Date of Publication: 9 ജൂൺ 2019
വോള്യം 17/ലക്കം 5 / വില 20/-
ISSN 2319 - 9741

അന്വേഷി
പ്രസിദ്ധീകരണം

സംഘടിത

ശരീരം

കവർ ചിത്രം: ഫ്രീഡ കാഹ്ലോയുടെ റൂട്ട്സ്

സംഘടിത

സംഘടിത/ ജൂൺ 2019/വോള്യം 17/ലക്കം 5

ലൈംഗികതയും ജൈവരാഷ്ട്രീയവും 6
ശ്രീപ്രിയ ബാലകൃഷ്ണൻ

പെണ്ണുടൽ നിർമ്മിതിയുടെ
സവർണ്ണരാഷ്ട്രീയം 12
അശ്വനി എ.പി.

ഇന്ത്യ ഹിന്ദുത്വഭരണത്തിലേക്ക് 17
പെൺപക്ഷം/**അജിത കെ.**

സ്ത്രീകളുടെ ആരോഗ്യം: വ്യായാമം,
ഭക്ഷണം-അബദ്ധധാരണകൾ 18
അഞ്ജു ഹബീബ്

ആർത്തവത്തിന്റെ ജീവശാസ്ത്രം 23
നജ്മ നുസൈഫ സലാം

സ്ത്രീ, ശരീരം, സിനിമ : ഒരാലോചന 26
അർച്ചന പദ്മിനി

അചഞ്ചലയായി മുന്നോട്ട് 28
മായാ ആൻ ജോസഫ്

പെണ്ണുടൽ ആരുടെ തോന്നലാണ്? 30
അമീറ അയിഷാബീഗം

സന്തോഷമുള്ള സഹവാസം 41
വാസ്തവം/**ഡോ. ജാൻസി ജോസ്**

സ്ത്രീശരീരത്തിന്റെ ശാസ്ത്രം 42
രോഹിണി

ചിതലുകളുടെ ഘോഷയാത്ര 45
കവിത/**ആര്യ ഗോപി**

ഉടൽ പണിയുന്ന തടവറക്കുള്ളിൽ 46
സംഗീത ചേനംപുല്ലി

അവൾ 54
കഥ/**റാഷിദ നാസി**

ആകാശവും ഭൂമിയും തൊട്ട് 56
പുസ്തകപരിചയം/**ജി ഉഷാകുമാരി**

ഗ്രേസി ഫിലിപ്പ് മിണ്ടുന്നു 58
കവിത/**സന്ധ്യ ഇ**

ഉറക്കെ വായിച്ചു കേൾക്കുന്ന കത്തുകൾ 59
വഴിത്താരകൾ/**ജാനകി**

പ്രാണവായുവും കുപ്പിയിലെത്തുന്ന കാലം 61
ശാസ്ത്രം/**സീമാ ശ്രീലയം**

ഫോട്ടോ ഫീച്ചർ : ചിത്രകാരികളുടെ സ്വശരീരചിത്രങ്ങൾ

എഡിറ്റർ:ഡോ. ഷീബ കെ.എം. **മാനേജിംഗ് എഡിറ്റർ:**കെ.അജിത **എക്സി.എഡിറ്റർ :** ഡോ. ജാൻസി ജോസ്, **ഗസ്റ്റ് എഡിറ്റർ:** സംഗീത ചേനാംപുല്ലി, **പത്രാധിപസമിതി**: രാജലക്ഷ്മി കെ.എം., ജ്യോതി നാരായണൻ, ഡോ. പി. ഗീത, ഡോ.ഖദീജ മുംതാസ്, അഡ്വ.കെ.കെ.പ്രീത, ഡോ. ഷീബ ദിവാകരൻ, ഡോ. ഷംഷാദ് ഹുസൈൻ, സുൽഫത്ത്, ഡോ. സോണിയ ജോർജ്. **എക്സിക്യൂട്ടീവ് കമ്മിറ്റി** : അമീറ വി.യു, ഡോ.ഷർമ്മിള.ആർ, ഗാർഗി ഹരിതകം, ഡോ.മുത്തുലക്ഷ്മി കെ., ഡോ. മിനി പ്രസാദ്, ശ്രീജിത **ഉപദേശകസമിതി** : സുഗതകുമാരി, പ്രൊഫ. എം. ലീലാവതി, ഡോ. ശാരദാമണി, ഡോ. മല്ലികാസാരാഭായ്, ഡോ. ബീനാപോൾ**ലേഔട്ട് & കവർ** : ശാലിനി.പി.എം., **വെബ്സൈറ്റ്** : വസന്ത പി. **പ്രിന്റിംഗ്** : ഏ-വൺ ഓഫ്സെറ്റ് പ്രിന്റ്സ്, 0495 2441934, 2442934

സംഘടിത മാസിക
അന്വേഷി വിമൻസ് കൗൺസലിംഗ് സെന്റർ, കോട്ടൂളി, കുതിരവട്ടം പി.ഒ., കോഴിക്കോട്, ഫോൺ: 0495 2744370
sanghadithacalicut@gmail.com, anweshicalicut@gmail.com www.anweshi.org www.sanghaditha.com
Federal Bank, A/c.No. 14130100072122, IFSC: FDRL0001413

മുഖപ്രസംഗം

ഷീബ കെ.എം.

തെരഞ്ഞെടുപ്പ് ഫലം പ്രഖ്യാപിക്കപ്പെടുമ്പോൾ രാജ്യത്തിന് ആശാനിർഭരമായ പുത്തനുണർവുണ്ടാവുമെന്ന് ഓരോ ജനാധിപത്യവിശ്വാസിയും പ്രത്യാശിച്ചു. ഫലം മറിച്ചായിരുന്നു. ഹിന്ദുത്വശക്തികളെ എതിർത്തു തോൽപിക്കാൻ പോന്നതായില്ല നമ്മളുണ്ടാക്കിയ രാഷ്ട്രീയസമവാക്യങ്ങൾ എന്നു വേണം വിലയിരുത്താൻ. മറ്റെല്ലാ പരിഗണനകളും മാറ്റിവെച്ച് രാഷ്ട്രത്തിന്റെ സാമൂഹ്യ ഉടലിനെ കാർന്നുതിന്നുന്ന ഹിംസാത്മകശക്തികളെ നേരിടാൻ നാം കുറേക്കൂടി സജ്ജമാകേണ്ടതായിരുന്നു. എന്നിരുന്നാലും ഇത്രയും പരാജയത്തിനൊടുവിലും നിരാശയല്ല പോംവഴി. ഏകാധിപത്യങ്ങളും അക്രമോത്സുകമായ തേർവാഴ്ചകളും ഒരുനാൾ അവസാനിക്കും. ദുരധികാരം ഒരു നാൾ ചോദ്യം ചെയ്യപ്പെടുക തന്നെ ചെയ്യും. ചരിത്രം സാക്ഷി. രാഷ്ട്രീയ ജാഗ്രതയുടെയും ശക്തമായ സംഘാടനത്തിന്റെയും മാത്രമാണിന്നാവശ്യം.

ജൂൺ മാസം മറ്റൊരു അദ്ധ്യയനവർഷത്തിന്റെ തുടക്കം കുറിക്കുകയായി. പാഠപുസ്തകങ്ങളും പാഠ്യപദ്ധതിയുമൊക്കെ സാംസ്കാരികദേശീയതയുടെ ഇടുങ്ങിയ രാഷ്ട്രീയ അജണ്ടകൾക്കും കോർപ്പറേറ്റ് താൽപര്യങ്ങൾക്കും വിധേയമായിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. പുതിയ ദേശീയ വിദ്യാഭ്യാസനയത്തിന്റെ കരടുരേഖ നൽകുന്ന ആപൽസൂചന ഇതാണ്. വരും തലമുറയുടെ ബോധബോധ്യങ്ങളെ സ്വതന്ത്രമാക്കാൻ നമുക്കെവിടെയാണ് ഇടപെടാൻ കഴിയുക എന്നാലോചിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

സ്ത്രീശരീരം കാലാകാലങ്ങളിൽ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ അന്വേഷണങ്ങൾക്കും കലയുടെയും സാഹിത്യത്തിന്റെയും പ്രതിനിധാനങ്ങൾക്കും പാത്രമായിട്ടുണ്ട്. ഓരോ സംസ്ക്കാരവും അതിന്റെ സൗന്ദര്യനിർമ്മിതികളുടെ വാർപ്പുമാതൃകകളിൽ സ്ത്രീശരീരത്തെ നിർവചിക്കുന്നു. അതിനാൽ ഓരോ സമൂഹങ്ങളിലേയും പുരുഷാധികാരകാഴ്ചയെ പ്രീതിപ്പെടുത്തുന്ന ആകൃതിയും മേനിനിറവും നേടിയെടുക്കാൻ സ്ത്രീകൾ സമ്മർദ്ദത്തിലാവുന്നുണ്ട്. മാനകങ്ങളെ മുൻനിർത്തി നിർമ്മിച്ചെടുക്കുന്ന 'സുന്ദര' ശരീരങ്ങളെ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്ന സൗന്ദര്യമത്സരങ്ങളും അവയെ മുതലെടുക്കുന്ന സൗന്ദര്യവർദ്ധകവസ്തുക്കളുടെ വിപണിയും സ്ത്രീകളിൽ സൗന്ദര്യലക്ഷ്യങ്ങൾക്ക് ആക്കം കൂട്ടുന്നു. കളിയാക്കപ്പെടാതെ അംഗീകരിക്കപ്പെടുന്ന, പുകഴ്ത്തപ്പെടുന്ന ശരീരങ്ങളായിത്തീരാൻ സ്ത്രീകൾ അപകടകരമാം വിധം സ്വന്തം ശരീരങ്ങളെ ക്രമീകരിക്കുന്നതും നാം ചുറ്റിലും കാണുന്നു. സ്വന്തം ശരീരത്തെ -അതെങ്ങനെയുള്ളതായാലും- ഓർത്ത് അഭിമാനിക്കാൻ കഴിയുന്നൊരു സാഹചര്യം നമുക്ക് ഉണ്ടാവണം. 1968ൽ മിസ് അമേരിക്ക മത്സരത്തിനെതിരെ പ്രതിഷേധിച്ച നാനൂറോളം സ്ത്രീകൾ പ്രതീകാത്മകമായി ബ്രാ കത്തിക്കാൻ ശ്രമിച്ചത് ഇവിടെ ഓർക്കേണ്ടതുണ്ട്. പരകാഴ്ചയിൽ സ്ത്രീ വെറും ശരീരമായി ചുരുങ്ങിപ്പോകുന്നതിലുള്ള പ്രതിഷേധം റാഡിക്കൽ സ്ത്രീവാദത്തിലുടനീളം കാണാം.

എന്നാൽ ശരീരം വെറും ദുർബലമായ അവസ്ഥയുടെ സൂചനയാണോ സ്ത്രീകൾക്ക്? പഴഞ്ചൊല്ലിൽ 'പണ്ടേ ദുർബല'യാണെങ്കിലും ജീവിതത്തിൽ അങ്ങനെയല്ലല്ലോ. അനേകം ജോലികൾ ഒന്നിച്ചു ചെയ്യുന്ന, തളർച്ചയിലും പിന്നോട്ട് പോകാത്ത ജീവിതാവസ്ഥകളുണ്ടായിട്ടും ദുർബലയെന്ന മുദ്രകുത്തലിൽ മാറ്റമുണ്ടാവുന്നില്ല. നൃത്തത്തിലും നാടകത്തിലും സിനിമയിലുമൊക്കെ ശരീരത്തെ അതിമനോഹരമായി സ്ത്രീകൾ ആവിഷ്ക്കരിക്കുന്നുണ്ട്. ദേഹിയോളം തന്നെ ദേഹവും പരിഗണിക്കപ്പെടേണ്ടതുണ്ടെന്നർത്ഥം! ശരീരത്തിന്റെ നാനാർത്ഥങ്ങളെ ആവിഷ്ക്കരിക്കുന്ന സംഗീത ചേനംപുല്ലി അതിഥി പത്രാധിപയായ ഈ ലക്കം സംഘടിത വായനക്കായി സമർപ്പിക്കുന്നു.

