คนบางกลุ่มซึ่งไม่จำเป็นที่จะต้องเป็นดารา นักแสดง นักร้องที่ต้องอาศัยรูปร่างและภาพลักษณ์ที่ดีในการทำมาหากิน หรือนักกีฬาที่ต้องอาศัยร่างกายที่กระฉับกระเฉงในการแข่งขัน หากแต่คนธรรมดาสามัญอีกมากมายที่ต้องจัดการร่างกาย ฝักระวังร่างกายของตนเองไม่ให้อ้วน การคงไว้ซึ่งร่างกายที่บอบบาง หรือพยายามลดน้ำหนักของร่างกายลงเพื่อตอบรับกับการเห็นว่าร่างกายแบบดังกล่าวเป็นเรือนร่างที่ทันสมัย ปลอดภัยจากการเจ็บป่วย หรือการเห็นว่าร่างกายที่เรียกว่าสวยงามนั้นเป็นการเปิดช่องทางในการก้าวเข้าสู่สังคมที่ดีกว่าไม่ว่าจะเป็นเครือข่ายทางสังคมหรือเศรษฐกิจ และเป็นที่ได้รับการยอมรับ ซึ่ง

สิ่งเหล่านั้นจะนำมาซึ่งรายได้และอาชีพด้วยเช่นกัน (เช่น พริตตี้ ผู้เข้าประกวดในเวทีความงามต่างๆ เป็นต้น)

กระบวนการในการจัดการร่างกายให้เข้าสู่ความผอม (ลง)

จากการสร้างเรือนร่าง/ร่างกายในอุดมคติปรากฏขึ้น ผู้คนจำนวนไม่น้อย ซึ่งหมายถึงคนที่อยู่ในชุมชนแห่งมายาที่เห็นถึงความสวยงามของความผอมและเลือกที่จะบริโภคความสวยงามนั้น และชุมชนที่ว่ามีได้ขึ้นอยู่กับวิถีทางกายภาพเท่านั้น หากแต่เป็นชุมชนที่มีความคิดต่อเรื่องของร่างกาย เรือนร่างและความผอมในลักษณะที่คล้ายคลึงกัน เกิดความคิด การพิจารณาต่อเรือนร่างของตนเองว่าเป็นอย่างไร ความอ้วน-ความผอมสำหรับตัวพวกเขาคืออะไร โดยความคิดดังกล่าวเป็นผลมาจากการทำงานของมายาคติที่เสนอภาพของความผอม ความหมาย ความงามอย่างเชื่อมโยงและสัมพันธ์กัน และเมื่อความคิดเหล่านั้นส่งผลลัพธ์ออกมาว่าพวกเขาควรจะเข้าสู่กระบวนการจัดการร่างกายของตนเอง นั่นจึงเป็นที่มาประการหนึ่งของการสรรหาวิธีการที่จะนำมาใช้จัดการร่างกายเพื่อให้เกิดผลตามที่พวกเขาต้องการ ขณะเดียวกันการนำเสนอวิธีการในการจัดการร่างกายในรูปแบบต่างๆ ทั้งในส่วนที่มาจากอุตสาหกรรมความงามและสุขภาพหรือกลุ่มธุรกิจต่างๆ ที่เผยแพร่สู่สังคมนั้นก็เป็นส่วนหนึ่งในการกระตุ้นให้คนหันมาสนใจและใส่ใจกับรูปร่างของตนเองด้วยเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็นความสนใจ ใส่ใจในรูปร่างของตนเองจะมาจากแรงจูงใจใดก็ตามซึ่งต่างกันไปในแต่ละบุคคล วิธีการที่ถูกหยิบยื่นให้กับสังคมเพื่อใช้เป็นวิธีการหรือกระบวนการในการจัดการกับร่างกาย/เรือนร่าง (การลดน้ำหนักหรือกระชับสัดส่วน) นั้นก็ปรากฏออกมาอย่างมากมายและหลากหลายด้วยเช่นกัน

วิธีการต่างๆ ที่เป็นการจัดการเกี่ยวกับร่างกายเพื่อใช้ในการลดความอ้วนจึงเป็นสิ่งที่ถูกนำเสนอต่อสาธารณชนอย่างมากมาย เช่น การควบคุมอาหาร การออกกำลังกาย การกินยาลดความอ้วน การศัลยกรรมตกแต่ง การเข้าสถานเสริมความงามที่มีโปรแกรมสำเร็จรูป

เพื่อการลดความอ้วนทั้งร่างกายและแบบเฉพาะส่วน และการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อการลดน้ำหนัก เป็นต้น จากการสำรวจวิธีการในบุคคลที่ตระหนักและมีความกังวลเรื่องรูปร่างของตนเองใช้เพื่อการลดน้ำหนัก พบว่า ร้อยละ 89.5 ใช้วิธีการควบคุมอาหาร ร้อยละ 87.1 ใช้วิธีการออกกำลังกาย ร้อยละ 38.8 ใช้วิธีการอดอาหาร ร้อยละ 24.1 ใช้ผลิตภัณฑ์อาหารเสริมลดน้ำหนัก และร้อยละ 7.9 ใช้ยาลดน้ำหนัก (พิลินดา และคณะ, 2546)

