

## Unbearable Lightness: เรื่องเล่าของผู้ป่วยด้วยโรคกลัวอ้วน Unbearable Lightness: An Illness Narrative of an Anorexic Patient

ชุติมณฑน์ ตรีอำนรรค<sup>1</sup>

Chutimon Triumnuk<sup>1</sup>

### บทคัดย่อ

เรื่องเล่าความเจ็บป่วยคือเรื่องเล่าที่ผู้ป่วยสร้างขึ้นเพื่อใช้ในการนำเสนอตัวตนของผู้ป่วย ในการอ่านเรื่อง *Unbearable Lightness A Story of Loss and Gain* ของ Portia De Rossi ทำให้ผู้อ่านได้เข้าใจประสบการณ์ส่วนตัวของผู้หญิงที่ป่วยด้วยโรคกลัวอ้วน (anorexia) ในขณะที่สังคมแบบชายเป็นใหญ่ไม่ให้ความสนใจประสบการณ์ส่วนตัวของผู้ป่วยเหล่านี้ ซึ่งเป็นการปิดทับเสียงของพวกเธอ อย่างไรก็ตามในเรื่องเล่าความเจ็บป่วย ผู้อ่านจะได้ยินเสียงของผู้ป่วยผ่านการวิพากษ์วิจารณ์วาทกรรมและมายาคติต่างๆ ที่สังคมแบบชายเป็นใหญ่สร้างขึ้นมาเพื่อกดขี่ผู้หญิง งานวิจัยชิ้นนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ ผ่านการวิเคราะห์หัตถ์บทโดยมีทฤษฎีมารองรับในการวิเคราะห์ ซึ่งแนวคิดที่หยิบยกมาใช้ในการวิเคราะห์หัตถ์บทคือเรื่องเล่าในฐานะเครื่องมือในการประกอบสร้างตัวตนและมายาคติความงาม

### Abstract

Illness narratives are narratives that patients write to represent themselves. Reading and analyzing the story *Unbearable Lightness A Story of Loss and Gain* by Portia De Rossi help readers to understand a personal experience of a woman with anorexia. The patriarchal society, on the other hand, doesn't pay attention to a woman's personal experience because it's a way to silence woman's voice. However, through an illness narrative readers will hear her voice which criticizes the discourses and myths that the patriarchal society uses to oppress women. This research is a qualitative analysis to which the theories of narrative as a tool of identity construction and beauty myth are applied.

Key words: illness narrative, anorexia, beauty myth, thinness

Email address: supsinner@hotmail.com

### คำนำ

เรื่องเล่าเกี่ยวกับความเจ็บป่วยที่ผู้คนรู้จักส่วนมากมักมาจากเสียงของผู้ที่อยู่ในวงการแพทย์ ซึ่งเป็นเสียงของผู้ที่มีอำนาจทางสังคม และเรื่องเล่าทางการแพทย์ที่เกี่ยวกับความเจ็บป่วยส่วนใหญ่เป็นเรื่องของเชื้อโรคและวิธีการรักษา ในขณะที่เดียวกันผู้ป่วย ผู้ที่ไม่มีอำนาจทางสังคม กลับรู้สึกตัวตนของพวกเขาหายไปในเรื่องเล่า

<sup>1</sup> โครงการจัดตั้งภาควิชาอุตสาหกรรมบริการและนวัตกรรมภาษา คณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์ เกษตรศาสตร์ กำแพงแสน

1 Department of Service Industry and Language Innovation, Faculty of Liberal Arts and Science, Kasetsart, Kamphaeng Saen

ทางการแพทย์ ทางเดียวที่ตัวตนและเสียงของพวกเขาจะเป็นที่รับรู้และได้ยินคือการสร้างเรื่องเล่าความเจ็บป่วย ดังนั้นเรื่องเล่าความเจ็บป่วยจึงเป็นเรื่องเล่าที่ผู้ป่วยสร้างขึ้นเพื่อใช้ในการนำเสนอตัวตนของพวกเขา (Garros C. and Mattingly, 2000) ในเรื่องเล่าความเจ็บป่วย ผู้อ่านจะได้ยินเสียงของพวกเขาผ่านการวิพากษ์วิจารณ์วาทกรรมและมายาคติต่างๆ ที่สังคมแบบชายเป็นใหญ่สร้างให้กับผู้หญิง