അതിഥിപത്രാധിപക്കുറിപ്പ്

സംഗീത
ചേനാംപുല്ലി

പെണ്ണുടലിന്റെ രാഷ്ട്രീയക്കാഴ്ചകൾ

ഊതിക്കാച്ചിയ പൊന്നെന്നും നാശത്തിന്റെ ചതുപ്പുനിലമെന്നും ഒരേ സമയം വിശേഷിപ്പിക്കപ്പെടുന്നത് ഒന്നേയുള്ളൂ ഉലകിൽ, അത് പെണ്ണിന്റെ ഉടലാണ്. ഏത് അപൂർവ്വ പ്രതിഭകളേയും ഒറ്റനോട്ടത്തിന്റെ അഴുക്കുകൂനയിലിട്ടുരുട്ടി ആൺലോകം അവളെ വെറും പെൺശരീരം മാത്രമാക്കി മാറ്റുന്നു. സമൂഹത്തിന്റെ ആൺനോട്ടം തന്നെയാണ് പലപ്പോഴും സ്വന്തം ശരീരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള സ്ത്രീയുടെ കാഴ്ചപ്പാടിനേയും നിർമിച്ചെടുക്കുന്നത്. സമൂഹം ആഗ്രഹിക്കുന്ന തരത്തിൽ തന്റെ ശരീരത്തെ ഒരുക്കി പ്രദർശിപ്പിക്കാനും മറച്ചുവെക്കാനും അവൾ നിർബന്ധിതയാക്കപ്പെടുന്നു. അതിനാൽ തന്നെ സ്വന്തം വസ്ത്രമുൾപ്പടെ സ്വശരീരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തെരഞ്ഞെടുപ്പുകൾ ഇന്നും സ്ത്രീക്ക് ഏറെക്കുറെ അസാധ്യമാണ്. മാത്രമല്ല പുരുഷന് ഏതുസമയത്തും കടന്നുകയറാവുന്ന വസ്തുവായി സ്ത്രീശരീരം ചരക്കുവത്കരിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. സ്വതന്ത്ര്യമായ ശരീരചലനങ്ങൾ പോലും വിലക്കപ്പെടുന്ന കാലത്ത് സ്ത്രീയുടെ ശരീരത്തെ സംബന്ധിച്ച് ജീവശാസ്ത്രപരവും, സാമൂഹികവും സാംസ്കാരികവുമായ ചർച്ചകൾക്ക് തീർച്ചയായും പ്രസക്തിയുണ്ട്. അത്തരം ആലോചനകൾ മുന്നോട്ടുവെക്കുന്ന ലേഖനങ്ങളാണ് ഈ ലക്കം സംഘടിതയിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. ശരീരത്തിന്റെ ജീവശാസ്ത്രം മുതൽ ലിംഗപദവിയിൽ ശരീരത്തിന്റെ സ്ഥാനം വരെ വിവിധ വിഷയങ്ങൾ ഈ ലക്കത്തിൽ അവതരിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു.

പോണോഗ്രഫിയെ സംബന്ധിച്ചുള്ള നൈതിക സമസ്യകളെ ചർച്ചക്ക് വെക്കുന്നതാണ് ശ്രീപ്രിയ ബാലകൃഷ്ണന്റെ ലേഖനം. പോണോഗ്രഫി ആസ്വദിക്കുന്ന സ്ത്രീകൾ റേപ്പ് ഫാന്റസികൾ കൊണ്ടുനടക്കുന്നവരാണ് എന്നും പോണോഗ്രഫി, ലൈംഗികതയിൽ സ്ത്രീപുരുഷ സമത്വം സാധ്യമാക്കുന്നു എന്നുമുള്ള പരസ്പര വിരുദ്ധമായ ധാരണകൾക്ക് പിന്നിലെ വാസ്തവം തിരയുകയാണ് ലേഖിക. ലൈംഗികവ്യവസായത്തെ ഫെമിനിസ്റ്റ് കാഴ്ച്ചപ്പാടിൽ നിന്ന് വിശകലന വിധേയമാക്കുന്നു. സ്ത്രീശരീരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള സവർണ്ണ കൽപ്പനകളെ സാഹിത്യത്തേയും പരസ്യങ്ങളെയും മുൻനിർത്തി പരിശോധിക്കുകയാണ് അശ്വനി എ പി പെണ്ണുടൽ നിർമ്മിതിയുടെ സവർണ്ണരാഷ്ട്രീയം എന്ന ലേഖനത്തിലൂടെ. സീത, മണ്ഡോദരി എന്നീ നായികമാരും ശൂർപ്പണഖയും തമ്മിലുള്ള ശാരീരിക വൈരുധ്യങ്ങൾ സാഹിത്യത്തിൽ സ്ത്രീ എങ്ങനെ ചിത്രീകരിക്കപ്പെടുന്നു എന്നതിന്റെ ഉദാഹരണമാണ്. പെണ്ണായാൽ പൊന്നുവേണം എന്ന് തുടങ്ങുന്ന പരസ്യവാചകത്തിൽ വരെ ഉൾച്ചേർന്നിരിക്കുന്ന സ്ത്രീവിരുദ്ധ രാഷ്ട്രീയത്തെ അനാവരണം ചെയ്യുകയാണിവിടെ.

ട്രാൻസ്ജന്റർ ശരീരം നേരിടുന്ന സാമൂഹ്യമായ അവഹേളനത്തേയും, അതിനെ മറികടന്ന് സ്വാഭിമാനം കണ്ടെത്തുന്നതും എങ്ങനെ എന്ന് അനുഭവത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ നിന്ന് കൊണ്ട് വിശദീകരിക്കുകയാണ് മായ ആൻ ജോസഫ്. അഞ്ജു ഹബീബ് തന്റെ ലേഖനത്തിൽ സ്ത്രീകളുടെ ഭക്ഷണം, വ്യായാമം എന്നിവയെക്കുറിച്ചുള്ള അബദ്ധധാരണകളെ വിശദീകരിക്കുന്നു. ഒപ്പം ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതശൈലീക്രമീകരണത്തെപ്പറ്റിയും ആരോഗ്യം നിലനിർത്താൻ പതിവാക്കേണ്ട വ്യായാമമുറകളെയും പരിചയപ്പെടുത്തുന്നു. പ്രത്യുല്പാദന വ്യവസ്ഥയുടെ ഭാഗമായുള്ള ആർത്തവം എന്ന ജൈവ പ്രക്രിയയെ ശാസ്ത്രീയമായി വിശദീകരിക്കുന്നു ഡോ. നജ്മ. ആർത്തവത്തിന്റെ ഭാഗമായി തലച്ചോറിലും, അണ്ഡാശയത്തിലും, ഗർഭപാത്രത്തിലും സംഭവിക്കുന്ന മാറ്റങ്ങൾ വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഒപ്പം ആർത്തവ രക്തത്തിന്റെ അശുദ്ധിയെ സംബന്ധിച്ചുള്ള സങ്കൽപ്പങ്ങളെ ശാസ്ത്രീയമായി പരിശോധിച്ച് തള്ളിക്കളയുന്നു.

മലയാള സിനിമയിലെ നായികമാരുടെ ബാഹ്യ ലക്ഷണങ്ങൾ, അവ മുന്നോട്ടുവെക്കുന്ന രാഷ്ട്രീയം ഇവ എന്തെല്ലാമാണ് എന്നാണ് അഭിനേത്രിയും വിമൻ ഇൻ സിനിമ കലക്റ്റീവിന്റെ സജീവ പ്രവർത്തകയുമായ അർച്ചന പത്മിനി വിലയിരുത്തുന്നത്. ഉത്തമ സ്ത്രീ -ചീത്തസ്ത്രീ ദ്വന്ദ്വങ്ങൾ സിനിമയിൽ ആവിഷ്കരിക്കപ്പെടുന്നതെങ്ങനെ എന്ന അന്വേഷണം കൂടിയാണ് ഈ ലേഖനം. സ്ത്രീ ശരീരത്തിന്റെ ഘടനയും, ഗർഭാവസ്ഥയിലും, ആർത്തവവിരാമത്തിലുമെല്ലാം അതിനുണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങളുമാണ് ഡോക്ടർ രോഹിണിയുടെ ലേഖനത്തിന്റെ പ്രതിപാദ്യം. ആദർശ ശരീര മാതൃകകൾ ഉരുത്തിരിഞ്ഞതെങ്ങനെ എന്നും അത് സ്ത്രീയിൽ സൃഷ്ടിക്കുന്ന ഉത്ക്കണ്ഠയേയും പറ്റിയാണ് അമീറ ആയിഷാ ബീഗം എഴുതുന്നത്. ഇത്തരം പരമ്പരാഗത സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങളെ അപ്രസക്തമാക്കുന്ന സ്ത്രീകളുടെ പുതിയ പോരാട്ടങ്ങളെപ്പറ്റിയും അവർ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. വസ്ത്രങ്ങളുടെ നിറത്തിലടക്കം പ്രവർത്തിക്കുന്ന സവർണ്ണരാഷ്ട്രീയത്തെ തുറന്നുകാട്ടുന്നു കുക്കു മാധവൻ. കറുപ്പ് ദളിതത്വവുമായി സമീകരിക്കപ്പെടുന്ന സാമൂഹ്യസാഹചര്യത്തിൽ സ്വന്തം ശരീരനിറത്തെ ആഘോഷിക്കുന്നതെങ്ങനെ എന്നും അവർ പറയുന്നു.

സ്ത്രീശരീരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള പലകോണുകളിൽ നിന്നുള്ള പെൺവീക്ഷണങ്ങൾ വായനക്കാർക്കായി അവതരിപ്പിക്കുന്നു ഈ ലക്കം.

(ഡോ. സംഗീത ചേനംപുല്ലി, കോഴിക്കോട് ഗവ. ആർട്സ് ആന്റ് സയൻസ് കോളേജിൽ കെമിസ്ട്രി വിഭാഗം അസിസ്റ്റന്റ് പ്രൊഫസർ. എഴുത്തുകാരിയും പ്രഭാഷകയും. ഉപന്യാസത്തിനുള്ള കുട്ടേട്ടൻ സ്മാരക പുരസ്കാരം (2015), പായൽബുക്സ് കവിതാപുരസ്കാരം (2016), ദേവകി വാര്യർ സ്മാരക സാഹിത്യപുരസ്കാരം (2019) എന്നിവ ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട്.)

**ശ്രീപ്രിയ
ബാലകൃഷ്ണൻ**
ഇംഗ്ലീഷ് വിഭാഗം അദ്ധ്യാപിക,
വിക്ടോറിയ കോളേജ്, പാലക്കാട്

ലൈംഗികതയും ജൈവരാഷ്ട്രീയവും

ആൺ ഭാഷയിലൂടെയും ആൺ നോട്ടത്തിലൂടെയും അല്ലാതെ സ്ത്രൈണ ലൈംഗികതയ്ക്ക് സ്വന്തമായ ഒരു നിലനിൽപ്പ് ഉണ്ട് എന്നും അതു ഭാഷയിലേക്ക് പകർത്തപ്പെടണം എന്നും വിശ്വസിച്ച രണ്ടാം ഫെമിനിസ്റ്റ് കാലഘട്ടത്തിന്റെ വക്താക്കളായിരുന്നു ഇത്തരത്തിൽ സ്ത്രീപക്ഷ പോൺ എഴുതിയിരുന്നത്. കവിതയും സങ്കൽപ്പവും തീവ്രമായ ഇന്ദ്രിയാനുഭവങ്ങളുടെ വിവരണങ്ങളും ഒക്കെ അടങ്ങിയ താരതമ്യേന സാവധാനത്തിൽ ഉള്ള വൈകാരികമായ മൂർദ്ധന്യങ്ങളിലേക്ക് എത്തുന്ന കാമോദ്ദീപകസാഹിത്യം (Erotica) ആയിരുന്നു നിന്നിന്നേത്.