นอกจากนี้ยังมีการรวบรวมกิจกรรมที่ใช้กันบ่อยเพื่อการลดน้ำหนัก โดยกิจกรรมในการลดน้ำหนักในกลุ่มผู้ใหญ่ได้แก่ การชั่งน้ำหนักตนเอง อย่างสม่ำเสมอ เดินออกกำลังกาย ดื่มเครื่องดื่มควบคุมน้ำหนัก กินเกลือแร่และวิตามิน คำนวณแคลอรีที่กิน อดอาหารบางมื้อ เป็นต้น ส่วนกิจกรรมในการลดน้ำหนักของกลุ่มวัยรุ่นมีดังนี้ การออกกำลังกาย อดอาหารบางมื้อ และการใช้ยาลดน้ำหนัก (ลดความอ้วน, มปป.) ซึ่งวิธีการต่างๆ เหล่านี้ล้วนถูกนำมาใช้เพื่อเป็นการจัดการกับร่างกายของผู้ที่มีความต้องการลดความอ้วน หรือผู้ที่หลงใหลในความผอมเลือกใช้ ในปัจจุบันมีวิธีการเร่งด่วนมากมายเกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นสถาบันดูแลน้ำหนักและความงาม ฟิตเนส หรือแม้แต่การใช้ผลิตภัณฑ์ลดความอ้วน (ซึ่งในปัจจุบันคนไทยใช้จ่ายเงินไปกับผลิตภัณฑ์ลดความอ้วนถึงประมาณปีละ 1,200 ล้านบาท มีอัตราการขยายตัวทางการตลาดสูงถึงร้อยละ 20 ต่อปี) (ศูนย์วิจัยกสิกรไทย, 2544) นี่เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เห็นว่าสังคมไทยของเรามีการมีการตื่นตัวต่อการลดความอ้วน และความต้องการผอมได้ชัดเจนในระดับหนึ่ง (ซึ่งในบางครั้งผู้คนก็มีการคลั่งไคล้ในมนต์เสน่ห์ของความผอมอย่างมากจึงใช้วิธีการอดอาหารและการกำจัดอาหารที่กินเข้าไปออกมาหลังจากที่กินเสร็จเพื่อให้ได้มาซึ่งเรือนร่างที่ผอมตามที่ต้องการ ซึ่งบางคนใช้เป็นวิธีการอย่างหนึ่งในการจัดการกับตนเอง ความคลั่งไคล้เช่นนี้นำมาสู่อันตรายต่อสุขภาพของบุคคลและถึงแก่ชีวิตได้ นั่นคือการเกิดโรคคลั่งผอม ซึ่งมีการกินที่ผิดปกติ (Eating Disorders) มีทั้งการไม่อยากอาหารและการไม่สามารถควบคุมการกินได้จนต้องทำการ

กำจัดออกทุกครั้งทีกิน ซึ่งทางจิตแพทย์ถือว่าเป็นโรคจิตที่รักษายาก แบ่งเป็นสองประเภทคือ Anorexia Nervosa และ Bulimia Nervosa¹ (นิตยสารสุดสัปดาห์, 2549) เหล่านี้เป็นวิธีการอย่างหนึ่งที่คนไทยบางคนใช้จัดการกับร่างกายของตนเองเพื่อให้เกิดรูปร่างตามที่สังคมได้สร้างมาตรฐานหรือความนิยมเอาไว้

นอกจากการที่คนเข้ามาสู่การจัดการร่างกายให้ผอมลงโดยวิธีการต่างๆ แล้วนั้น สิ่งหนึ่งที่ทำให้คนคิดวิธีการในการลดน้ำหนักที่นอกจากจะมีสาเหตุในด้านของการบริโภค การตลาดและสื่อสารมวลชนเข้ามาเกี่ยวข้องแล้วนั้น อาจเป็นเพราะเป็นที่ทราบกันดีในแวดวงผู้เชี่ยวชาญว่าในช่วง 20 ปีที่ผ่านมา น้ำหนักตัวของคนเราเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง บรรดาผู้เชี่ยวชาญจึงพยายามค้นคว้าหาวิธีหยุดยั้งแนวโน้มดังกล่าว (ซึ่งจะกลายเป็นโรคอ้วนได้) สิ่งที่ทำให้น้ำหนักตัวของเราเพิ่มขึ้นหรือลดลงไม่ใช่แค่อาหารและการออกกำลังกายเท่านั้น แต่ยังมีเหตุผลอื่นที่ซับซ้อนกว่านี้ ยาคือมาตรการหนึ่งที่ใช้ได้ผล บริษัทยาและเทคโนโลยีชีวภาพทุ่มเทเงินหลายร้อยล้านเพื่อพัฒนายาและวิธีการรักษาใหม่ๆ สำหรับกำจัดโรคอ้วน ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของโรคแทรกซ้อนอันตรายมากมาย ในอนาคตอันใกล้จะมียาชื่อยาโรโมนาแบนด์ ซึ่งจะเป็นยาตัวใหม่ที่จะนำมาใช้สำหรับผู้เป็นโรคอ้วนที่มีใช้แล้วในยุโรปและกำลังรอการรับรองอยู่ในสหรัฐอเมริกา ซึ่งการกินยาลดความอ้วนนั้นได้รับการแนะนำว่าควรใช้เฉพาะในผู้ที่มีดัชนีมวลกายมากกว่า 30 ขึ้นไปหรือสูงกว่า 27 แต่เป็นโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงหรือโรคแทรกซ้อนอื่นๆ ของโรคอ้วน ทว่ายาตัวนี้ไม่เหมาะสำหรับผู้ที่อยากลดความอ้วนเพื่อความสวยงามและการกินอาหารที่ดีนั้นควรกินควบคู่กับการกินอาหารถูกสุขลักษณะและควบคู่กับการออกกำลังกายซึ่งจะทำให้ได้ผลที่ดีกว่า นอกจากวิธีการใช้ยาเพื่อกำจัดภาวะโรคอ้วนแล้วนั้นยังมีการคิดค้นวัคซีนป้องกันโรคอ้วน เลเซอร์สลายไขมัน การรักษาด้วยวิธีกระตุ้นไฟฟ้าและการผ่าตัดแบบไม่มีแผล ซึ่งเป็นเสมือนอาวุธใหม่ในการปราบไขมันหรือเป็นแนวทางในการพิชิตโรคอ้วน (เคอร์ทิส, 2550: 42-49)