ใน *Unbearable Lightness A Story of Loss and Gain* พอร์เทีย เดอ รอสซี (Portia De Rossi) ได้วิพากษ์วาทกรรมและมายาคติต่างๆ ที่สังคมแบบชายเป็นใหญ่สร้างขึ้น ในแง่หนึ่งเรื่องเล่าจึงเป็นเครื่องมือที่ทำให้เสียงของเธอในฐานะผู้ป่วยเป็นที่ได้ยิน (Garros C. and Mattingly, 2000) เป็นการเปิดเผยตัวแก่สังคมว่าเธอไม่ได้เป็นผู้ป่วยที่ถูกกระทำ (passive) ในงานวิจัยชิ้นนี้ ผู้วิจัยได้หยิบยกมา 2 ประเด็นที่พอร์เทียวิพากษ์ผ่านเรื่องเล่าของเธอ ได้แก่ วาทกรรมการดูแลควบคุมร่างกายและวาทกรรมโรคอ้วน และอุดมคติความงาม ซึ่งวาทกรรมการดูแลควบคุมร่างกายและวาทกรรมโรคอ้วนซึ่งเป็นวาทกรรมที่ผลิตโดยการแพทย์สมัยใหม่ และอุดมคติความงามที่เป็นผลผลิตของสังคมแบบชายเป็นใหญ่ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่การป่วยด้วยโรคกลัวอ้วน (anorexia) ในหมู่ผู้หญิง พอร์เทียได้วิพากษ์และนำเสนอให้ผู้อ่านได้เห็นวาทกรรมเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อมุมมองที่ผู้หญิงมีต่อตนเองและเรือนร่างของพวกเธออย่างไร

## อุปกรณ์ และวิธีการ

งานวิจัยชิ้นนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ ผ่านการสำรวจ และคัดสรรตัวบท ในที่นี้ตัวบทคือบันทึกความทรงจำเรื่อง *Unbearable Lightness A Story of Loss and Gain* ของ พอร์เทีย เดอ รอสซี (Portia De Rossi) จากนั้นจึงทำการวิเคราะห์ตัวบท (Text analysis) โดยมีทฤษฎีและข้อมูลที่ค้นคว้ามารองรับในการวิเคราะห์ ซึ่งแนวคิดที่หยิบยกมาใช้ในการวิเคราะห์ตัวบทชิ้นนี้คือ เรื่องเล่าในฐานะเครื่องมือในการประกอบสร้างตัวตน (Garros C. and Mattingly, 2000) และ มายาคติความงาม (Wolf, 1991)

## ผลการทดลองและวิจารณ์

### การวิพากษ์วาทกรรมการดูแลควบคุมร่างกายและวาทกรรมโรคอ้วน

ใน พ.ศ. 2533 ซุซัน ซอนแทค (Susan Sontag) ได้กล่าวในหนังสือของเธอ *Illness as Metaphor and AIDS and Its Metaphor* ว่า การดูแลร่างกายให้มีสุขภาพดีถือเป็นความรู้พื้นฐานที่คนในสังคมส่วนใหญ่เชื่อว่าปัจเจกแต่ละคนรู้เป็นอย่างดี ผู้คนในสังคมปัจจุบันจึงเชื่อว่าปัจเจกทุกคนรู้ดีว่าตนเองควรรับประทานอาหาร ออกกำลังกาย หรือใช้ชีวิตอย่างไรเพื่อให้ห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บ วาทกรรมการดูแลสุขภาพและควบคุมร่างกายให้แข็งแรง เช่น การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ หลีกเลี่ยงอาหารขยะที่มีไขมันสูง และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เป็นต้น เหล่านี้จึงเป็นสิ่งที่หลายคนเชื่อว่ายู่ในสามัญสำนึกของปัจเจกทุกคนว่าเป็นสิ่งที่ต้องปฏิบัติตาม ดังที่ปรากฏในเรื่องเล่าของพอร์เทีย เมื่อคนรู้จักมาขอให้เธอบอกเคล็ดลับในการควบคุมน้ำหนัก และควบคุมตัวเอง พอร์เทียกลับมองว่าการควบคุมตนเองเป็นเรื่องที่สอนกันไม่ได้ เนื่องจากมันคล้ายกับสามัญสำนึกที่ไม่สามารถสอนกันได้ “She thought I could teach her how to be disciplined, which was ridiculous. You can't teach someone self-control any more than you can teach them common sense.” (De Rossi, 2010: 161)

