

GLAVA 1

SLIKA O SEBI

Zamislite sebe голу pred ogledalom. Okrećite se polako. Da li vam se sviđa ono što vidite? Pređite rukom preko svojih oblina. Da li vam se sviđa ono što osećate? Pokušajte da kažete nešto lepo svakom delu tela. U početku će možda biti teško. Skoro svaka će kritikovati neki deo svoga tela – ponekad rečima " ništa ne valja", pokušaće da ga sakrije od pogleda drugih i stideti se njega čak i u prisustvu svojih prijatelja i ljubavnika.

Veoma često se osećamo neprijatno zbog svog fizičkog izgleda. Kosa nam je ili suviše ravna ili pak kovrčava, nos je premali ili isuviše veliki, grudi su prevelike ili male, stomak debeo, telesna građa suviše koščata. Ne podnosimo svoje malje i miris tela. A genitalije – pa njih jednostavno pokušavamo da ignorišemo; između ostalog one pripadaju našim ljubavnicima ili lekarima, ali ne i nama. Veoma često sebe poredimo

sa drugima; nikada nismo zadovoljne svojim izgledom. Osećamo se ružno, nesavršeno. Ukoliko nam drugi kažu da smo lepe, nećemo, ne možemo da poverujemo u to, ili se pak plašimo da ćemo izgubiti svoju lepotu. Trošimo dragoceno vreme i novac pokušavajući da izmenimo svoj izgled. Izložićemo svoje zdravlje riziku upotrebom kozmetičkih i vaginalnih dezodoransa koji sadrže štetne hemikalije, podvrgavanjem niskokaloričnoj dijeti koja nas lišava neophodnih hranljivih sastojaka, farbama za kosu sa kancerogenim sastojcima, odećom i obućom koja ozbiljno ograničava našu slobodu kretanja, i sumnjivim hirurškim zahvatima poput skidanja sala i zatezanja lica. Spoljašnji izgled isuviše često utiče na važna životna pitanja: mnogi poslodavci zahtevaju određeni izgled da bismo dobili ili zadržali posao. Vrlo je teško, a da ne sudimo o sebi ili o drugima – o "prihvatljivosti" svojih tela. Teško je odupreti se procenama o prikladnosti sopstvenog i tuđih tela.

Razgovor sa drugim ženama o izgledu tela pomažu nam da promenimo držanje prema sopstvenom telu i da ga prihvatimo onakvim kako jeste. To možemo da uradimo bilo kada i tako promenjene da nastavimo živeti do kraja svog života.

Od presudne važnosti je da se kritički odnosimo prema prećutnim zahtevima da izgledamo na određeni način. Dok rastemo, uče nas da o svojim telima razmišljamo uglavnom u kontekstu *izgleda*. Zarana nam biva saopšteno: moraš dobro izgledati da bi bila prihvaćena, da bi zadovoljila muškarce.

Muš mi je za trideseti rođendan poklonio ogledalo u prirodnoj veličini samo da bi me podsetio da bi trebalo da vodim računa o svom izgledu.

Svako društvo kroz istoriju je imalo svoja poimanja lepote, ali nikada nije bilo kao danas da nam intezivnim medijskim kampanjama saopštavaju kako treba da izgledamo. Naslovne strane časopisa, filmovi, TV emisije, plakati okružuju nas jednoobraznim slikama koje ne odražavaju bogatstvo naših različitosti. Nikada ranije nisu postojale stotine poslova zamišljene da profitiraju tako što nas ubeđuju da ne izgledamo dovoljno dobro. ^itava industrija zavisi od prodaje proizvoda sa naslikanim "lepim" ženama, igra na kartu naše nesigurnosti i straha od nesavršenosti.

Prirodno je da želimo da izgledamo i da se osećamo dobro, da nosimo boje i materijale koji nam pristaju, da se osećamo privlačnima i poštovanim.

Problem je u tome što mediji propagiraju "dobro izgledaj" toliko silovito, tako da samo neke od nas veruju da su stvarno uspele. U mnogim kulturama i istorijskim periodima žene su bile ponosne na svoje obline – debljina je bila znak plodnosti, obilja, sposobnosti da se preživi. Međutim, stvari su se neverovatno preokrenule. Slika idealne žene je mlada, vitka, dobro građena, po mogućstvu plavuša, našminkana i besprekorno doterana. Izgled žene može da se neprestano menja (velike grudi nisu u modi ove godine, sada su male grudi *in*, ove godine su u modi plavuše, a crнке su *out*), tako da smo primorane da pratimo aktuelni imidž i da se njemu prilagođavamo jer to društvo zahteva od nas.