ഒരിക്കൽ രണ്ട് ആൺ സുഹൃത്തുക്കളുമായി പോണോഗ്രഫിയെക്കുറിച്ച് ഒരു വാഗ്വാദത്തിൽപ്പെട്ടു പോയത് രസകരമായ ഒരു ഓർമ്മയാണ്. സ്ത്രീകൾ പോൺ ആസ്വദിക്കും എന്നും അതിലിത്ര സങ്കീർണ്ണത എന്തിരിക്കുന്നു എന്നും ഞാൻ പറയുകയും സുഹൃത്തുക്കൾ ഒരു പോലെ 'ആണത്ത- വിശദീകരണം' mansplain തുടങ്ങുകയും ഒരുമിച്ചായിരുന്നു. സ്ത്രീകൾ പോൺ കാണും എന്നതിലും ആസ്വദിക്കും എന്നതിലും രണ്ടാൾക്കും തർക്കമില്ല. കേവല സദാചാര സമ്മർദ്ദങ്ങൾക്കൊക്കെ അതീതമായി ഏതു വിഷയത്തെയും സാംസ്കാരിക പഠിതാവിന്റെ നിർമ്മമതയോടെ നോക്കാനൊക്കെ ശീലിച്ച സ്വയം പ്രഖ്യാപിത അക്കാഡമിക്കുകൾ ആയിരുന്നു അവർ. ആ നിലയ്ക്ക് 'അശ്ലീലസാഹിത്യം' എന്ന് പോണോഗ്രഫിയെ വിവർത്തനം ചെയ്യുന്ന മലയാളി ഉപബോധത്തിന്റെ പരിമിതികളെക്കുറിച്ചൊക്കെ അവർ ബോധവാന്മാരായിരുന്നു. അവർക്ക് പോണിനോടോ സ്ത്രീകൾ പോൺ കാണുന്നതിനോടോ വിയോജിപ്പ് ഉണ്ടാകേണ്ട കാര്യമില്ലല്ലോ. എന്നാൽ അവരുടെ വ്യത്യസ്തമായ ആശങ്കകൾ ഈ വഴിക്കായിരുന്നു. ഒരാൾ കരുതിയത് പോൺ പ്രാഥമികമായും സ്ത്രീ വിരുദ്ധം ആയതു കൊണ്ട്, പോൺ കണ്ട് ഇഷ്ടപ്പെടുന്നതിലൂടെ സ്ത്രീകൾ തെളിയിക്കുന്നത് അവരുടെ ലൈംഗികചോദന ആത്യന്തികമായും ആധിപത്യങ്ങൾക്ക് വഴങ്ങുന്നതും ആ വഴങ്ങൽ ആസ്വദിക്കുന്നതും തന്നെയല്ലെ എന്നായിരുന്നു. അതായത് 'റേപ്പ്' ഫാന്റസി അല്ലെ എല്ലാ പെണ്ണിന്റെയും ഉള്ളിലിരുപ്പ് എന്ന ആ നിഷ്ളങ്കമായ ആൺചോദ്യം തന്നെ. രണ്ടാമത്തെ സുഹൃത്താകട്ടെ മറ്റൊരു ആശങ്കയാണ് മുന്നോട്ടുവച്ചത്. പോണോഗ്രഫി യഥാർത്ഥത്തിൽ അതീവ

സമർത്ഥമായ, സങ്കീർണ്ണമായ ഒരു സ്ത്രീ പുരുഷ തുലനം ആണ് കാഴ്ചവെക്കുന്നത് എന്നും അതു കൊണ്ടുതന്നെ ഇത് സ്ത്രീ വിരുദ്ധമാണെന്ന ചില ഫെമിനിസ്റ്റ് ധാരണകൾ പൂർണ്ണമായും തെറ്റാണെന്നും ആണ് ഈ സുഹൃത്ത് വാദിച്ചത്. ഈ രണ്ടു വീക്ഷണങ്ങളുടെയും പരിമിതി ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ ശ്രമിച്ചുകൊണ്ട് പ്രതിരോധത്തിൽ ഉറച്ചു നിന്നത് കാലങ്ങളായി ആൺബോധങ്ങളാൽ മാത്രം നിർമ്മിച്ചും നിർവ്വചിച്ചും എഴുതപ്പെട്ടും പോന്നു വന്ന ലൈംഗികതാ വ്യവഹാരങ്ങളുടെ ചരിത്രം ഓർത്തു കൊണ്ടു തന്നെയായിരുന്നു. സ്ത്രീ ലൈംഗികത ആത്യന്തികമായും വഴങ്ങലിന്റേതാണ് എന്നും അതുകൊണ്ടു തന്നെ സ്ത്രീകൾക്കും ആസ്വദിക്കാൻ കഴിയുന്നവയായ ഹാർഡ്കോർ പോണിനെതിരെയുള്ള ഫെമിനിസ്റ്റ് എതിർപ്പുകൾ വെറും അതിശയോക്തിപരമാണെന്നും ഉള്ള വീക്ഷണങ്ങൾ പുതിയതോ വേറിട്ടതോ അല്ല. പോണോഗ്രഫി എന്ന എഴുത്തുമുറ ഉരുത്തിരിഞ്ഞ കാലം മുതൽക്കുള്ള അടിസ്ഥാന പരമായ ആൺബോധവീക്ഷണം ആണ് ഇത് രണ്ടും. 1960 കൾ മുതൽ പോർണോഗ്രഫിയോടുള്ള ഫെമിനിസ്റ്റ് സമീപനങ്ങളിൽ തന്നെ വലിയ ഒരു വിള്ളൽ വീഴ്ത്തിയ പല വാഗ്വാദങ്ങൾക്കും വഴി തെളിച്ചത് ഈ വീക്ഷണത്തോടുള്ള സ്ത്രീപക്ഷ പ്രതിവാദങ്ങളാണ്. ഈ പ്രതിവാദങ്ങളിലൂടെയാണ് ഇന്ന് പോണോഗ്രഫിയും ജൈവരാഷ്ട്രീയവും തമ്മിലുള്ള അഭേദ്യമായ ബന്ധങ്ങൾ വെളിപ്പെട്ടുവരുന്നതും.

'പോൺ' എന്ന ധാതു ലൈംഗിക അമിതത്വത്തിനെ സൂചിപ്പിക്കാനായി ആദ്യമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് പതിനെട്ടാം നൂറ്റാണ്ടിൽ ഫ്രാൻസിലാണ്. പോർണിയോൺ അഥവാ വേശ്യാലയം എന്ന ഗ്രീക്ക് പദത്തിൽ നിന്ന് കടം കൊണ്ട ധാതുവാണ് പോൺ. ലൈംഗികതയുടെ വ്യാപാരികൾ എന്ന അർത്ഥത്തിൽ ആണ് പെർണനൈ (വ്യാപാരം) എന്ന ഗ്രീക്ക് വാക്കിൽ നിന്ന് 'പോണെ' എന്ന് വേശ്യാവൃത്തിയെ വിളിക്കുന്നത്. പൊതുവേ ഹാർഡ്കോർ പോൺ, സോഫ്റ്റ് പോൺ എന്ന് രണ്ടു വിഭജനം ആണ് പോണോഗ്രഫിക്ക് ഉള്ളത്. എങ്കിലും ഇറോട്ടിക അഥവാ കാമോദ്ദീപക സാഹിത്യം എന്ന നൂറ്റാണ്ടുകൾ പഴക്കമുള്ള സാഹിത്യരൂപത്തിന്റെ പതിനേഴാം നൂറ്റാണ്ടു മുതൽ ഇങ്ങോട്ട് ഉണ്ടായ വകഭേദങ്ങളാണ് ഇന്ന് ഇന്റർനെറ്റിൽ ഉള്ളതടക്കം ആത്യന്തികമായും എല്ലാ പോണോഗ്രഫി ഇനങ്ങളും. ഈ രൂപാന്തരത്തിനു പല കാരണങ്ങളും ഉണ്ട്. പ്രിന്റ് സാങ്കേതികതയുടെ പ്രഭാവം മുതൽ, ജ്ഞാനോദയത്തിനു ശേഷം വളർന്നുപന്തലിച്ച യൂറോപ്യൻ സദാചാരനിഷ്ഠകളും, പുതിയ മൂലധനനിക്ഷേപങ്ങളും അവയ്ക്കു താങ്ങാവേണ്ട മൂല്യബോധങ്ങളും ഒരുപോലെ നിർമ്മിച്ച് രൂപംകൊണ്ട മുതലാളിത്ത വ്യവസ്ഥയും ഒക്കെ ഇറോട്ടികയിൽ നിന്നും പോണിലേക്കുള്ള മാറ്റത്തിനു കാരണങ്ങളാണ്. ഈ ചരിത്രപരമായ കാരണങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാതെ പോണോഗ്രഫി എന്ന സംസ്കാരരൂപത്തെ കേവല ലിംഗപരമായ വേർതിരിവുകളിലൂടെ മാത്രം സമീപിക്കാനാവില്ല. പക്ഷെ ആദ്യകാല ഫെമിനിസ്റ്റ് ലിബറൽ നിലപാടുകളിൽ വരേണ്യമായ ലൈംഗിക സാഹിത്യം ഇറോട്ടിക ആണെന്നും പോൺ അധഃസ്ഥിതമായത് ആണെന്നുമുള്ള ചില ധാരണകളും ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. ഡെൽറ്റ ഓഫ് വീനസ് (Delta of Venus) എന്ന നാൽപ്പതുകളിലെ സ്ത്രീ ഇറോട്ടിക എഴുതിയ അനൈസ് നിന്നിന്റെയൊക്കെ (Anais Nin) നിലപാട് ഇത്തരത്തിൽ ഒരു വരേണ്യവാദമായി വായിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. ഹെലെൻ സിക്സൌസിന്റെ (Helene Cixous) 'ഫെമ്മെ പാർലെ' (Femme Parle) അഥവാ സ്ത്രീഭാഷ എന്ന ആശയത്തിൽ ഊന്നിക്കൊണ്ട് 40 കളിൽ ഒരു പേജിനു ഒരു ഡോളർ എന്ന നിലയ്ക്ക് അനയ്സ് നിൻ എഴുതിയ കുറിപ്പുകളാണ് ഡെൽറ്റ ഓഫ് വീനസ്. ആൺ ഭാഷയിലൂടെയും ആൺ നോട്ടത്തിലൂടെയും അല്ലാതെ സ്ത്രൈണ ലൈംഗികതയ്ക്ക് സ്വന്തമായ ഒരു നിലനിൽപ്പ് ഉണ്ട് എന്നും അതു ഭാഷയിലേക്ക് പകർത്തപ്പെടണം എന്നും വിശ്വസിച്ച രണ്ടാം

ഫെമിനിസ്റ്റ് കാലഘട്ടത്തിന്റെ വക്താക്കളായിരുന്നു ഇത്തരത്തിൽ സ്ത്രീപക്ഷ പോൺ എഴുതിയിരുന്നത്. കവിതയും സങ്കൽപ്പവും തീവ്രമായ ഇന്ദ്രിയാനുഭവങ്ങളുടെ വിവരണങ്ങളും ഒക്കെ അടങ്ങിയ താരതമ്യേന സാവധാനത്തിൽ ഉള്ള വൈകാരികമായ മൂർദ്ധന്യങ്ങളിലേക്ക് എത്തുന്ന കാമോദ്ദീപകസാഹിത്യം (Erotica) ആയിരുന്നു നിന്നിന്റേത്. സാമ്പ്രദായികമായ പോൺ കാഴ്ച്ചകളിലെ അത്യാക്രമണപരതയും കേവലമായ ആൺ ലൈംഗിക പരിസമാപ്തിയും മാത്രം ഉൾക്കൊണ്ട് ശീലമായ വായനക്കാർക്കു വേണ്ടി 'സെക്സിനെ'ക്കുറിച്ച് മാത്രം എഴുതൂ, കവിത ആർക്കും വേണ്ട എന്ന് നിന്നിനെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തുകയായിരുന്നു 'കലെക്റ്റർ'. ഇതിനോട് നിൻ പ്രതികരിച്ചത് സ്ത്രീ ലൈംഗികതയുടെ ചരിത്രനിർമ്മിതിയുടെ ഒരു സുപ്രധാന അംശമായിത്തന്നെ തീർന്നു പിന്നീട്. നിൻ എഴുതി:

പ്രിയപ്പെട്ട കലക്ടർ,

"ഞങ്ങൾ നിങ്ങളെ വെറുക്കുന്നു. ലൈംഗികത പ്രകടവും, അതിരുകടന്നതും, യാന്ത്രികവും ആകുമ്പോൾ അതിനു അതിന്റെ എല്ലാ ഇന്ദ്രജാലവും ശക്തിയും നഷ്ടമാകും. അത് മുഷിപ്പനാവും. ലൈംഗികതയെ വികാരവും വിശപ്പും ആസക്തിയും കാമവും ചാഞ്ചല്യങ്ങളും വ്യക്തി ബന്ധങ്ങളും അഗാധമായ ബന്ധനങ്ങളും ഒക്കെയുമായി ചേർത്തുവച്ചില്ലെങ്കിൽ എന്തു വലിയ തെറ്റാവും അത് എന്ന് നിങ്ങൾ തന്നെയല്ലേ പറഞ്ഞത്?"