ในส่วนของการกระบวนการหรือวิธีการอื่นๆ ที่นิยมกันมากขึ้นหรือพบเห็นได้บ่อยขึ้นโดยเฉพาะในสังคมเมืองทั้งหลายมีอยู่มากมาย เช่น สปา ที่ให้บริการทั้งเพื่อความงามของผิวพรรณและรูปร่าง ฟิตเนสที่ให้บริการทั้งคำแนะนำและอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย ในบางแห่งอาจมีบริการจัดตารางเมนูอาหารให้ด้วย หรือจะเป็นสถาบันเพื่อความงามโดยส่วนใหญ่จะเป็นสถาบันที่นำเข้าจากต่างชาติที่เปิดให้บริการโดยที่ไม่ต้องออกกำลังกาย หากแต่ใช้เครื่องมือที่มีความทันสมัยต่างๆ เข้ามาช่วยควบคุมดูแลโปรแกรมและอุปกรณ์ต่างๆ ที่ทำงานโดยระบบคอมพิวเตอร์ ซึ่งจะเข้ามาจัดการกับร่างกายของเราในฐานะผู้ใช้บริการ การเติบโตของสถานที่ดังกล่าวที่อ้างถึงเป็นดัชนีอย่างหนึ่งที่ชี้วัดว่าเรื่องราวของร่างกายและความผอม-อ้วน กำลังเป็นสิ่งที่ได้รับความสนใจเพิ่มขึ้น

เพราะเสน่ห์ของความผอม

เพราะรูปลักษณ์เป็นสิ่งแรกที่คนเรามองเห็นในตัวเองและกัน คนจำนวนมากจึงมักใช้รูปลักษณ์นี้เป็นด่านแรกในการประเมินและตัดสินคนอื่น นี่อาจไม่ใช่เรื่องที่ร้ายแรงถ้าเราตระหนักได้ถึงสาระสำคัญที่จะต้องมองหาจากด่านแรกนี้ ปัญหาจะเกิดเมื่อคนเราให้ความสำคัญกับรูปลักษณ์จนถึงขั้นหมกมุ่นและพยายามทำทุกอย่างเพื่อที่จะได้เป็นเจ้าของรูปลักษณ์ในอุดมคติหรือในฝัน ที่ถูกสร้างและสื่อสารความหมายออกมาจนเกิดเป็นแรงกดดันต่อคนจำนวนมากในสังคม ไม่ว่าจะเป็นหญิงหรือชายก็ตาม (นิตยสารลีซ่า วีคลี่, 2549: 52)

ไม่ว่าการเข้ามามีบทบาทของความผอมจะมีความนิยมในสังคมด้วยนัยยะของความหมายที่สวมนัยตัวมันอยู่ หรือด้วยความต้องการ (ที่ถูกทำให้เป็นความต้องการ) ที่แท้จริงจากปฏิบัติการทางความคิดของคนที่เข้ามาจัดการกับร่างกายของตนเองให้ผอม (ลง) สิ่งที่น่าสนใจอย่างหนึ่งคือเป็นเพราะเหตุใดกันที่นำพาผู้คนซึ่งแม้ว่าจะอยู่ในชุมชนแห่งมายาที่เห็นถึงความสวยงามของความผอมเช่นเดียวกัน ทว่ามีความ

แตกต่างกันทั้งในส่วนองชาติพันธุ์ ชนชั้น เพศ อายุ ฯลฯ มาสู่กระบวนการดังกล่าว ซึ่งเสน่ห์ของความผอม (ความงาม การรู้จักควบคุมดูแลตนเอง ความทันสมัย ความมีเสน่ห์ การมีสุขภาพที่ดี) อาจเป็นสิ่งสำคัญของการนำพาผู้คนมาสู่กระบวนการลดน้ำหนัก โดยที่การรู้จักควบคุมดูแลตนเองเพื่อนำไปสู่ความสวยงาม เสน่ห์หรือการมีสุขภาพที่ดีนั้น หากกล่าวในฐานะของผู้สร้างอุดมการณ์ความผอมทั้งในส่วนของผู้สื่อ ภาคนอกชนหรือการแพทย์ในฐานะผู้ดูแลสุขภาพของคนนั้นถือว่าการกระทำการดังกล่าวเป็นสิ่งที่ดีและควรพึงกระทำ