Ukoliko se svojim izgledom uklapamo u trenutne zahteve industrije lepote, možda uopšte nećemo biti svesne pritiska kojim smo izložene. Međutim, ako se očigledno "razlikujemo" – debeli smo, stari, druge boje kože ili imamo neki fizički nedostatak – suočavamo se sa pritiskom sve otvorenije i svaki dan. Žene koje se ne uklapaju u trenutni imidž, izložene su poruzi, ismejavanju i kritikama svoje okoline, što otežava skoro svakoj ženi da voli sebe i prihvata sebe onakvu kakva jeste. Ukoliko nas naši prijatelji i porodica vole onakve kakve jesmo, mediji mogu mnogo manje da utiču na nas.

Mnogo je žena u našoj okolini koje se kreću uz pomoć štaka ili u invalidskim kolicima, imaju oslabljen vid, oštećen govor ili sluh, ili su postale invalidi posle saobraćajnog udesa. Da li smo se ikade zapitale šta se dešava sa tim ženama? Mnoge od njih žive tiho, povučeno i skoro su nevidljive, izabrale su da se sakrivaju od očiju javnosti.

Sa telom koje ne može da se "meri", vrlo brzo naučimo šta naša kultura očekuje od žene

Što se više razlikujemo od tzv. "normalnog", sve je manje prijatelja, srodnika, lekara koji prihvataju ili nam dozvoljavaju da budemo senzualne i privlačne. Ukoliko ne možemo da imamo decu onda nas ljudi sažaljavaju što ne možemo da budemo "prave" žene. Ukoliko ne zadovoljavamo svojim fizičkim izgledom, očekuje se od nas da to nadoknadimo: učimo se da budemo nasmejane i da budemo slatke, da izigravamo klovnove da se ljudi ne bi osećali nelagodno u našoj blizini. Ili zato što se osećamo bezvredno, povlačimo se u sebe.

I ostali "ženski" stereotipi brzo izbijaju na površinu – slabe smo, manje inteligentne, potrebna nam je zaštita. Ako ne možemo da upravljamo svojim pokretima ili telesnim funkcijama, ljudi misle da smo mentalno retardirane. "Moja majka epilepsiju doživljava kao mentalnu bolest." "Kada vide moje telo, ljudi ne očekuju od mene da budem pametna." Kao i sa drugim ženama, čak i više, sa nama se postupa kao da smo deca i onda kad zađemo u godine. ("Štipkaju me za obraze i upotrebljavaju reči kojima se obraćaju deci u prvom ili drugom razredu." "Lekari i dalje razgovaraju sa mojim roditeljima ili sa pratiocima, izbegavajući da se meni obrate direktno, kao da sam neko dete, već mi je muka od toga.") Nama ženama sa fizičkim nedostatkom, teško je, ali važno da se izborimo za svoje pravilno odrastanje, svoju snagu, individualnost i inteligenciju. Ovaj korak je odlučujući za svaku ženu.

Zato što imamo "neodgovarajuća" tela trpimo diskriminaciju na poslu što izaziva snažnu potrebu za "prilagođavanjem" i minimiziranjem razlika. Pritisak okoline zbog nedostatka koji imamo, čini da osećamo izolovane i onemogućene da potražimo fizičku i emocionalnu podršku koju zaslužujemo. Nepristupačne građevine i druge nepogodnosti nam takođe otežavaju potpuno učestvovanje u društvu. Kao što je jedna žena rekla: "Nismo mi nesposobne, već nas društvo svojim neprihvatanjem čini nesposobnima". Pre ili kasnije, ukoliko budemo imale sreće, spoznaćemo svoju ograničenost zbog prinude da uvek sakrivamo svoja stvarna osećanja i istinu o svojim životima.

Pošto su mi skinuli proteze sa dvanaest godina, sve živo sam radila da bih sakrila svoje mršave, osakaćene noge, i čak sam nosila dokolenice ili dugačke pantalone po najgorim vrućinama. Narastao je moj gnev zbog ograničenja koja sam prihvatila. Druge invalidkinje su mi pomogle da doprem do osećanja potisnutih iz straha da će me ljudi odbaciti. Počela sam jednostavno da sagledavam ta iskustva kao nešto što se desilo, a nisam sebe potcenjivala zbog njih. Sada nosim kratke pantalone kad god to želim, i volim svoje noge takve kakve jesu.

Zavoleti i prihvatiti svoje telo je težak proces za svaku ženu u ovom društvu, a posebno ženama sa fizičkim nedostacima.

Konačno, volim svoje telo, i zbog nedostatka koji imam ova izjava je dobila posebno značenje. Nešto nije "u redu" sa mojim telom, pa kako upšte mogu da se nosim sa tim ili da uživam u životu. Jednostavan odgovor glasi: Ja nemam izbora, a želim da uživam u životu. Odgovor bi mogao da glasi da ništa ne fali mom telu. U njemu sam ceo svoj život, rođena sam sa njim i umreću sa njim. Ono je deo mene i moram da živim sa njim.