സ്ത്രീ ലൈംഗികത കൂടുതൽ ആത്മീയമാണെന്നും എന്നാൽ ആൺ കാഴ്ച്ചയ്ക്കു വേണ്ടി പാകപ്പെടുന്ന പോൺ, ശാരീരികതയിൽ ഊന്നിയുള്ളതാണെന്നും ഉള്ള ഈ പ്രബലമായ ലിബറൽ ഫെമിനിസ്റ്റ് ധാരണ ഇറോട്ടിക് പെർഫോർമെൻസ് ആർട്ടിനു തരതമ്യേന വരേണ്യമായതും പോണോഗ്രഫിക്ക് അധ:സ്ഥിതമായതും ആയ സ്ഥാനങ്ങൾ കൽപ്പിച്ചുനൽകി. ആത്മീയത എന്ന താത്വിക ആശയത്തെ തന്നെ വെല്ലുവിളിക്കുന്ന പുതിയ ഭൗതിക വാദങ്ങളിലൂടെ പക്ഷെ ഈ ധാരണകൾ അട്ടിമറിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. യഥാർത്ഥത്തിൽ ആത്മീയമെന്നു കരുതപ്പെടുന്നതാണ് ജൈവരാഷ്ട്രീയത്തിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ ഭൗതികവൽക്കരിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള മനുഷ്യാവസ്ഥകൾ. യഥാർത്ഥ ശരീരങ്ങളിലൂടെയല്ല നമ്മുടെയൊക്കെയുള്ളിൽ ഉള്ള സങ്കൽപ്പ ശരീരങ്ങളിലൂടെയാണല്ലോ സ്വീകാര്യതയുടെ വാർപ്പുമാതൃകകളും, മാതൃകാ ശരീരങ്ങളും സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്നതും ആശയങ്ങളായി ദൃഢമാക്കപ്പെടുന്നതും. ഇന്റർനെറ്റ് സെക്സ് ചാറ്റ് ഒക്കെ ആദ്യകാലങ്ങളിൽ 'ശരീരമില്ലാത്ത' (disembodied) ലൈംഗിക അനുഭവങ്ങളായാണ് വായിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളത് എന്നത് ഇന്ന് വിരോധാഭാസമായി തോന്നാം.

ഇതോടൊപ്പം ആൺപക്ഷ പോണിനു ബദൽ ആയി സ്ത്രീകൾ നിർമ്മിച്ച സ്ത്രീകൾക്കു വേണ്ടി വിതരണം ചെയ്യപ്പെടുന്ന ഫെമിനിസ്റ്റ് പോണും ഏറെ ജനപ്രീതി നേടുന്നു. ആധിപത്യ/വിധേയത്വദ്വന്ദ്വത്തെ ലിംഗപരമായി മറച്ചിട്ട് സ്ത്രീകൾ അധിപരും (മാസ്റ്റർ) പുരുഷന്മാർ അടിമകളും (സ്ലേവ്) ആകുന്ന ഫെംഡം സാഹചര്യങ്ങൾ, ഇതേ മാതൃക പിന്തുടരുന്ന ലെസ്ബിയൻ പോൺ ഒക്കെ സ്ത്രീപക്ഷമാണ് എന്ന വാദം അതുപോലെ വിഴുങ്ങാനാവില്ലെങ്കിലും അതിന്റെ സങ്കീർണ്ണതകൾ ആൺ-പെൺ ബന്ധങ്ങളുടെ ചരിത്രപരവും സാംസ്കാരികവുമായ നിർമ്മിതികളുടെ പശ്ചാത്തലത്തിൽ കൂടി വായിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

ലൈംഗികധാർമ്മികതയെക്കുറിച്ച്, അതിന്റെ വ്യവസ്ഥാപിത രൂപങ്ങളും ചരിത്രപരമായ പരിണാമങ്ങളും, മതം, മൂലധനം, വംശീയത തുടങ്ങിയവയൊക്കെ അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു കിടക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ചുള്ള അവബോധവുമില്ലാതെ വെറും യാദൃശ്ചികമായ സ്ഥിതിവിവര കണക്കുകളുടെ ചേർച്ചകളെ മാത്രം മുൻ നിർത്തി പറയുവാൻ കഴിയുകയില്ല. എഴുപതുകളിലെ പോൺ വിമർശകരായ 'ആന്റി-പോൺ' വക്താക്കളിൽ ഒരാളായ റോബിൻ മോർഗൺ പറഞ്ഞത് (Robin Morgan 1980) പോണോഗ്രഫി സിദ്ധാന്തവും റേപ്പ് പ്രവൃത്തിയും ആണ് എന്നാണ്. ഇത്തരത്തിൽ അങ്ങേയറ്റം ലളിതവൽക്കരിക്കപ്പെട്ട യുക്തികൾ നിറഞ്ഞ ആൻഡ്രിയ ഡോർക്കിൻ, കതെറിൻ മക്നിനോൺ (Andrea Dworkin, Catherine McKinnon) തുടങ്ങിയ തീവ്ര 'ആന്റി പോൺ' ഫെമിനിസ്റ്റുകളുടെ കടുത്ത പോൺ വിരുദ്ധത സെൻസർഷിപ്പ് നിയമങ്ങൾ ശക്തമാക്കാൻ വഴി തെളിക്കുകയും അതു വഴി കൂടുതൽ പോണോഗ്രഫി മുഖ്യധാരാവൽക്കരിക്കപ്പെട്ട് പരസ്യചിത്രങ്ങളിലേക്കും

സിനിമയിലേക്കും പടരുകയും ചെയ്തു. ഭരണകൂടം നിയമം കൊണ്ട് തടയുവാൻ ശ്രമിക്കുന്ന വെറും ഒരു രൂപകം അല്ല പോണോഗ്രഫി എന്നും മറിച്ച് ഭരണകൂടത്തിന്റെ രീതിശാസ്ത്രം തന്നെ പോണോഗ്രഫിക് ആണ് എന്നുമുള്ള മക്നിനോണിന്റെ വാദം പൂർണ്ണമായും തള്ളിക്കളയാവുന്നതല്ല. കുടുംബം, വിദ്യാഭ്യാസം, ജോലി തുടങ്ങി മനുഷ്യജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ തുറയിലും ഉള്ള ലൈംഗിക അസമത്വത്തിന്റെ തന്നെ പകർപ്പാണ് പോണോഗ്രഫിയിലെ സ്ത്രീ ചൂഷണം എന്നാണ് മക്നിനോൺ പറഞ്ഞത്. ലൈംഗിക തൃഷ്ണയുടെ സത്ത നമ്മളിൽ രൂഢമൂലമായ വ്യവസ്ഥാപിത

പൊതുധാരണകൾ തന്നെയാണല്ലോ. വംശം, ജാതി, നിറം, ശാരീരികമായ പ്രത്യേകതകൾ എന്നിവയേക്കുറിച്ചൊക്കെയുള്ള പൊതുധാരണകൾ ഉൾചേർന്നതാണ് ലൈംഗികതൃഷ്ണ. എന്നാൽ ലൈംഗികത്തൊഴിലിന്റെ കാര്യത്തിൽ എന്ന പോലെ തന്നെ കേവലം ഇരകൾ എന്ന നിലയ്ക്ക് 'രക്ഷപ്പെടുത്തേണ്ട' ചൂഷണം ചെയ്യപ്പെടുന്നവരായി സ്ത്രീകളെ കണ്ടതിനാലാണ് മക്നിനോണിന്റെ സിദ്ധാന്തം ഏറ്റവും എതിർക്കപ്പെട്ടത്. ലൈംഗികതയോടുള്ള സദാചാരപരമായ എതിർപ്പ് നിലനിർത്തുന്ന മതസംഘടനകളും മറ്റും പിന്തുണച്ചു തുടങ്ങിയതോടെ ആന്റി പോൺ കാമ്പെയിനുകൾ പൂർണ്ണമായും തിരസ്കരിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്തു.

കാമോദ്ദീപക സാഹിത്യത്തിൽ ആയാലും പോണോഗ്രഫിയിൽ ആയാലും ലൈംഗിക തൃഷ്ണയുടെ സത്തയായി നിലനിൽക്കുന്നത് ആധിപത്യ/വിധേയത്വ ദ്വന്ദങ്ങൾ തന്നെയാണ്. ഈ ദ്വന്ദ്വത്തിൽ വിധേയത്തഭാവത്തെ സ്ത്രൈണമായിത്തന്നെയാണ് ഗേ-ലെസ്ബിയൻ പോണുകളിലും സൂചിപ്പിച്ചു വരുന്നത്. ശരീരം, ലിംഗപരത എന്നിവയൊക്കെ എങ്ങിനെ സമൂഹസൃഷ്ടികളാണോ അതുപോലെ ലൈംഗിക തൃഷ്ണയും വെറും ജൈവശാസ്ത്രപരമായ അവസ്ഥയല്ല, മറിച്ച് ചരിത്രപരമായതും സാമൂഹിക സാഹചര്യങ്ങളിലൂടെ ഉരുത്തിരിഞ്ഞതുമായ സാംസ്കാരിക നിർമ്മിതികൾ തന്നെയാണ് എന്ന് ഗേയിൽ റൂബിൻ (Gail Rubin) നിരീക്ഷിക്കുന്നു. (Thinking Sex: Notes for a radical theory of the politics of sexuality). ഗേ-ലെസ്ബിയൻ ലൈംഗികതയെ വിശകലനം ചെയ്തുകൊണ്ട് ലിംഗഭേദം ലൈംഗികതയുമായി വളരെയധികം അടുപ്പമുള്ളതും എന്നാൽ തികച്ചും വ്യത്യസ്തമായതും ആയ അനുഭവം ആണ് എന്ന് റൂബിൻ പറയുന്നു. ആണിനായാലും പെണ്ണിനായാലും ഭിന്നലിംഗക്കാരിലായാലും, ഒബ്ജെക്റ്റിഫൈ ചെയ്യുക/ചെയ്യപ്പെടുക എന്നത് ലൈംഗിക തൃഷ്ണയുടെ പ്രാഥമികമായ ഒരു അംശം ആണ്. നഗ്നമാക്കപ്പെട്ട് വിധേയത്വവേഷത്തിൽ ഉള്ള ആണുങ്ങൾ 'ഫെമിനൈസ്ഡ്' ആവുകയാണ് എന്നത് ആൺബോധങ്ങളിൽ ഉറച്ചുപോയ കാഴ്ചയുടെ പരിമിതിമാത്രമാണ്.ഈ വിധേയത്വത്തിന്റെ സൂചകങ്ങൾ ബന്ധങ്ങളിലെ വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള അഗാധമായ വിശ്വാസവും ഉത്തരവാദിത്വവും കരുതലും ഒക്കെ ചേർന്ന് ഉണ്ടാകുന്ന അനുഭൂതിയാണ്. ലിംഗബോധങ്ങളാൽ ഉറപ്പിക്കപ്പെട്ട ധാരണകളിൽ നിന്ന് കുതറിയും എന്നാൽ അവ നിർമ്മിക്കുന്ന ഭ്രമകൽപ്പനകൾ ഉൾക്കൊണ്ടും അത്തരം അനുഭൂതികളിലേക്ക് എത്തുക എന്നത് ലിംഗഭേദമെന്യേ തികച്ചും വൈയക്തികമായ അനുഭവമാണ്. ഈ വ്യക്ത്യാത്യാനുഭവത്തെ മറ്റേതു മനുഷ്യാനുഭവങ്ങളെയും എന്ന പോലെ ചരക്കുവൽക്കരിച്ച് വിപണിയുടെ പരിചക്രത്തിലേക്ക് കൊണ്ടുവരുന്ന ഒരു ചടുലമായ നിർമ്മാണപ്രക്രിയയാണ് ഇന്നത്തെ പോണോഗ്രഫി.