นอกจากนั้นวาทกรรมการดูแลควบคุมร่างกายยังทำหน้าที่เสมือนศีลธรรม“Self-control and self-discipline over the body, both within and without the workplace, have become the new ethic.” (Lupton, 2003: 35) และทำการลงโทษแก่ผู้ที่ทำผิดวินัยในเวลาเดียวกัน และเมื่อวาทกรรมการแพทย์ทำให้ “ความอ้วน” กลายมาเป็น “โรคอ้วน” ปัจเจกที่อยู่ในภาวะ “อ้วน” จึงถูกตีตราจากสังคมว่าเป็นผู้ที่ไม่มีความวินัย และขาดการควบคุมร่างกาย (Lupton, 2003) การเป็นคนอ้วนจึงหมายถึงคนที่ไม่มีความวินัยในตนเอง ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ และเมื่อพอร์เทียเผชิญผลต่อวัชโรคที่รบกวนมากมายถึงมากที่สุด เธอกล่าวโทษตนเองที่ไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ “How the hell was I not in control of the only thing I thought was possible to control in my life? I had been abducted. I was not in control...I'd lost control and I could do it again without warning. If I lost control again, I could get fat again.” (De Rossi, 2010: 176)

ยิ่งไปกว่านั้น ตามความเชื่อทางศาสนาคริสต์ นิกายคาทอลิก ที่เชื่อว่า ความตะกละเป็นหนึ่งในบาปทั้ง 7 ประการ ดังนั้นความอ้วนจึงสะท้อนถึงความบาปที่เกิดจากความตะกละ แนวคิดนี้เห็นได้ในเรื่องเล่าของพอร์เทีย ที่เธอมองว่าคนตะกละหรือคนอ้วนก็คือปีศาจ “I wanted to show my mom that I'd finally conquered the demon.” (De Rossi, 2010: 189) ซึ่งในบทนี้เป็นตอนที่พอร์เทียต้องการลดรูปร่างที่ผอมบางของเธอให้แม่เห็น โดยปีศาจร้ายที่เธอสามารถพิชิตได้ในที่นี้คือความอ้วน สำหรับพอร์เทียแล้ว คนอ้วนจึงเป็นคนที่ไม่มีความวินัย ยอมแพ้ง่าย ตะกละ และทำอะไรตามสัญชาตญาณ ซึ่งในแง่ของคนอ้วนจึงเป็นเหมือนสัตว์ที่ทำอะไรตามสัญชาตญาณ ไม่ใช่มนุษย์

Not eating them was incredibly difficult and by not eating them I had just proven to myself that I was stronger than my basic instincts, that I could deny them. I wouldn't give in to the desire to eat, because after all, isn't that what fat people do? They give in to desire? They know they shouldn't eat the brownie, but they just can't help themselves. (De Rossi, 2012: 189)

จึงเห็นได้ว่าวาทกรรมการดูแลควบคุมร่างกายและวาทกรรมโรคอ้วนได้หยั่งรากลึกกลงไปในความคิดของผู้หญิง ส่งผลให้พวกเธอควบคุมการใช้ชีวิตของพวกเขาอย่างเคร่งครัด ในเรื่องเล่าของพอร์เทีย เธอได้กล่าวถึงประเด็นนี้ว่าการป่วยด้วยโรคกลัวอ้วนของเธอนั้นแอบแฝงมากับวาทกรรมการดูแลควบคุมร่างกาย “I didn't decide to become anorexic. It snuck up on me disguised as a healthy diet, a professional attitude.” (De Rossi, 2010: 277) จึงเห็นได้ว่าวาทกรรมชุดนี้ในแง่หนึ่งมีไว้เพื่อควบคุมปัจเจกโดยเฉพาะผู้หญิง ทำให้พวกเธอไม่รู้สึกรู้สึกลึกซึ้งเมื่อตนเองไม่ได้ปฏิบัติตามระเบียบวินัยของสังคม

