บทคัดย่อ

งานศึกษานี้สนใจวิธีการจัดการกับร่างกายที่ “แก่” ของผู้สูงอายุ โดยพูดคุยและสังเกตการใช้ชีวิตประจำวัน ซึ่งเกี่ยวพันกับพื้นที่และเวลา โดยศึกษาเปรียบเทียบผู้สูงอายุเชื้อสายจีนและผู้สูงอายุมลายูมุสลิมที่อาศัยอยู่ในอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่า ความรู้เกี่ยวกับร่างกายที่ “แก่” เป็นประสบการณ์การตรงของแต่ละคน ผู้สูงอายุแต่ละคนมีวิธีอยู่กับความเสื่อม ความถดถอยของตนเองต่างกัน ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มตระหนักถึงความ “เสื่อม” และเปราะบางของร่างกายตนเอง ผู้สูงอายุที่แม้ว่ามีอายุเท่ากัน แต่ก็รู้สึก “แก่” ไม่เหมือนกัน เพราะแต่ละคนมีวิธีจัดการกับร่างกาย แก้ไข รับรู้ต่อการเปลี่ยนแปลงและใช้ร่างกายต่างกัน เนื่องจากเคยชินกับการฝึกฝนร่างกายมาต่างกัน ร่างกายของผู้สูงอายุในปัจจุบัน เกิดจากการใช้ร่างกายในอดีต และเกี่ยวข้องกับพื้นที่ในชีวิตประจำวัน ผู้สูงอายุมองพื้นที่เดิมที่เคยใช้ชีวิตในวัยหนุ่มสาวกลายเป็นพื้นที่เสี่ยง เพราะร่างกายตนถดถอยลงตามธรรมชาติ การเลือกจัดการกับร่างกายหรือพื้นที่จึงขึ้นอยู่กับความคุ้นชินและการให้ความสำคัญกับกิจกรรมและการให้คุณค่ากับสิ่งต่าง ๆ ในบั้นปลายชีวิต ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มจัดการกับร่างกายและจัดพื้นที่ให้เหมาะกับตนเอง เพื่อความปลอดภัยและลดความเสี่ยง ผู้สูงอายุจีนใช้เวลาช่วงบั้นปลายชีวิตในการดูแลร่างกาย ปรับร่างกายด้วยการเคลื่อนไหวร่างกาย ใส่ใจการกินอาหาร เลือกทำกิจกรรมนอกบ้านในเวลาเช้าและกลางวัน หลีกเลี่ยงการเดินทางเวลาค่ำ และรวมกลุ่มสร้างพื้นที่ความสัมพันธ์ใหม่ ส่วนผู้สูงอายุมุสลิม ปรับพื้นที่ภายในบ้านให้เหมาะกับร่างกายปัจจุบันเพื่อลดการเคลื่อนไหวร่างกาย การจัดพื้นที่ในบ้านเพื่อให้ “ถูกมองเห็น” และรู้สึกปลอดภัย ขณะเดียวกันก็จำกัดการเคลื่อนไหวร่างกายของผู้สูงอายุด้วย นอกจากนี้ยังควบคุมผู้อื่นไปพร้อมกัน จะเห็นได้ว่า วิธีจัดการกับร่างกายที่ “แก่” สัมพันธ์กับโลกทัศน์ที่มีต่อร่างกายและชีวิต และมีส่วนกำหนดนิยามร่างกายที่ “แก่” ในแต่ละวัฒนธรรม

Abstract

This study focuses on how the elderly manage their “old” body and space and how they define “old” body. Data were gathered from interviewing and observing the daily life of the Thai-Chinese elderly and the Malay-Muslim elderly living in Hatyai, Songkhla province. The knowledge of the “old” body is each individual’s direct experience. Recognizing their “declining” and “breakable” body, the elderly in both groups have their own techniques to manage themselves. Although they are in the same age, they define “old” differently because they have different habits and techniques of the body. The way the elderly manage their current “old” body is the results of how they have used their body and space. Due to their declining body, they consider the same space that they used when they were younger as risky. The way they choose to manage their “old” body depends on the habits, the importance of the activities and the value given about the life at the end. The elderly of both groups deal with their body and space in order for them to be safe and decrease risks. The Thai-Chinese elderly take care of and sustain their body by exercising and eating healthy food. They also choose to do any outdoor activities in the morning and afternoon, and avoid going outside home after dark. They participate in a social group, creating a new space, a space for health. However, the Malay-Muslim elderly rearrange their space at home to suit their body, which helps their mobility but moves less. They manage their own space to be seen since visibility is safe. This management can control their body as well as other people. The management of their “old” body is related to the viewpoint about life and body, which defines “old” body in each culture.