സിനിമ പോലെ സാമ്പ്രദായികമായ ഒരു ദൃശ്യാനുഭവം മാത്രമായി പോണോഗ്രഫിയെ കാണാൻ കഴിയുകയില്ല എന്നു പറയുന്നതും അതിനു ജൈവരാഷ്ട്രീയവുമായി ഉള്ള അഭേദ്യമായ ബന്ധം കൊണ്ട് തന്നെയാണ്. മലയാളത്തിൽ ഉൾപ്പെടെ ഉണ്ടായിട്ടുള്ള സോഫ്റ്റ് പോൺ സിനിമകളുടെ അവലോകനത്തിലും ഈ ഒരു പ്രശ്നം മുറ്റി നിൽക്കുന്നു. കേവലമായ കാഴ്ച്ചയുടെ സൗന്ദര്യാത്മകതയല്ല പോണിൽ ഉള്ളത്. അതുകൊണ്ടു തന്നെ പരമ്പരാഗത സൗന്ദര്യരീതിശാസ്ത്രങ്ങളുടെ അതിരുകളും ഘടകങ്ങളും ഉപയോഗിച്ച് പോണോഗ്രഫി വിമർശനവിധേയമാക്കാൻ സാധിക്കുകയുമില്ല. പരമ്പരാഗതമായ നിർമ്മാണമാതൃകകളോ വിതരണമാതൃകകളോ അല്ല പോണോഗ്രഫിയിലേത്. മലയാളത്തിലെ സോഫ്റ്റ് പോൺ കാലമായ 'ഷക്കീല തരംഗ'ത്തെ ക്കുറിച്ച് ആദ്യമായി ഉണ്ടായ ഫെമിനിസ്റ്റ് അക്കദമിക് പഠനത്തിൽ ഗവേഷക ദർശന ശ്രീധർ ഇത് നിരീക്ഷിക്കുന്നുണ്ട്. ഈ മേഖലയിലെ സാമ്പത്തിക ചൂഷണം ആണ് ഷക്കീലയടക്കം ഉള്ള പല സോഫ്റ്റ് പോൺ നടികളെയും നിരാലംബരാക്കിയത്. നിയമക്കുരുക്കുകളെയും സെൻസർ ബോർഡിനെയും ഒളിക്കാൻ സംവിധായകനും നിർമ്മാതാവും ഒക്കെ പലപ്പോഴും കള്ളപ്പേരിൽ ആയിരിക്കുമ്പോൾ ആണ് സിനിമയുടെ മുഴുവൻ ഉത്തരവാദിത്വവും ഏറ്റുകൊള്ളാൻ പാകത്തിൽ ഷക്കീലയെപ്പോലെയുള്ള നടികൾ ഹൈപ്പർ വിസിബിൾ ആയി നിലനിന്നിരുന്നത്. പക്ഷെ ഒരിക്കൽ ഷൂട്ട് ചെയ്ത സീനുകൾ പല

സിനിമകളിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഒരു അസാധാരണമായ വിപണി നിലനിന്നിരുന്നതിനാൽ ഷൂട്ടു ചെയ്യുന്ന ദിവസത്തിന്റെ കണക്കിൽ മാത്രം പണം കൈപ്പറ്റിയിരുന്ന ഷക്കീലയെപ്പോലുള്ള നടികൾ പ്രയോജനശൂന്യരായി നിഷ്കാസിതരാവുകയായിരുന്നു. മുഖ്യധാരാസിനിമകളിലെ നടിമാരെ അപേക്ഷിച്ച് സോഫ്റ്റ് പോൺ നടിമാർക്ക് കൂടുതൽ ലിംഗപരമായ ഏജൻസിയും അധികാരവും ഉണ്ടായിരുന്നു എന്നു കാണുമ്പോഴും ഇത് കേവലമായ ശാക്തീകരണം എന്ന നിലയ്ക്ക് അല്ല എന്നും സങ്കീർണ്ണമായ വിപണിയുടെ ശൃംഖലകളും ആയി ബന്ധപ്പെട്ടാണ് ഇവരുടെ ലൈംഗികാധികാരം നിലനിൽക്കുന്നത് എന്നും ദർശന ശ്രീധർ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. ആദ്യകാല പോൺ വിരുദ്ധ നിലപാടുകളിൽ നിന്ന് ഇന്ന് ഫെമിനിസ്റ്റ് പോൺ സ്റ്റഡീസ് ഒരുപാട് മുന്നോട്ട് പോയിക്കഴിഞ്ഞു. കേവലമായ ലൈംഗിക ചൂഷണമെന്ന നിലയ്ക്ക് പോണോഗ്രഫിയെ സദാചാരവിചാരണയ്ക്കു വിധേയമാക്കുന്നതല്ല, മറിച്ച് ഒരു ലൈംഗികവ്യവസായം എന്ന നിലയ്ക്ക് സ്ത്രീ താൽപ്പര്യങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിനുള്ള വിലപേശലുകളും ഒത്തുതീർപ്പുകളും പോണോഗ്രഫിയിൽ എത്രകണ്ട് സാധ്യമാകുന്നു എന്ന് ആരായുന്നതിലൂടെയാണ് ഇന്ന് ഫെമിനിസ്റ്റ് ഇടപെടലുകൾ ഉണ്ടാകുന്നത്.

സദാചാരത്തിന്റെ ശരിതെറ്റുകൾക്കകത്തു ശരീരതൃഷ്ണ ഏറിയപങ്കും ഒരു വലിയ പ്രശ്നമായിട്ടാണ് വിലയിരുത്തപ്പെടുന്നത്. ലൈംഗിക ഭ്രമകൽപ്പനകളിൽ പോലും ധാർമ്മികതകൾ ചോദ്യം ചെയ്യപ്പെടുന്നു എന്നതിന്റെ വൈചിത്ര്യം നമ്മൾ ആലോചിക്കുന്നതേയില്ല. റേപ്പ് ഫാന്റസി ഉണ്ടാകുന്നതുകൊണ്ട് ഒരു പുരുഷൻ റേപ്പിസ്റ്റ് ആകുന്നില്ലാത്തതു പോലെ തന്നെ വഴങ്ങലിന്റെ ഭ്രമകൽപ്പനകൾ ഉള്ള സ്ത്രീകൾ സ്വയം ഇരവൽക്കരിക്കുന്നവളായിരിക്കണം എന്നുമില്ല. ഭ്രമകൽപ്പനയും സങ്കൽപ്പവും (fantasy and imagination) തമ്മിൽ ഉള്ള വ്യത്യാസത്തെക്കുറിച്ച് 'സാങ്കൽപ്പിക നിലപാട്' (fictive stance) എന്ന സിദ്ധാന്തത്തെ മുൻ നിർത്തി (Lamarque and Oslen 2002), ബ്രാൻഡൺ കുക്ക് (Brandon Cooke 2012) മുന്നോട്ട് വക്കുന്ന ഒരു ആശയം ഉണ്ട്. ഒരു കഥ എഴുതുമ്പോൾ എഴുത്തുകാരനോ വായിക്കുമ്പോൾ അനുവാചകനോ സങ്കൽപ്പിക്കുന്ന കാഴ്ച്ചകളിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തമായി അനുഷ്ഠാന കലകളിലും അഭിനയത്തിലും പെർഫോർമെൻസ് ആർട്ടിലും ഒക്കെ കലാകാരൻ സങ്കൽപ്പിച്ചെടുക്കുന്ന സ്വന്തം നിലപാടാണ് 'സാങ്കൽപ്പിക നിലപാട്' എന്നത്. ഇവിടെ നിലപാട് തന്നെ സാങ്കൽപ്പികമാണ്, അതുകൊണ്ട് യാഥാർത്ഥ്യത്തിന്റെ രാഷ്ട്രീയ ശരിതെറ്റുകൾ ഇവിടെ തൃഷ്ണയുടെ ഉൽപ്പാദനത്തിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ മാത്രമാണ്. സെക്ഷ്വൽ റോൾ-പ്ലേ ഉൾക്കൊള്ളുന്നതും ഇതേ സാങ്കൽപ്പിക നിലപാടാണ് എന്ന് റേപ് ഫാന്റസിയെ ഉദാഹരിച്ചുകൊണ്ട് കുക്ക് വാദിക്കുന്നു. എന്നാൽ ഒരു റേപ്പിനെക്കുറിച്ചുള്ള കഥ സങ്കൽപ്പിക്കുന്നതുപോലെയല്ല സ്വയം റേപ്പിസ്റ്റ് ആയോ ഇരയായോ സങ്കൽപ്പിക്കുന്നത് എന്നും ശരീരത്തിന്റെ യാഥാർത്ഥ്യം കൂടെ രൂഢമായി കെട്ടുപിണയുന്ന അവസ്ഥക്ക് തീവ്രമായ ധാർമ്മികതയുടെ അംശം കലരുന്നതുകൊണ്ടും അത്തരം റോൾ-പ്ലേകളുടെ ലിംഗരാഷ്ട്രീയം വിമർശിക്കപ്പെടണം എന്നും ഈ സിദ്ധാന്തത്തിനെതിരെ ഫെമിനിസ്റ്റ് വിമർശനങ്ങൾ ഉയർന്നു. ഒരു വെയ്റ്റ്റെസ് അഞ്ചു ആണുങ്ങളാൽ റേപ്പ് ചെയ്യപ്പെടുന്നതായും തുടർന്ന് അവൾക്ക് രതിമൂർച്ഛ അനുഭവപ്പെടുന്നതായും ഉള്ള ഒരു ആഖ്യാനത്തെ മുൻ നിർത്തിയാണ് ബ്രാന്റൺ കുക്ക് റേപ്പ് ഫാന്റസിയെ 'സാങ്കൽപ്പിക നിലപാട്' എന്ന നിലയ്ക്ക് ധാർമ്മികത ആരോപിക്കാനാവാത്തതായി കാണുന്നത്. പക്ഷെ ഇത്തരം ഒരു ആശയം സ്വാഭാവികമായി നയിക്കുക 'സ്ത്രീകൾ റേപ്പ് ആസ്വദിക്കുന്നു' എന്ന പൊള്ളയായ പൊതുധാരണയിലേക്കാണ് എന്നു ചൂണ്ടിക്കാട്ടി ഇതിലെ ലിംഗനീതി ചോദ്യം ചെയ്യപ്പെടുകയുണ്ടായി. ഒരു ശരീരത്തിന്റെ തൃഷ്ണയിൽ ഉണ്ടാകുന്ന സാങ്കൽപ്പിക നിലപാട് എല്ലാ സ്ത്രീശരീരങ്ങളിലേക്കും ആരോപിക്കപ്പെടുകയാണ് എന്ന വിമർശനത്തിനു മറുപടിയായി സ്ത്രീകൾക്ക് ഉണ്ടാകുന്ന റേപ്പ് ഫാന്റസികളുടെ അനുഭവപരമായ (empirical) തെളിവുകൾ നിരത്തുകയാണ് ബ്രാൻഡൺ കൂക്ക് ചെയ്യുന്നത്. ഇത് സത്യത്തിൽ ആന്റി-പോൺ ഫെമിനിസ്റ്റുകളായ മക്കിനോണും മറ്റും നിരത്തിയ പോണോഗ്രഫിക്കെതിരെയുള്ള സദാചാരധാർമ്മികതയുടെ വിമർശനങ്ങളെ അവയുടെ അതേ പരിമിതികൾക്കുള്ളിൽ നിന്നുകൊണ്ടുള്ള എതിർക്കൽ മാത്രമാണ്. പോൺ കണ്ട് ഉത്തേജിതരായാണ് റേപ്പിസ്റ്റുകൾ ക്രൂരബലാത്സംഗം നടത്തുന്നത്, ഇന്റർനെറ്റിന്റെ വരവോടെ ബലാത്സംഗങ്ങളും ലൈംഗിക അക്രമങ്ങളും കൂടി എന്നൊക്കെയുള്ള വികലമായ എന്നാൽ ദൃഢമായ പൊതുബോധങ്ങളുടെ അതേ പരിമിതി തന്നെയാണ് സ്ത്രീകൾക്ക് റേപ്പ്-ഫാന്റസി ഉണ്ട് എന്ന് വസ്തുതാപരമായി തെളിയിക്കാൻ ശ്രമിക്കുമ്പോഴും ആവർത്തിക്കപ്പെടുന്നത്. ഇവിടെ ആസ്വാദനത്തിന്റെ ധാർമ്മികതയേക്കാളും നമ്മളെ അലട്ടേണ്ടത് വിപണി എന്ന നിലയിൽ ഭൗതികമായും ലൈംഗികതൃഷ്ണയുടെ വിപണി എന്ന നിലയിൽ പ്രതീകാത്മകമായും പോണോഗ്രഫി ഉണ്ടാക്കുന്ന അവസ്ഥാന്തരങ്ങളും തുടർച്ചകളും ആണ്.