หากจะกล่าวว่าเพื่อความงามแล้วนั้น อาจทำให้หลายคนคิดเห็นว่าการลดน้ำหนักเพื่อสิ่งดังกล่าวของคนทั้งอ้วน ไม่อ้วนหรือคนผอม เป็นสิ่งที่ไร้สาระ ทว่าสิ่งนี้หาได้ไร้สาระแต่อย่างใด เนื่องด้วยความงามเป็นสิ่งที่สัมพันธ์โดยตรงกับวัฒนธรรม เพราะการนิยามสิ่งใดงามหรือไม่งาม หรือสิ่งใดที่เสริมความงามก็แตกต่างกันไปในแต่ละสังคม ความงามได้ผลักดันให้มนุษย์ปรุงแต่งร่างกาย และสร้างผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับความสวยงามสำหรับสตรีเพศ บุรุษเพศ หรือเพศที่สาม ไม่ว่าจะเป็นเสื้อผ้าอาภรณ์ เครื่องสำอาง เครื่องประพินความงาม หรือการสร้างบริการในรูปแบบธุรกิจเสริมความงาม และสถานบริการ/โรงพยาบาลด้านศัลยกรรมตกแต่ง ความงามจึงไม่ใช่เรื่องไร้สาระเช่นที่หลายคนคิดเมื่อเห็นใครสักคนจับจ่ายหรือใช้ผลิตภัณฑ์หรือบริการเพื่อเสริมสร้างความงามให้กับร่างกาย (ซีวสิทธิ์, 2549; 1-4) และเรารู้แล้วว่าผู้ที่มีส่วนสร้างมาตรฐานความงามซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอนและเปลี่ยนแปลงแตกต่างกันไปในแต่ละยุคสมัยและสังคม ให้กลายเป็นสิ่งที่มียุ่จริงและสัมผัสได้ (ในช่วงเวลาแห่งการสร้างความงามนั้นๆ) โดยหลักๆ แล้วคือสื่อมวลชนนั่นเอง โดยที่การจับจ่ายใช้สอยเพื่อความงามเป็นส่วนหนึ่งของการบริโภค ซึ่งนอกจากสินค้าและบริการแล้วสื่อยังเป็นประดิษฐ์กรรมที่สำคัญพอกันกับสินค้าและบริการ เพราะโฆษณาสร้างความหมายให้กับสินค้าและบริการและส่งผลอิทธิพลต่อการตัดสินใจของผู้บริโภคว่าจะเลือกใช้สินค้าและบริการนั้นๆ หรือไม่

โฆษณาเกี่ยวกับความงามปรากฏให้เห็นในหลายรูปแบบทั้งสื่อสิ่งพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ และอื่นๆ ไม่ว่าจะแสดงออกมาในรูปแบบของภาพข้อความ ภาพเคลื่อนไหว หรือเสียงก็ตาม สารในโฆษณาหาได้มีแต่ข้อความที่เกี่ยวกับสินค้าและบริการแต่สารในสื่อโฆษณากำลังสร้างภาพมาตรฐานความงามและค่านิยมบางประการ รวมทั้งยังสะท้อนความคิดและความเชื่อของสังคมที่ส่งอิทธิพลต่อโฆษณาด้วยเช่นกัน ภาพลักษณ์ของความงามจะเกี่ยวข้อตั้งแต่เรื่องของผิวหน้า ผิวกาย ใบหน้า เส้นผม เรือนร่าง ทรวดทรง ภาพของความงามเช่นนี้ถูกนำเสนอขายพร้อมกับบริการและการปรับแต่งร่างกายตามอุดมคติความงาม สื่อโฆษณานำเสนอการเข้าไปจัดการกับร่างกายในลักษณะต่างๆ ตั้งแต่การใช้เครื่องสำอาง การใช้สารเคมีเข้าไปทำปฏิกิริยากับร่างกาย เช่น ยาลดน้ำหนัก หรือการผ่าตัดเปลี่ยนแปลงร่างกาย โฆษณาที่นำเสนอเรือนร่างและความงามในอุดมคติพยายามสร้างตัวแบบความงาม ทั้งภาพความงามที่สมบูรณ์แบบและภาพเปรียบเทียบ ภาพของดารา นักแสดงกลายเป็นรูปลักษณ์ของความงามที่ควรจะเป็นและเฝ้าชวนให้ผู้บริโภคชื่นชอบต่อความงามเช่นนั้น สัดส่วนของร่างกายที่โค้งงอ ต้นขาเรียวงาม ขาวนวล เสื้อผ้าที่เปิดเผยเรือนร่างบางส่วน และใบหน้าที่อ้อมเอมด้วยความสุขเหล่านี้ได้ผลักดันให้ผู้บริโภคจินตนาการตัวตนไปในทำนองเดียวกัน ภาพเปรียบเทียบเสนอความชิงชังต่อสภาพที่เป็นอยู่ของผู้บริโภค การใช้ภาพร่างกายที่ไม่ได้เป็นไปตามมาตรฐานความงามอยู่เคียงข้างกับความงามที่สมบูรณ์แบบ ภาพร่างกายที่ไม่ได้สัดส่วน ใบหน้าอ้วนจุ ถูกเทียบกับร่างกายที่ผ่านการจัดการมาแล้ว ทำให้ผู้บริโภคอาจตั้งคำถามต่อความพึงพอใจต่อสภาพเรือนร่างของตนเองในปัจจุบัน และชี้ชวนว่าหากไม่พอใจและอยากได้เรือนร่างในปรารถนา ก็ควรใช้สินค้าและบริการที่นำเสนอ (ชีวิตที่ดี, เฟื่องอั่ง) และเรือนร่างที่ผอมก็เป็นหนึ่งในมาตรฐานความงามในปัจจุบันของสังคมที่เราอาศัยอยู่