### การวิพากษ์อุดมคติความงามที่ปรากฏในสังคมแบบชายเป็นใหญ่

อุดมคติความงามในปัจจุบันนี้เป็นผลพวงของสังคมแบบชายเป็นใหญ่ ผู้หญิงสวยในปัจจุบันคือผู้หญิงที่ผอมและมีรูปร่างดี อุดมคติความงามนี้ทำให้ผู้หญิงส่วนมากวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างของพวกเขา มีการตั้งข้อสังเกตว่า โรคกลัวอ้วนมักเกิดกับผู้หญิงในวัยที่พวกเขาเริ่มเข้าสู่สังคมภายนอก ซึ่งในที่นี้หมายถึงสังคมแบบชายเป็นใหญ่นั้นเอง (Brown and Jasper, 1993) เช่นเดียวกันกับพอร์เทีย เมื่อครั้งแรกที่เธอเริ่มต้นควบคุมอาหารก็เป็นช่วงที่เธอมีอายุเพียง 12 ปีเท่านั้น เธอเล่าว่าเธอได้ยินเสียงของผู้ชายตะโกนสั่งให้เธอลดความอ้วน ควบคุมอาหารและออกกำลังกาย ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าสังคมแบบชายเป็นใหญ่นั้นควบคุมผู้หญิงมากเพียงใด โดย

พอร์เทียใช้คำว่า “sergeant” ซึ่งมีความหมายว่า “ตำรวจ” สะท้อนให้เห็นถึงการควบคุมของอุดมคติความงามที่เป็นผลผลิตของสังคมแบบชายเป็นใหญ่

He doesn't wait until I'm awake. He comes into my unconscious to find me, to pull me out. He seizes my logical mind and disables it with fear. I awake already panic-stricken, afraid I won't answer the voice correctly, the loud, clear voice that reverberates in my head like an alarm that can't be turned off. What did you eat last night? Since we first met when I was twelve he's been with me, at me, barking orders. A drill sergeant of a voice that is pushing me forward, marching ahead, keeping time. (De Rossis, 2010: 3)

นอกจากนั้นพอร์เทียยังพูดถึงหุ่นโชว์ที่เห็นได้ตามห้างสรรพสินค้าว่า เธอใช้หุ่นโชว์เหล่านั้นเป็นตัวชี้วัดว่าเธอผอมหรือไม่ ซึ่งหุ่นโชว์เหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่าอิทธิพลของสังคมบริโภคนิยมและสังคมแบบชายเป็นใหญ่มีผลต่อความรู้สึกนึกคิดของผู้หญิงมากเพียงใด มันเป็นตัวชี้วัดว่าความงามแบบนั้นเท่านั้นที่เป็นอุดมคติและเป็นที่ยอมรับ “Mannequins represented the ideal form. By comparing myself to the mannequins, I could take an honest look at how I measured up to that ideal. But mostly I just liked to look at their thin, hard limbs.” (De Rossi, 2010: 159) อีกทั้งสื่อต่างๆ ซึ่งเป็นผลผลิตของสังคมแบบชายเป็นใหญ่ต่างพากันสนับสนุนอุดมคติความงาม โดยการประโคมภาพของผู้หญิงผอม ซึ่งพอร์เทียยังกล่าวว่า “ข้อความ” เป็นสิ่งที่มีพลังและอำนาจมาก “...the written word is a powerful thing.” (De Rossi, 2010: 194) ในแง่ที่ว่ามันทำให้คนเราคิดว่าสิ่งที่มันพูดนั้นเป็นความจริง ซึ่ง “ข้อความ” ในที่นี้เธอหมายถึงสื่อ พอร์เทียกล่าวว่าสื่อนั้นมีอิทธิพลและบงการกำหนดความคิดของผู้หญิงว่าสิ่งไหนที่เรียกว่าสวย “It tells you what beauty is, that the face selling this product is a beautiful face.” (De Rossi, 2010: 115) นอกจากนี้เธอยังมองว่าสังคมหมกมุ่นอยู่กับแต่เรื่องความผอม “Society is obsessed with being thin and a handful of actresses, me included, were showing them that with hard work, it was an achievable goal.” (De Rossi, 2010: 190)