ജന്മനാ മനുഷ്യർക്ക് സിദ്ധിക്കുന്ന ഒന്നല്ല ലൈംഗികതയും ലൈംഗികത്വവും. ജീവശാസ്ത്രപരമായതും, സാമൂഹികമായതും, ആർജ്ജിതമായതും ആയ വിഭിന്നമായ മനുഷ്യാനുഭവങ്ങളെ ജൈവാധികാരത്തിന്റെ പരിധിയിലേക്ക് കൊണ്ടുവരുന്നതിനായി ആധുനികതയിൽ നിർമ്മിതമായ

ഒരു ആശയം ആണ് ഇന്നു നമ്മൾ അറിയുന്ന അർത്ഥത്തിൽ ലൈംഗികത എന്ന മിഷേൽ ഫൂക്കോയുടെ അതിപ്രധാനമായ ആശയം ലൈംഗികതയെപ്പറ്റി നിലവിലുണ്ടായിരുന്ന എല്ലാറ്റിനെയും തകിടം മറിക്കുന്ന ഒന്നായിരുന്നു. നവലിബറൽ ഭരണപരത വ്യക്തികളുടെ സ്വയം നിയന്ത്രണങ്ങളിലൂടെ അധികാരം നിലനിർത്തുന്നത് എങ്ങിനെ എന്നും ഈ ജൈവാധികാര പ്രക്രിയകളിലൂടെയാണ് ലൈംഗികത ഒരുപോലെ കൂടുതൽ കൂടുതൽ സങ്കീർണ്ണവും വിഭിന്നവും നിയന്ത്രിതവും ആകുന്നത് എന്നും ഫൂക്കൊ ദർശിക്കുന്നുണ്ട്. എങ്കിലും ഈ അത്യഗാധമായ വിചക്ഷണത്തിൽ ലിംഗഭേദം എന്ന അംശത്തെ പൂർണ്ണമായും അവഗണിക്കുകയാണ് ഫൂക്കോ എന്ന് നാൻസി ഫ്രേസർ തുടങ്ങിയവർ സമയോചിതമായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുകയും ഉണ്ടായി. ഫൂക്കോയുടെ ആശയങ്ങളുമായി ഏറ്റവും അധികം ഫെമിനിസത്തെ ബന്ധിപ്പിച്ച ജൂഡിത് ബറ്റ്ലർ ആകട്ടെ ആൺലൈംഗികതയെ ഇത്രയധികം കുത്സിതമാക്കിയ മക്നിനോണിന്റെ ആന്റി–പോൺ വ്യവഹാരത്തെ പൂർണ്ണമായും തള്ളിക്കളഞ്ഞു. വിലക്കപ്പെടുന്നത് ആണ് ഏറ്റവും സർഗ്ഗാത്മകമായി സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുക എന്നതായിരുന്നു പോണോഗ്രഫിയെക്കുറിച്ചുള്ളഫൂക്കോയുടെ ഒരു ഗഹനമായ നിരീക്ഷണം. 'ഇന്റർനെറ്റിലെ നിയമങ്ങൾ' എന്ന 2004ൽ നിലവിൽ വന്ന ഒരു മീം ഉണ്ട്. അതിൽ റൂൾ 34 ഇങ്ങനെ പറയുന്നു: "ഏതെങ്കിലും ഒന്നിനെപ്പറ്റി പോൺ ഒന്നും നിർമ്മിച്ചതായി കാണുന്നില്ലെങ്കിൽ അത് ഉടനെത്തന്നെ നിർമ്മിക്കപ്പെടും".

അധികാരം തൃഷ്ണയെ തുടർച്ചയായി നിർമ്മിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും. വൈദ്യശാസ്ത്രം, മനശ്ശാസ്ത്രം, ലൈംഗികത്തൊഴിൽ എന്നിവയ്ക്കൊപ്പം ജൈവരാഷ്ട്രീയത്തിലെ ഒരു പ്രധാന നിയന്ത്രണ സാങ്കേതികതയാണ് (disciplinary technology) പോണോഗ്രഫിയും എന്ന ഫൂക്കോയുടെ ദർശനത്തെ സ്ഥിരീകരിച്ചുകൊണ്ട് സൂസന്ന പാസൊണൻ ഇന്റർനെറ്റ് പോണോഗ്രഫിയെക്കുറിച്ചുള്ള തന്റെ പുസ്തകത്തിൽ പറയുന്നതുപോലെ ശരീരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഏറ്റവും മലിനമായതും ബീഭത്സമായതും വികർഷമായതും ആയ കാഴ്ച്ചകളും അർത്ഥങ്ങളും സൃഷ്ടിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കുക എന്നതാണ് പോണോഗ്രഫിയുടെ ചരിത്രപരമായ ധർമ്മം. കാരണം ഇവ മാത്രമേ മുഖ്യധാരാവൽക്കരിക്കപ്പെടാതിരിക്കുകയുള്ളു. ഇങ്ങനെയുള്ള ഒരു അപഥമാർഗ്ഗം, നിഷ്ക്കാസിതമായ ഒരു അരിക് എപ്പോഴും ഉണ്ടാവുകയും നിലനിൽക്കുകയും വേണം എന്നുള്ളത് ആധുനിക ജൈവാധികാര രൂപങ്ങളുടെ ആവശ്യമാണ്.

ലൈംഗികതാ വ്യവഹാരങ്ങളോട് പൊതുവേയും പോണോഗ്രഫിയെക്കുറിച്ചു പ്രത്യേകിച്ചും പരക്കെയുള്ള തികച്ചും സങ്കുചിതമായ ആണത്തധാരണകൾ വെളിപ്പെട്ട ഒരു സാഹചര്യം ഈയടുത്ത് കേരളത്തിൽ ഉണ്ടായത് ഓർമ്മിച്ചു കൊണ്ട് അവസാനിപ്പിക്കാം. പോൺ സ്റ്റാർ ആയ സണ്ണി ലിയോൺ കേരളത്തിൽ വന്നപ്പോൾ ജനം അവരെ കാണുന്നതിനായി തടിച്ചുകൂടിയത് വലിയ വാർത്തയായിരുന്നു, ഒരു സെലിബ്രിറ്റി ആയ അഭിനേത്രി എന്ന നിലയ്ക്ക് അവർ സ്വാഭാവികമായും അർഹിക്കുന്ന ഒരു ശ്രദ്ധ മാത്രമാണ് അത്. എന്നാൽ ഏറ്റവും അപമാനകരവും നിരുത്തരവാദപരവും സ്ത്രീവിരുദ്ധവുമായ ഒരു പ്രതികരണം അന്ന് ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നു. സോഷ്യൽ മീഡിയയിലും മറ്റും ചിലർ സണ്ണിയെ കാണാൻ തടിച്ചുകൂടിയ ജനത്തെ പുച്ഛിച്ചു കൊണ്ട് അവരിൽ 'കാണാനായിട്ട് ഇനി എന്താണ് ബാക്കിയുള്ളത്' എന്ന് പറയുന്നതായിരുന്നു തികച്ചും നിർദ്ദോഷം എന്നു തോന്നാനിടയുള്ള ആ പ്രതികരണം. ലൈംഗികപൂർത്തിക്കും ആൺകാഴ്ച്ചയ്ക്കുമുള്ളതു കിഴിച്ചാൽ സ്ത്രീയിൽ ബാക്കി ഒന്നും അവശേഷിക്കുന്നില്ല എന്ന സൂചന, വ്യക്തി എന്ന നിലയ്ക്ക് ആ പോൺ അഭിനേത്രിയുടെ സ്വാഭിമാനത്തെ പാടെ നിഷേധിക്കുന്നു. ഒരു പോണോഗ്രഫിക് ഷൂട്ടിൽ അവർ സ്വന്തം തീരുമാനത്തിൽ വെളിപ്പെടുത്തുന്ന അവരുടെ സ്വകാര്യത വിപണിയുടെ ചങ്ങലകളിലൂടെ സ്വന്തം മുന്നിലെത്തുമ്പോൾ അതിന്റെ ഉപഭോക്താവാകുമ്പോൾ പോലും പരസ്യമായ ഒരു സാഹചര്യത്തിൽ അവർ അർഹിക്കുന്ന സ്വകാര്യത അവർക്ക് നൽകുക എന്നത് കേവലമായ ലിംഗനീതി ആണ്. ശരീരരാഷ്ട്രീയത്തിന്റെ ധാർമ്മികത ചോദ്യം ചെയ്യപ്പെടേണ്ടത് ലൈംഗികമായ ഭ്രമകൽപ്പനകളിൽ അല്ല, മറിച്ച് ഇത്തരം പ്രകടവും സാമാന്യവുമായ ആൺബോധങ്ങളിൽ ആണ്.

References:

Peter Lamarque and Stein Haugom Olsen, Truth, Fiction, and Literature: A Philosophical Perspective (Oxford: OUP, 2002), 43.

Brandon Cooke, 'On the Ethical Distinction between Art and Pornography', in Hans Maes and Jerrold Levinson (eds), Art and Pornography (Oxford: OUP, 2012), 229-253

Morgan, R., 1980. Theory and practice: pornography and rape. In: L. Lederer, ed. Take back the night.New York: William Morrow, 134-140

Dworkin, A., 2000a. Against the male flood: censorship, pornography, and equality. In: D. Cornell,ed. Feminism and pornography. Oxford: Oxford University Press, 9-38.

Mini, Darshana Sreedhar (2019). The Rise of Softporn in Malayalam Cinema and the precarious stardom of Shakeela. Feminist Media Histories. 5 (2). Pg 49-82.

Foucault, M., 2010. The birth of biopolitics: lectures at the the Coll? ge de France, 1978-79. M. Senellart,ed. New York: Palgrave Macmillan.

Fraser, N., 1989. Unruly practices: power, discourse and gender in contemporary social theory.Minneapolis: University of Minnesota Press.

Paasonen, Susanna. (2011) Carnal Resonance: Affect and Online Pornography. MIT Press.

■

രാമായണത്തിലെ സീത അരക്കെട്ടോളം മറഞ്ഞ മുടിയുള്ളവളും ചെറിയ പാദങ്ങളാൽ മന്ദം മന്ദം നടക്കുന്നവളുമാണ്

ചർച്ചാവിഷയം

അശ്വനി എ.പി.
ഗവേഷക, മലയാളം വിഭാഗം
ശ്രീ ശങ്കരാചാര്യ സർവകലാശാല,
കാലടി, എറണാകുളം

പെണ്ണുടൽ നിർമ്മിതിയുടെ സവർണ്ണ രാഷ്ട്രീയം

ഉഡു രാജമുഖി മൃഗരാജ കടീ
ഗജരാജവിരാജിത മന്ദഗതി
യദിസാ യുവതീ ഹൃദയേ വസതി
ക്വജപ: ക്വ തപ: ക്വ സമാധി വിധി:

ചന്ദ്രനെപ്പോലെ വിളങ്ങുന്ന മുഖമുള്ളവളും സിംഹത്തിന് സമാനമായ അരക്കെട്ട് ഉള്ളവളും ഗജരാജാവിനെപ്പോലെ നടക്കുന്നവളുമായ സ്ത്രീ മനസിൽ കയറിയിരുന്നാൽ പിന്നെ ജപത്തിലും തപസിലുമുള്ള ശ്രദ്ധ നഷ്ടപ്പെട്ടതു തന്നെ എന്ന് വ്യാഖ്യാനം. പുരുഷന്റെ കാഴ്ചയിലൂടെയുള്ള സ്ത്രീ ശരീര വർണനയാണ് മുകളിൽ കൊടുത്തിരിക്കുന്നത്.ചന്ദ്രനെപ്പോലെ വിളങ്ങുന്ന മുഖവും ആലിലവയറും നിതംബത്തിന്റെ ഭാരത്താൽ പൂഴിയിൽ പാദങ്ങളാഴ്ത്തിയുള്ള നടത്തവും കൊണ്ട് പരമ്പരാഗത സവർണ ബോധങ്ങൾ സ്ത്രീ ശരീരത്തെ നിർവചിക്കുകയുണ്ടായി. ധീരോദാത്തനായ നായകന്മാരെ വർണിച്ചു വച്ച സംസ്കൃത സാഹിത്യത്തിലെ പരമ്പരാഗത സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങളിൽ നായികയുടെ സൗന്ദര്യം എന്നത് ഏറിയകൂറും നായികയുടെ ശരീര സൗന്ദര്യമായിരുന്നു. വിക്ടോറിയൻ സദാചാര സങ്കൽപ്പങ്ങളുടെ കടന്നുവരവിന് മുൻപ് തന്നെ ഇവിടെ ശരീരവടിവൊത്ത സ്ത്രീയാണ് സുന്ദരി എന്ന കാഴ്ചപ്പാട് നിലനിന്നിരുന്നു. സർപ്പത്തിന്റെ വായെക്കാൾ ചെറിയ യോനികളോടുകൂടിയവൾ (സംഘ സാഹിത്യത്തിൽ) എന്നിങ്ങനെ സ്ത്രീ ശരീരത്തെ അടി മുതൽ മുടി വരെ വർണ്ണിക്കുന്നത് കാണാം.