ความผอมถูกทำให้กลายเป็นสิ่งที่เรียกว่าสวยงามและเป็นเสน่ห์อย่างหนึ่งของคนเรา ก็เนื่องด้วยว่ามันถูกสร้างและให้ความหมายหรือ

ผลิตซ้ำความหมายที่ดั่งามเหล่านั่นลงไป แต่เมื่อกล่าวถึงความอ้วนก็ จะมีการนำความอ้วนไปเปรียบเทียบกับสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ เช่น หมู ข้าง หรือไปเปรียบเทียบกับสิ่งที่สังคมมองว่าเป็นค่านิยมในเชิงลบ เช่น ความขี้เกียจ การไม่มีวินัยในตนเอง การมีสุขภาพไม่ดี เพราะฉะนั้นการ สร้างความหมายเชิงเปรียบเทียบเหล่านี้จึงทำให้ความอ้วนเป็นสิ่งที่ไม่มีใครอยากได้ ในขณะที่ความผอมจะถูกนำไปผูกโยงไว้กับสิ่งที่เป็นแง่บวก นอกจากนั้นการมีหุ่นดียังผูกโยงกับการเป็นที่ต้องตาต้องใจ มีเสน่ห์ เป็น ที่ยอมรับในสังคม (บทสัมภาษณ์ ผศ.ดร.วิลาสินี พิพิธกุล ในกฤษฎา, 2549) การที่มีการยอมรับในสิ่งเหล่านี้เท่ากับเป็นการกั้นคนที่ไม่ผอม ตามมาตรฐานความงามออกไปและไม่ได้รับการยอมรับ สิ่งเหล่านี้เป็น สิ่งที่สร้างความเชื่อใหม่ให้กับสังคมและนั่นก็เท่ากับเป็นการทำให้คนใน ชุมชนมาเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการร่างกายให้ผอม เพื่อการกลับเข้ามาสู่การ เป็นคนที่สวยงาม มีเสน่ห์และสุขภาพที่ดี เป็นที่ยอมรับของสังคมหนึ่ง หรือชุมชนหนึ่งที่เห็นดีเห็นงามกับความผอม เนื่องจากร่างกายที่อ้วนถูก ทำให้อ้วนแล้วช่วงห่างไกลจากสิ่งดังกล่าวเหลือเกิน

นอกจากเสน่ห์ของความผอมที่จะสื่อในแง่ของความงามแล้วนั้น ความผอมยังถูกจัดให้อยู่ในลักษณะของการมีสุขภาพที่ดีซึ่งเป็นเสน่ห์ อย่างหนึ่งด้วย การเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการร่างกายให้ผอมลงอาจเป็นไปในแง่ของ การป้องกันและการดูแลสุขภาพได้อีกด้วย เพราะในขณะที่คนจำนวนมาก เข้ามาจัดการร่างกายเพื่อตามหาความงามในอุดมคติ อาจจะมี คนอีกมากมายเข้ามาจัดการกับร่างกายโดยความตื่นตัวในสุขภาพและ ต้องการห่างไกลจากโรคอ้วน ดังที่เคยกล่าวไปแล้วว่าในช่วง 20 ปีที่ ผ่านมาน้ำหนักตัวของคนเราเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นการป้องกัน หรือรักษาภาวะโรคอ้วนจึงมีความพยายามของหลายฝ่ายในการรณรงค์ หรือช่วยให้ผู้คนห่างไกลจากภาวะดังกล่าว ซึ่งโรคอ้วนคือ ภาวะที่มีไขมัน สะสมในร่างกายเกินกว่าเกณฑ์ปกติ (อภิชาติ, 2547; 4:12 อ้างในนิพนธ์, 2549; 969-975.) การที่มีไขมันสะสมมากเกินไปจะทำให้เกิดโรค จึงเรียก ภาวะอ้วนว่าเป็น โรคอ้วน ใน พ.ศ.2547 เป็นปีที่ทั่วโลกให้ความสนใจ

โรคอ้วนเป็นอย่างมากเนื่องจากเห็นว่าประชากรโลกมีการเปลี่ยนแปลงในรูปร่าง ซึ่งจะทำให้ประชากรโลกมีโรคเพิ่มอีกมากมายจากการกินอยู่ที่สมบูรณ์เกินไป (นิพนธ์, เฟิงอ้าง)