ยิ่งไปกว่านั้น อุดมคติความงามและมายาคติความผอมยังทำให้ผู้หญิงในปัจจุบันเชื่ออีกว่า หากพวกเธอผอมและสวย พวกเธอก็จะได้มาซึ่งชีวิตที่สมบูรณ์แบบ ไม่ว่าจะเป็นความสุข ความสำเร็จในหน้าที่การงาน และเรื่องความรัก ซึ่งเหล่านี้เธอต้องแลกกับการทำร้ายสุขภาพร่างกายของเธอเอง มายาคติความผอมจึงมีอิทธิพลต่อความนึกคิดและจิตใจสำนึกของผู้หญิงในปัจจุบันว่า ความผอมคือความสวย ความผอมคือความสำเร็จ ความผอมคืออำนาจ และความผอมคือผู้หญิง (Brown and Jasper, 1993) ดังที่พอร์เทียกล่าวว่าสังคมทุกวันนี้ใครๆ ก็อดอาหารเพื่อลดน้ำหนักกันทั้งนั้น และไม่มีเด็กสาวคนไหนที่ไม่กังวลเรื่องรูปร่างของตัวเอง เพราะสังคมทุกวันนี้กำหนดมาแล้วว่าความสำเร็จของผู้หญิงขึ้นอยู่กับรูปร่างภายนอกของพวกเธอ ไม่ใช่ที่ความสามารถ

But I didn't need to be a model to surround myself with diet-obsessed unhealthy people. School was full of them. Suzanne's shock made me think she lived in another world, an unrealistic world where teenage girls were happy with their bodies just the way God made them and nourished them with the home-cooked meals their mothers made so they could grow up to pursue a career knowing that what a girl accomplished was of far greater importance than how she looked. (De Rossi, 2010: 171)

พอร์เทียยังวิพากษ์ต่อว่าในขณะที่ผู้หญิงพยายามไปให้ถึงอุดมคติความงามของสังคม แต่ผู้ชายกลับประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน “The images of stick-thin prepubescent girls never should have has power over me...I squandered my brain and my talent to squeeze into a size 2 dress while my male counterparts went to work on making money, making policy, making a difference.” (De Rossi, 2010: 287) การเปรียบเทียบนี้ทำให้ผู้อ่านเห็นว่าสังคมใช้มายาคติเหล่านี้ในการปิดกั้นไม่ให้ผู้หญิงได้แสดงความสามารถที่แท้จริงของพวกเธอออกมา

การที่สังคมแบบชายเป็นใหญ่ให้คุณค่ากับผู้หญิงที่สวยและผอมจึงทำให้ผู้หญิงรู้สึกผิดเมื่อตนเอง “อ้วน” เกินมาตรฐานสังคม ส่งผลให้ผู้หญิงส่วนมากไม่พอใจในรูปร่างและความงามของตนเอง นาโอมิ วูล์ฟ (Naomi Wolf) กล่าวว่าความกลัวอ้วนส่งผลให้สุขภาพจิตของผู้หญิงเสื่อมโทรม พวกเธอมองไม่เห็นคุณค่าและความเป็นผู้หญิงของตนเอง (Wolf, 1991: 230) ซึ่งจะเห็นได้ในตอนที่พอร์เทียเล่าถึงช่วงที่เธอมีน้ำหนักตัวมากที่สุดในชีวิต เธอกล่าวว่าเธอรู้สึกไม่มั่นใจและน่าสมเพช ไม่ต้องการเป็นที่ได้ยินหากแต่ต้องการหายตัวไปมากกว่า “I felt pathetic. I remember having so little self-esteem that I couldn't talk loudly; I literally couldn't make myself heard because I wanted to disappear. I didn't want to be spoken to or looked at or acknowledged.” (De Rossi, 2010: 280) ดังนั้น ความอ้วน ความผอม จึงเป็นตัวกำหนดความมั่นใจ อารมณ์ และการมองเห็นคุณค่าในตัวเองของผู้หญิง ดังที่พอร์เทียเล่าว่าน้ำหนักตัวของเธอคือตัวกำหนดอารมณ์ของเธอ มันกำหนดความรู้สึกพึงพอใจ ความรู้สึกประสบความสำเร็จ และกำหนดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ามากน้อยแค่ไหน “My weight was my mood...I'd measured my accomplishments and my self-worth on that scale for my entire life...” (De Rossi, 2010: 88, 295)