രാമായണത്തിലെ സീത അരക്കെട്ടോളം മറഞ്ഞ മുടിയുള്ളവളും ചെറിയ പാദങ്ങളാൽ മന്ദം മന്ദം നടക്കുന്നവളുമാണ്. വയനാടൻ രാമായണങ്ങളുടെ വാമൊഴി ചരിത്രത്തിൽ പനങ്കുല പോലെയാണ് സീതപ്പെണ്ണിന്റെ മുടി (1). ലക്ഷണശാസ്ത്ര ഗ്രന്ഥങ്ങൾ ശരീരാവയവങ്ങളുടെ രൂപത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ നിർദ്ദേശിക്കുന്ന ഉത്തമ സ്ത്രീ സങ്കൽപ്പങ്ങളെ ഏറിയ പങ്കും അതേപടി പകർത്തിയാണ് ഭാരതീയ സാഹിത്യ ലോകം നായികമാരുടെ രൂപത്തെ നിർമ്മിച്ചിരിക്കുന്നത്. സീതയും ദമയന്തിയും ശീലാവതിയും സത്യവതിയും ശകുന്തളയുമെല്ലാം ഒരേ അച്ചിൽ പിറന്ന സ്ത്രീ സങ്കൽപ്പങ്ങളാണ്.രാമായണ കഥയിൽ സീതയിൽ നിന്ന് വലിയ വ്യത്യാസങ്ങളൊന്നും മണ്ഡോദരിയ്ക്ക് ഇല്ല.കന്യകത്വവും ഏകപതി വ്രതവും ശരീര ലക്ഷണങ്ങളുമൊത്ത ഉത്തമ സ്ത്രീ രത്നമായിട്ടാണ് മണ്ഡോദരിയും അവതരിപ്പിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. സീതയെ ഉഴവുചാലിൽ നിന്നാണ് ജനക രാജാവിന് കിട്ടിയതെങ്കിൽ മണ്ഡോദരിയെ മയാസുരനു പൊട്ടക്കിണറ്റിൽ നിന്നും ലഭിച്ചു. കഥയിൽ നേരിയ വത്യാസങ്ങളുണ്ടെങ്കിലും അടിസ്ഥാനപരമായി മേൽപറഞ്ഞ രണ്ടു കഥാപാത്രങ്ങളും രൂപവും

സ്വഭാവവും കൊണ്ട് പരമ്പരാഗത സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങൾക്ക് ഇരിപ്പിടമാണ്. ഹനുമാൻ ആദ്യമായി മണ്ഡോദരിയെ കാണുന്ന സന്ദർഭത്തിൽ അവർ സീതയാണോ എന്ന് സംശയിക്കുന്നുണ്ട്. 'സീതയാണെന്നു നണ്ണിപ്പോയ് രൂപയൗവന ലക്ഷ്മിയാൽ' എന്ന വാക്യം ശ്രദ്ധേയമാണ്. രൂപം കൊണ്ടു തന്നെ ഐശ്വര്യത്തിന് ഇരിപ്പിടമായവരാണ് സീതയും മണ്ഡോദരിയും എന്ന് സാരം. എന്നാൽ ഈ രൂപ സൽപ്പമാകട്ടെ മേൽപ്പരാമർശിച്ച വിധം ചന്ദ്രനെക്കാളും തിളങ്ങുന്ന വെളുത്ത നിറമുള്ളവളും സിംഹ രാജന്റെ പോലെ വടിവൊത്ത അരക്കെട്ടുള്ളവളും അന്നനട ശീലമാക്കിയവളുമായ കുലസ്ത്രീസങ്കൽപ്പങ്ങളിൽ നിന്ന് പിറവിയെടുത്ത സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങളിൽ അന്തർലീനമായിരിക്കുന്നു. രാമചരിതകർത്താവും കമ്പരും എഴുത്തച്ഛനുമെല്ലാം ഇത്തരത്തിലുള്ള സൗന്ദര്യ സങ്കൽപങ്ങൾക്ക് അപ്പുറം നിൽക്കുന്നവരല്ല.

വാല്മീകി രാമായണത്തിൽ വിരൂപിയും കുടവയറത്തിയുമായാണ് ശൂർപ്പണഖ അവതരിപ്പിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. സീതയുടെ ഇമ്പമുള്ള ശബ്ദവും ഇടതൂർന്ന മുടിയും ആകാര വടിവുമെല്ലാം ശൂർപ്പണഖയിലെത്തുമ്പോൾ പരുക്കൻ ഒച്ചയും വരണ്ട് ചെമ്പിച്ച മുടിയും കോങ്കണ്ണുള്ള മുഖവുമായി മാറുന്നു. സീതയ്ക്കും മണ്ഡോദരിയ്ക്കും നേർ വിപരീതമായാണ് ശൂർപ്പണഖ രാമായണത്തിൽ

അവതരിപ്പിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. നായികമാർ ഉടൽ കൊണ്ടു തന്നെ ഐശ്വര്യം വിളങ്ങുന്നവളെങ്കിൽ പ്രതി നായിക ശരീരം കൊണ്ട് തന്നെ വിരൂപയാണ്. എന്നാൽ ഇത്രയും വൈരൂപ്യം രാവണനിൽ ഇല്ലായെന്നതും ഓർക്കണം. കാളിദാസന്റെ ശകുന്തളയും മേൽപ്പറഞ്ഞ സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങൾക്ക് ഉള്ളിൽ നിൽക്കുന്നവളാണ്.

മണിപ്രവാള സാഹിത്യത്തിലും നില വ്യത്യസ്തമായിരുന്നില്ല. കുല സ്ത്രീയായാലും കുലടയായാലും സ്ത്രീയുടെ ശരീരവർണത്തിന് കാലാകാലങ്ങളായി തുടർന്നു വരുന്ന അച്ചു മാതൃകൾ ഇവിടെ നിലനിന്നിരുന്നു. ഉണ്ണിയച്ചീചരിതവും ഉണ്ണിയാടി ചരിതവും ഉണ്ണുനീലി സന്ദേശവുമെല്ലാം പരമ്പരാഗത സൗന്ദര്യ മാതൃകകളെ പിന്തുടരുന്നു. പിൽക്കാലത്തുണ്ടായ മലയാള സാഹിത്യ വ്യവഹാരങ്ങളെ മൊത്തമായി പരിശോധിച്ചാലും മേൽ വിവരിച്ച നായികാ സങ്കൽപ്പങ്ങളുടെ പുനരാവർത്തനമാണ് നടന്നതെന്ന് കാണാം. ആശാനും ഉള്ളൂരും വള്ളത്തോളും ഇതേ സങ്കൽപ്പം തന്നെ സ്ത്രീ ശരീരത്തെ വർണിക്കുന്നതിൽ തുടർന്നു പോന്നു. ചങ്ങമ്പുഴയും പി.കുഞ്ഞിരാമൻ നായരുമുൾപ്പടെയുള്ള കാൽപ്പനിക കവികളും മഞ്ഞത്തെച്ചി പൂങ്കുല പോലെയുള്ള നായികമാരെ പാടി പുകഴ്ത്തി.

ചന്തുമേനോന്റെ ഇന്ദുലേഖയും സി.വി രാമൻ പിള്ളയുടെ സുഭദ്രയും തകഴിയുടെ കറുത്തമ്മയും ഒ.വി വിജയന്റെ മൈമൂനയുമെല്ലാം ഒരേ ശരീര ഘടനയോട് കൂടിയ സ്ത്രീകളായിരുന്നു. കേശവദേവിന്റെ 'ദീനാമ്മ' എന്ന കഥ വിരൂപിയായ സ്ത്രീയിൽ സൗന്ദര്യം കണ്ടെത്താൻ ശ്രമിക്കുന്ന മഹാമഹനസ്കനായ പുരുഷന്റെ കാഴ്ചയാണ്. പുരുഷന്റെ കാഴ്ചയിലൂടെ നിർമ്മിച്ച പൊതുബോധത്തിന്റെ കണ്ണിലാണ് ദീനാമ്മ വിരൂപയാകുന്നത് എന്ന് എഴുത്തുകാരൻ പറയാൻ മറന്നു പോയി. എം.ടിയുടെ കൃതികൾ അവതരിപ്പിച്ച വള്ളുവ നാടൻ സുന്ദരിമാരും മേൽപ്പറഞ്ഞ സൗന്ദര്യ ധാരയിൽപ്പെടുന്നവർ തന്നെ. എന്നാൽ പിൽക്കാലത്തെ സാഹിത്യ കൃതികൾ രൂപ വർണനകളുടെ ഇത്തരം അച്ചു മാതൃകൾ പൊളിച്ചു കളയുകയുണ്ടായി.

ആധുനികാനന്തര ചിന്തകൾ അരികുവത്ക്കരിക്കപ്പെട്ട ജനതയുടെ രാഷ്ട്രീയത്തെക്കുറിച്ച് നിരന്തരം സംവദിക്കുവാൻ തുടങ്ങിയപ്പോൾ സ്ത്രീ എന്നതിൽ നിന്ന് ദളിത് സ്ത്രീയിലേയ്ക്ക് പഠനങ്ങൾ മാറുകയുണ്ടായി. ഇടം നിർണയിക്കുന്ന ജാതി-മത-ലിംഗ-വർണ രാഷ്ട്രീയത്തെക്കുറിച്ച് ലോകം ചിന്തിക്കുവാൻ തുടങ്ങി. ഗായത്രി സ്പിവാക്ക് ചക്രവർത്തിയെ പോലുള്ളവർ കീഴാള സ്ത്രീ അനുഭവങ്ങൾക്ക് (can sabalteran speak) പുതിയ മാനം നൽകി. കെ.സരസ്വതിയമ്മയും മാധവിക്കുട്ടിയും സാറാ ജോസഫും ഗ്രേസിയും ചന്ദ്ര

രവി വർമ്മയുടെ ചിത്രത്തിലെ ശൂർപ്പണഖ

മതിയും പി.വത്സലയും അഷിതയും സിത്താരയും സാവിത്രി രാജീവനും ഇന്ദുമേനോനും തുടങ്ങിയവയൊക്കെയും കടന്നും നീളുന്ന നിരവധി എഴുത്തുകാരികളുടെ കടന്നു വരവ് ഇവിടെ പ്രസക്തമാണ്. ഉദാഹരണത്തിന് സാറാ ജോസഫിന്റെ 'വെളുത്ത നിർമ്മിതികളും കറുത്ത കണ്ണാടിയും' എന്ന കഥയിലെ നായിക അമ്മിണിക്കുട്ടിയെ നോക്കാം. 'കരിങ്കവിളും കരിങ്കൂട്ടു പുരികങ്ങളും ചൊകചൊകന്ന കണ്ണുകളും കറുത്തു മലർന്ന ചുണ്ടുകളും അമ്പിളിപ്പൂളു പോലുള്ള പല്ലുകളും ചെറു നാഗച്ചുരുളുകളായ മുടിയിഴകളും' ഉള്ളവളാണ് നായിക. അവളെ വിരൂപി എന്ന് വിളിച്ചു മാറ്റി നിറുത്തുന്ന ലോകത്തിനോട് ഒരു പ്രത്യാക്രമണം നടത്തേണ്ടതുണ്ട് എന്ന് ഓർമ്മിപ്പിച്ചു കൊണ്ടാണ് ഈ കഥ അവസാനിക്കുന്നത് തന്നെ.