สำหรับประเทศไทยนั้นปัจจุบันมีคนอ้วนและอ้วนลงพุงเพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ จากการสำรวจในปี พ.ศ.2543 คนไทยที่มีอายุมากกว่า 35 ปี มีเส้นรอบพุงเกินกำหนด คือ 80 เซนติเมตรขึ้นไปในผู้หญิง 90 เซนติเมตรขึ้นไปในผู้ชาย ซึ่งในประชากรอายุมากกว่า 35 ปี 9.3 ล้านคน เป็นโรคอ้วนลงพุงถึง 6 ล้านคน (ธรรมสวัสดิ์, 2550: 6) นอกจากนั้นกรมอนามัยได้ทำการสำรวจกลุ่มคนทำงานที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครพบว่ามีการอ้วนลงพุง โดยเพศชายสูงถึง 69.7 เปอร์เซ็นต์ เพศหญิง 72.5 เปอร์เซ็นต์ ทำให้คนไทยติดอันดับ 1 ใน 10 ประเทศที่มีคนอ้วนสูงที่สุด ซึ่งเป็นผลพวงมาจากวิถีชีวิตของคนวัยทำงาน การรับประทานอาหารจังก์ฟู้ดส์และการใช้ชีวิตเร่งด่วนในสังคมเมืองทำให้ใส่ใจสุขภาพน้อยลง เกิดภาวะโภชนาการเกินเพิ่มขึ้น เสี่ยงต่อโรคอ้วน โรคหัวใจ และเบาหวาน (นิตยสารลีซ่า วีคลี่, 2551: 13) จะเห็นได้ว่าปัญหาโรคอ้วนกลายเป็นสาเหตุของการเกิดโรคภัยต่างๆ ที่กล่าวมา ซึ่งโรคต่างๆ เหล่านี้ทำให้คุณภาพชีวิตของคนไทยลดลง จากข้อมูลทางการแพทย์พบว่าการลดน้ำหนักลง 5-10 เปอร์เซ็นต์ จากน้ำหนักตั้งต้นสามารถลดความเสี่ยงจากโรคต่างๆ ได้ (นิตยสารสลิมมิ่ง, 2550: 65) ด้วยเหตุนี้เราจึงเห็นองค์กรภาครัฐ เช่น กระทรวงสาธารณสุขและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง บริษัท ห้างร้านเอกชนทั้งหลายได้ร่วมมือกันรณรงค์ให้คนไทยหันมาใส่ใจสุขภาพโดยการลดน้ำหนัก บางบริษัทหรือบางองค์กรได้จัดกิจกรรมให้กับพนักงานเพื่อขานรับนโยบายดังกล่าวอย่างเต็มที่หรือการออกมาสนับสนุนโดยการจัดกิจกรรมที่ให้ประชาชนได้มีส่วนร่วม เช่น มหกรรม ลดอ้วน ลดโรคซึ่งจัดโดยชมรมโรคอ้วนแห่งประเทศไทยร่วมกับบริษัทแอสบอต โดย 10 20 30 Reduce it for Life (นิตยสารสลิมมิ่ง, เฟิงอ้าง) หรือโครงการลดพุงที่โฆษณา ประชาสัมพันธ์โดยองค์กรของภาครัฐ สิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้คนได้รับรู้ถึงเรื่องราวของความอ้วน

และเห็นว่าจะดีถ้าหากกำจัดมันออกไปจากร่างกายของเรา อาจจะทิ้งเพื่อภาวะทางสุขภาพที่ดีขึ้น และ/หรือ ความสวยงามของเรือนร่างที่จะปรากฏต่อตนเองและผู้อื่นก็ตาม

ทั้งนี้ร่างกายหรือความผอมของร่างกายสำหรับแต่ละคนนั้นย่อมไม่ได้เป็นไปในลักษณะเดียวกันเสียทั้งหมด ดังที่กล่าวมาแล้วว่าคนในชุมชนมายาของความผอมนั้นก็มีความแตกต่างหลากหลายกันออกไป กระบวนการจัดการร่างกายของคนเหล่านั้นย่อมหลากหลายออกไปด้วย เช่นเดียวกัน บางคนจัดการร่างกายเพื่อคุณสมบัติเฉพาะในตำแหน่งหน้าที่ของตน ในขณะที่บางคนเพื่อปรับระบบสุขภาพของตนเองให้แข็งแรงขึ้นและบางคนก็เพื่อความสวยงาม ดังนั้นความผอมจึงไม่ได้มีลักษณะที่แท้เที่ยงตายตัวเสมอไปว่าร่างกายต้องบอบบางไปเสียทั้งหมด หากยังปรากฏได้ในรูปร่างที่มีน้ำมีนวล เป็นต้น นั่นขึ้นอยู่กับว่าคนๆ นั้นจัดการกับร่างกายของตนเองตามความหมายและการรับรู้ต่อความผอมที่เห็นว่าพึงจะมีสำหรับตัวเขาเองอย่างไร

ในขณะเดียวกันก็มีผู้คนอีกส่วนหนึ่งที่ไม่ได้อยู่ในชุมชนมายาของความผอม แต่พวกเขาเหล่านั้นอาจอยู่ในชุมชนทางวาทกรรมรูปแบบอื่น หรือชุมชนอื่นๆ นั่นเป็นเพราะว่าคนในชุมชนก็มีความแตกต่างหลากหลายกันออกไปทั้งในมิติของเพศ/เพศภาวะ อายุ ชนชั้น ชาติพันธุ์ ฯลฯ และเงื่อนไขที่จะเลือกบริโภควาทกรรมหรือมายาบางชุด และไม่บริโภคในบางชุด ทั้งนี้เป็นเพราะว่าคนมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งเดียวกันในลักษณะที่แตกต่างกัน มีการให้คุณค่า ความหมายต่อสิ่งดังกล่าวและนำไปสู่การบริโภคหรือไม่บริโภค กระบวนการจัดการต่อร่างกายและสิ่งอื่นๆ ในลักษณะที่แตกต่างกันออกไป