เห็นได้ว่าอุดมคติความงาม และมายาคติความผอม ได้แทรกซึมเข้าไปสู่ความเชื่อและความนึกคิดของผู้หญิงเป็นอย่างมาก ตามที่พอร์เทียกล่าวว่า การที่เธอต้องทำตัวให้ดูดี ไม่ว่าจะเป็นการดูแลรูปร่างและการแต่งหน้าให้สวย เธอไม่ได้ต้องการเป็นจุดเด่น เธอเพียงต้องการทำตัวให้เข้ากับสังคมรอบข้างเท่านั้น นั่นหมายถึงเธอไม่ต้องการเป็นคนนอก “I didn't want to make a scene or stand out, I just wanted to fit in. I wanted everyone I met to think of me as quiet and professional.” (De Rossi, 2010: 36) การเป็นคนอ้วนสำหรับพอร์เทียและผู้หญิงส่วนมากจึงหมายถึงการเป็นคนที่ยังสังคมไม่ยอมรับนั่นเอง

## สรุป

ในการอ่านและวิเคราะห์เรื่องเล่าความเจ็บป่วยของพอร์เทีย เดอ รอสซี *Unbearable Lightness A Story of Loss and Gain* ทำให้ผู้วิจัยและผู้อ่านได้เห็นว่าคุณป่วยไม่ได้เป็นเพียงผู้ป่วยที่รอรับการเยียวยารักษาจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเท่านั้น แต่ในการอ่านประสบการณ์ส่วนตัวของเธอทำให้เห็นได้ว่าผู้ป่วยก็มีความคิดเห็นต่อโรคและสังคมเช่นกัน ดังเช่นที่พอร์เทียได้ทำการวิพากษ์วาทกรรมเรื่องการควบคุมและดูแลร่างกาย วาทกรรมโรคอ้วน อุดมคติความงาม และมายาคติความผอม การวิพากษ์และท้าทายแนวคิดที่สังคมแบบชายเป็นใหญ่สร้างขึ้นมานี้เป็นการทำให้สังคมเห็นตัวตนของเธอ ทำให้เสียงของเธอในฐานะผู้ป่วยเป็นที่ได้ยิน เรื่องเล่าความเจ็บป่วยของพอร์เทียจึงไม่ได้เป็นเรื่องของโรคร้าย แต่เป็นประสบการณ์เกี่ยวกับสิ่งที่เธอสูญเสียไปและสิ่งที่เธอได้รับจากการป่วยด้วยโรคกลัวอ้วน ดังชื่อเรื่องของเธอที่ว่า “A Story of Loss and Gain”

### เอกสารอ้างอิง

- Brown, C. and Jasper, K. 1993. *Consuming Passions Feminist Approaches to Weight Preoccupation and Eating Disorders*. Second Story Press, Canada.
- De Rossi, P. 2010. *Unbearable Lightness A Story of Loss and Gain*. Atria Books, the United States of America.
- Garros C. L. and Mattingly, C. 2000. Narratives as Construct and Construction. *Narrative and the Cultural Construction of Illness and Healing*. University of California Press, the United States of America.
- Lupton, D. 2003. *Medicine as Culture Illness, Disease and the Body in Western Societies*. 2<sup>nd</sup> ed. SAGE Publication Ltd, London.
- Sontag, S. 1990. *Illness as Metaphor and AIDS and Its Metaphor*. 3<sup>rd</sup> ed. Picador, the United States of America.
- Wolf, N. 1991. *The Beauty Myth How Images of Beauty Are Used Against Women*. Morrow, New York.