สำหรับคนในชุมชนมายาของความผอมนั้น ไม่ว่าจะเป็นการจัดการร่างกายเพื่อเรือนร่าง “ในฝัน” ที่นำมาซึ่งความไม่พอใจในร่างกายของตนเอง เนื่องจากถูกครอบงำด้วยเรื่องของรูปลักษณ์ ผู้หญิงอยากผอม ผู้ชายอยากกล้ามเนื้อ (นิตยสารลิสซ่า วีคลี่, 2549: 52) คนเหล่านั้นก็ล้วน

แล้วแต่อยากดูดีเพราะเรื่อนร่างในแบบดังกล่าว ได้ถือเอาความหมายแง่ดีมากมาย (รวมถึงสุขภาพที่ดี) ตราบใดที่มีการยึดถือสิ่งเหล่านั้นเอาไว้ อย่างแน่นเหนียว ปรากฏการณ์บริโภคมความผอมจะยังอยู่และ มันคงจะดำเนินต่อไปหากชุมชนนี้ยังเห็นถึงเสน่ห์ของความผอม และมีความคิดความเชื่อต่อเรื่องดังกล่าวเช่นที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

เชิงอรรถ

1. **Anorexia Nervosa** เป็นอาการที่ผู้ป่วยรู้สึกว่าคุณค่าตนเองขึ้นอยู่กับรูปร่างหน้าตาจึงไม่ยอมกินอะไรเลยหรือกินน้อยมาก กินอะไรแต่ละครั้งจะนับแคลอรี่อย่างละเอียดและชอบออกกำลังกายอย่างหักโหมเพื่อให้รูปร่างกลับมาดีอย่างรวดเร็ว ส่วน **Bulimia Nervosa** ผู้ป่วยนั้นจะกินอาหารทุกอย่าง มีทัศนคติที่ดีต่ออาหารแต่จะรู้สึกผิดในใจทุกครั้งที่กินหลังจากนั้นจะรีบกำจัดออกโดยการล้วงคอให้อาเจียน หรือใช้ยาถ่ายชนิดรุนแรงเข้าช่วย

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, วิทยาลัยสื่อสารทางไกลอินเทอร์เน็ต มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ชัย. 2547. “สารรุ่นใหม่ไฟฝันอยากมีรูปทรงอย่างสเปียร์ส กลัวอ้วน ลงทุนถึงกับอดข้าวปลา.” (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา: http://www.dmh.go.th/sty_libnews/news/view.asp ข่าวด้านสุขภาพจิตและจิตเวช (15 สิงหาคม 2549).
- กฤษฎา ศุภวรรณะกุล. 2549. หลุมดำ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ภาพพิมพ์.
- เกษียร เตชะพีระ. 2539. “บริโภคมความเป็นไทย” ใน ชัยวัฒน์ สถาอานันท์ (บก.), *จินตนาการสู่ปี 2000: นวัตกรรมเชิงกระบวนทัศน์ด้านไทยศึกษา?*, หน้า 83-120. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- เคอร์ทิส, แพทริเซีย . “อาวุธใหม่ปราบไข้ฉี่ แนวทางล่าสุด 5 ประการเพื่อพิชิตโรคฉี่ และเคล็ดลับอีก 22 ข้อที่เหมาะสมกับคุณ”. *นิตยสารรีดเดอร์ ไดเจสต์*, (สิงหาคม 2550): 42-49.
- ฉัตร ชมะวรรณ. 2537. “แนวคิดของเรย์มอนด์ วิลเลียมส์ในวัฒนธรรมศึกษาและการวิเคราะห์วัฒนธรรม บริโภค”. *วิทยานิพนธ์สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์*.
- จุฬารักษ์ มาเสถียรวงศ์. มปป. “ร่างกายศึกษา ศาสตร์แขนงใหม่ในสังคมบริโภค.” (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา: <http://www.midnightuniv.org> (28 สิงหาคม 2549).
- ชีวลีทิพย์ บุญเกียรติ. 2549. “โฆษณาสินค้าและบริการเพื่อความงาม: สาร สื่อ นัยและความหมาย”. *จดหมายข่าว ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร* 8 (42) (กุมภาพันธ์-มีนาคม 2549): 1-4.
- “ต้อนรับตัวแทน มหกรรม ลดอ้วน ลดโรค”. *นิตยสารสลิมมิ่ง*. 37(มิถุนายน, 2550): 65.
- ธรรมสวัสดิ์. “พิชิตอ้วน พิชิตฟุง แบบ “พอเพียง”. *จดหมายข่าวชุมชนคนรักสุขภาพ ฉบับสร้างสุข* ปีที่ 4 ฉบับที่ 69 (มิถุนายน 2550).
- ธเนศ วงศ์ยานนาวา. 2549. “ปฏิวัติบริโภคของฟุ่มเฟือยมาสู่สิ่งจำเป็น ที่วี ตู๋เย็น จำเป็นต้องใช้”. ใน *เอกสารประกอบการประชุมประจำปีทางมานุษยวิทยาครั้งที่ 5* วันที่ 29-31 มีนาคม 2549 ณ ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร กรุงเทพมหานคร.
- นิพนธ์ เสริมพาณิชย์. 2549. “โรคอ้วนในชุมชนแออัด”. *วารสารวิชาการสาธารณสุข* 15 (6): 969-975.
- นิษฐา หนูเกษม. มปป. “สื่อกับการประกอบสร้างความจริงทางสังคม.” (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา: <http://www.midnightuniv.org> (28 สิงหาคม 2549). “ในวังวนของความคลั่งผอม”. *นิตยสารสตาร์ปาร์ตี*. 567 (24) (กันยายน, 2549).
- บาร์ตส์, โรลองด์. 2543. *มายาคติ สรรนิพนธ์จาก Mythologies ของ Roland Barthes*. แปลโดย วรรณพิมล อังคศิริสรพ. กรุงเทพฯ: โครงการจัดพิมพ์คปไฟ.

- บรีน, แคโรลีน. “Bare naked lady”. แปลโดยสุธาสินี สุรางคนารมภ์. นิตยสารแมรี แคลร์, 29 (กันยายน, 2549): 172-177.
- ปรีตดา เฉลิมเฒ่า กอนันตกุล(บ.ก.). 2541. *เผยร่าง-พร่างกาย: ทดลองมองร่างกายใน ศาสนา ปรัชญาการเมือง ประวัติศาสตร์ ศิลปะ และมานุษยวิทยา*. กรุงเทพฯ: โครงการจัดพิมพ์คบไฟ.
- พิลินดา พัฒนานภาพ, อนุสรณ์ สมใจ และอัมพร ชมพู, 2546. “ทัศนคติและการใช้ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อการลดน้ำหนักของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่”. รายงานการศึกษาระดับปริญญาตรี คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- “เรือนร่างในฝัน = ความไม่พอใจในร่างกายตนเอง (และตัวเอง) สมการกลับด้านที่อาจทำลายชีวิตคุณ”. นิตยสารลิส้า วีคลี่. 19(พฤษภาคม, 2549): 52.
- ลดความอ้วน. มปป. (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา: <http://www.thaitway.com> หัวข้อการศึกษา (15 สิงหาคม 2549).
- วจี เรื่องพริตทิว. 2549. “จากตรรกวิทยาแห่งการบริโภค ถึงอุตสาหกรรมวัฒนธรรม(โดยสังเขป)”. (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา: <http://www.midnightuniv.org> (19 ตุลาคม 2549).
- วิจิตร ว่องวารีทิพย์. 2549ก. รายงานการวิจัยเรื่อง ร่างกาย เสน่ห์ อัตลักษณ์และความเท่าเทียมเรื่องสุขภาพในสังคมไทย. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- วิจิตร ว่องวารีทิพย์. 2549ข. “อุตสาหกรรมความงามและสุขภาพกับการผลิตอุดมการณ์บริโภค”. ใน เอกสารประกอบการประชุมประจำปีทางมานุษยวิทยา ครั้งที่ 5 วันที่ 29-31 มีนาคม 2549 ณ ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร กรุงเทพมหานคร.
- ศูนย์วิจัยกสิกรไทย. 2544. “ยาลดความอ้วน: ตลาด 1,200 ล้านบาท...ที่รัฐต้องเข้ามาควบคุม.” (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา: <http://www.kasikornresearch.com> (15 สิงหาคม 2549).
- สมเกียรติ ตั้งนโม. มปป. “วัฒนธรรมทางสายตาเกี่ยวกับเรื่องร่างกายและพื้นที่.” (ระบบออนไลน์). แหล่งที่มา: <http://www.midnightuniv.org> (28 ตุลาคม 2549).
- อภิญา เพ็ญพสุกุล(แปล). 2549. *หลังโครงสร้างนิยมฉบับย่อ*. กรุงเทพฯ: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร.
- Baudrillard, Jean. 1998. *The Consumer Society*. London: Sage Publication.
- Bocock, Robert. 1993. *Consumption*. London; New York: Routledge.
- Corrigan, Peter. 1997. *The Sociology of Consumption*. London: Sage Publications.
- Featherstone, Mike. 1991. *Consumer Culture & Postmodernism*. London: Sage Publications.

- Hancock, Philip; Hughes, Bill; Jagger, Elizabeth; Paterson, Kevin; Russell, Rachel; Tulle-Winton, Emmanuelle; Tyler, Melissa. 2000. *The Body Culture and Society An Introduction*. Buckingham & Philadelphia: Open University Press.
- Lupton, Deborah. 2000. "Food, Risk and Subjectivity", in Simon J. Williams (ed.), *Health, Medicine and Society: Key Theories, Future Agendas*. London; New York, 2000. pp. 205-235.
- Lock, Margaret and Nancy Scheper-Huges.1996. "A Critical Interpretive Approach in Medical Anthropology Rituals and Routines of Discipline and Dissent", in Carolyn F.Sargent and Thomas M.Johnson, (eds), *Medical Anthropology: Contemporary Theory and Method*. Westport; Praeger. pp. 41-70.
- Miles, Steven. 1998. *Consumerism-As a way of life*. London: Sage Publication.
- Nettleton, Sarah and Jonathan Watson, (eds). 1998. *The Body in Every Life*. London and New York: Routledge.