മോളി കണ്ണമാലി

സുബ്ബലക്ഷ്മി

കൂടാതെ ദളിതരും ആദിവാസികളും ഉൾപ്പടെയുള്ളവർ എഴുത്തധികാരങ്ങളെ ചോദ്യം ചെയ്തു കൊണ്ട് കർത്തൃത്വ പദവിയിലേയ്ക്ക് കടന്നു വന്നതും അതുവരെ പറയാത്ത സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങളെക്കുറിച്ച് എഴുതി തുടങ്ങിയതും സാഹിത്യത്തിൽ വലിയ മാറ്റങ്ങൾക്ക് കാരണമായി. ക്വീയർ (Queer) ട്രാൻസ്ജെന്റർ സ്വത്വരാഷ്ട്രീയം ചർച്ച ചെയ്യപ്പെടുകയും അക്കൂട്ടർ കർതൃത്വ പദവികൾ നേടിയെടുക്കുകയും ചെയ്തു. ഏതൊരു വ്യവഹാരത്തിലും അധികാര ബന്ധങ്ങൾ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ടെന്നും അതിനുള്ളിൽ നിലനിൽക്കുന്ന അടിമ ഉടമ വ്യവസ്ഥിതി പൊളിച്ചെഴുതപ്പെടേണ്ട ഒന്നാണെന്നുമുള്ള ചിന്ത വ്യാപിക്കുകയും അക്കാദമിക് മേഖല കൂടുതൽ ജാഗ്രത പുലർത്തുകയുമുണ്ടായി.

അപ്പോഴും മലയാള സിനിമ പരമ്പരാഗത സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങളെ മുറുകെ പിടിച്ചു കൊണ്ടാണ് മുന്നോട്ട് പോയത്.അരമനയിലെ സ്ത്രീയായാലും അരയസ്ത്രീയായാലും ദളിത് സ്ത്രീയായാലും ആദിവാസി സ്ത്രീയായാലും വെളുത്ത നായികമാരുടെ അരങ്ങായിരുന്നു സിനിമാലോകം. ചെമ്മീനിലെ കറുത്തമ്മയും കള്ളിച്ചെല്ലമ്മയും നെല്ലിലെ മാരയും തുടങ്ങി വരത്തനിലെ പ്രിയയിലും കുമ്പളങ്ങി നൈറ്റ്സിലെ ബേബിമോളിലുമെത്തുമ്പോൾ സ്ത്രീയുടെ രൂപത്തെ സംബന്ധിച്ച, നിറത്തെ സംബന്ധിച്ച സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങൾക്ക് വലിയ മാറ്റമൊന്നും വന്നിട്ടില്ലായെന്നു കാണാം. ജാതിപോലെ തന്നെ രൂപത്തിന്റേയും നിറത്തിന്റേയും രാഷ്ട്രീയത്തിൽ സ്ത്രീയും പുരുഷനും വ്യത്യസ്ത നിലയിൽ പരിഗണിക്കപ്പെടുന്നു. എബ്രിഡ് ഷൈനിന്റെ ആക്ഷൻ ഹിറോ ബിജു എന്ന സിനിമയിൽ കറുത്ത തടിച്ച സ്ത്രീയെക്കുറിച്ച് അവരുടെ കാമുകനോട് ബിജു പൗലോസ് എന്ന എസ്.ഐ ചോദിക്കുന്നത് 'ഈ സാധനത്തിനെയും നിനക്ക് പ്രേമിക്കാൻ കിട്ടിയുള്ളോ' എന്നാണ്. കറുത്ത തടിച്ച സ്ത്രീയോട് മലയാളി ആൺ ബോധം പുലർത്തുന്ന സമീപനമാണ് ബിജു പൗലോസിലും പ്രകടമാകുന്നത്. ബിന്ദു പണിക്കരും പ്രിയങ്ക അനൂപും മഞ്ജു സുനിച്ചനും നിങ്ങളുടെ ഉള്ളിൽ ചിരിയുണർത്തുന്നത് അവർ പറയുന്ന ഡയലോഗുകൾ കൊണ്ട് മാത്രമല്ല. ശരീരത്തിന്റെ വലിയ ഒരു രാഷ്ട്രീയം ആ ചിരിയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. ഒട്ടുമിക്ക സിനിമകളിലും മോളി കണ്ണമാലിയും സുബ്ബലക്ഷ്മിയും അവതരിപ്പിക്കുന്നത് സമപ്രായക്കാരായ വൃദ്ധ കഥാപാത്രങ്ങളെയാണ്. ഇവർ ഇരുവരും നമ്മെ ചിരിപ്പിക്കുന്നവരുമാണ്. എന്നാൽ ആ ചിരിയുടെ രാഷ്ട്രീയത്തിന് ഒരേ മാനദണ്ഡമല്ല ഉള്ളത്. മതത്തിന്റെയും ജാതിയുടെയും നിറത്തിന്റെയും രൂപത്തിന്റെയും അധികാര രാഷ്ട്രീയം മോളി കണ്ണമാലിയ്ക്കും സുബ്ബലക്ഷ്മിയ്ക്കുമിടയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. അതുകൊണ്ടാണ് മോളി കണ്ണമാലി 'ചാള മേരി' എന്ന് അറിയപ്പെടുന്നതും സുബ്ബലക്ഷ്മി മലയാളത്തിന്റെ സ്വന്തം മുത്തശ്ശിയായി മാറുന്നതും.

സാഹിത്യവും സിനിമയുമെല്ലാം സമൂഹത്തെ അതേപടി പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്ന വ്യവഹാര രൂപങ്ങളാണ്. അവ പരസ്പരം സ്വാധീനിക്കുകയും കൊടുക്കൽ വാങ്ങലുകൾ നടത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. വായനയ്ക്ക് അപ്പുറം നിൽക്കുന്ന കാഴ്ചയുടെ വലിയ ലോകമായി ഞാനും നിങ്ങളും മാറിയ സന്ദർഭത്തിൽ 'ട്രന്റ്' നിർമ്മിച്ചെടുക്കുന്നതിൽ മേൽപ്പറഞ്ഞ വ്യവഹാരങ്ങൾക്ക് വലിയ പങ്കുണ്ട്. സാമൂഹിക മാധ്യമങ്ങളുടെ സ്വാധീനം കുറച്ചൊന്നുമല്ല നമ്മളെ സ്വാധീനിക്കുന്നത്. എന്നാൽ ആധുനികോത്തരതയ്ക്ക് അപ്പുറം നിൽക്കുന്ന സത്യാനന്തര (post truth) കാലത്തിലും പരമ്പരാഗത സവർണ സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങളിൽ നിന്ന് പെൺ ഉടലിന് രക്ഷപെടാനായിട്ടില്ല എന്നു കാണാം.

സമൂഹത്തിൽ സവർണപാരമ്പര്യത്തിൽ ഊന്നിയ സൗന്ദര്യ സങ്കൽപങ്ങൾ പിന്തുടരുന്ന ഒരു സന്ദർഭമെന്ന നിലയിൽ വിവാഹത്തെ ഉദാഹരണമായി എടുക്കാം. ദല്ലാളൻ മുതൽ മാട്രിമോണി സൈറ്റ് വരെ ജാതിയും മതവും ലിംഗവും നിറവും ഉയരവും തിരിച്ച് തിരഞ്ഞെടുക്കലിന്റെ ഒരു വിപണി സൃഷ്ടിച്ചിരിക്കുകയാണ്. കറുത്ത് തടിച്ച പുരുഷനും വെളുത്ത് മെലിഞ്ഞ സ്ത്രീയും തമ്മിൽ വിവാഹം ചെയ്താൽ സ്വീകരിക്കപ്പെടുന്നത് പോലെയല്ല, കറുത്ത തടിച്ച സ്ത്രീയും വെളുത്ത് മെലിഞ്ഞ പുരുഷനും തമ്മിൽ വിവാഹം ചെയ്താൽ സ്വീകരിക്കപ്പെടുന്നത്. മെലിഞ്ഞ സ്ത്രീയും തടിച്ച പുരുഷനും എന്നോ വെളുത്ത കാമുകിയും കറുത്ത കാമുകനും' എന്നോ പറയുന്നതിനുമപ്പുറം പരിഹാസമാണ്, തടിച്ച സ്ത്രീയും മെലിഞ്ഞ കാമുകനും അഥവാ കറുത്ത കാമുകിയും വെളുത്ത കാമുകനും എന്ന് പറയുന്നത്. നിറത്തിലും രൂപത്തിലും നിർമ്മിതമായ ഒരു ലിംഗ (gender) രാഷ്ട്രീയം മേൽപ്പറഞ്ഞ പരിഹാസങ്ങളിൽപ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട് (അത് ജാതിയോട് കൂടുതൽ അടുത്തു നിൽക്കുന്നു).

കേരളത്തിലെ സ്വർണ വിപണി നിർമ്മിച്ചെടുത്ത പരസ്യചിത്രങ്ങൾ നോക്കുക. അവയിലെ സ്ത്രീ ശരീരങ്ങളും വർണ്ണനകളും ഏത് സങ്കൽപ്പത്തിൽ നിന്ന് ഉടലെടുത്തതാണെന്ന് ഒറ്റ നോട്ടത്തിൽ തന്നെ വ്യക്തമാണ്. കല്യാൺ സ്വർണക്കടയുടെ മുഹുറത് ഫ്ളോർ പരസ്യം (2) വിഭാവനം ചെയ്യുന്ന സ്ത്രീ 'മാലാഖ'യെപ്പോലെയാണ്.ഈ മാലാഖയാകട്ടെ രൂപത്തിലും ഭാവത്തിലും രാമായണത്തിലെ സീതയോടു കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന സ്ത്രീ സങ്കൽപ്പമാണ്. ചന്ദ്രനെക്കാൾ വിളങ്ങുന്ന മുഖമുള്ളവളും ആകാര വടിവൊത്ത സാത്വികഭാവത്തോടു കൂടിയവളുമായ സ്ത്രീ മനുസ്മൃതി പറയുന്ന സ്ത്രീ സങ്കൽപത്തിൽ നിന്ന് തീരെ അകലെയല്ല. പരസ്യചിത്രത്തിലെ വാചകങ്ങൾ നോക്കുക. ക്രിസ്ത്യൻ വധുവാണെങ്കിൽ വരന്റെ മുൻപിൽ പ്രിൻസസിനെപ്പോലെയുണ്ടാകും. ഇസ്ലാം വധുവാണെങ്കിൽ ആഭരണങ്ങൾ ധരിച്ചാൽ അറബിക്കഥയിലെ രാജകുമാരൻ നേരിട്ട് ഇറങ്ങി വരും. വധു ഹിന്ദുവാണെങ്കിൽ നാഗപടത്താലിയും നവരത്നമാലയുമിട്ട് നിലവിളക്കുമായി നിന്നാൽ, കാവിലെ ഭഗവതി നേരിട്ട് പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ടതാണോ എന്ന് വരൻ ചോദിക്കും. ഈ പരസ്യവാചകങ്ങളിൽ പുരുഷൻ ഉപഭോക്താവും സ്ത്രീ ഉത്പ്പന്നവുമായി മാറുന്നു. സ്ത്രീധനത്തിന്റെ രാഷ്ട്രീയം മേമ്പൊടി പുരട്ടി അവതരിപ്പിച്ചിരിക്കുകയാണ് ഇവിടെ.

അമിതാബ് ബച്ചനും മഞ്ജു വാര്യരും ചേർന്ന് അഭിനയിച്ച കല്യാൺസിന്റെ തന്നെ മറ്റൊരു പരസ്യചിത്രത്തിന്റെ പ്രമേയം നോക്കാം. അച്ഛന്റെ സമ്മതമില്ലാതെ വിവാഹം ചെയ്ത മകളുടെ പ്രസവ സമയത്ത് അച്ഛൻ എല്ലാ പിണക്കവും മാറ്റി വച്ച് എത്തിച്ചേരുകയും മകളെ സംരക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. 'അച്ഛന്റെ മകൾ തന്നെ' എന്ന് പറയുന്നതിലുള്ള അഭിമാനബോധത്തിലാണ് ഈ പരസ്യചിത്രം അവസാനിക്കുന്നത് (3) പിതാവിനാലും ഭർത്താവിനാലും സംരക്ഷിക്കപ്പെടുന്ന സ്ത്രീ എന്ന ആശയത്തെ മകൾ, ഭാര്യ തുടങ്ങിയ ലിംഗ പദവികളിലൂടെ വീണ്ടും ഊട്ടിയുറപ്പിക്കുകയാണ് ഈ പരസ്യചിത്രങ്ങൾ ചെയ്യുന്നത്. 'അച്ഛന്റെ മകൾ 'ആകുന്നതിലാണ് മകൾ അഭിമാനം കണ്ടെത്തുന്നത്. അമ്മ എന്ന സ്ത്രീ സ്വത്വം ഇത്തരം പരസ്യചിത്രങ്ങളിൽ അദൃശ്യവത്ക്കരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

ഭീമ ജ്വലറിയുടെ പരസ്യ ചിത്രം നിരീക്ഷിക്കുക. 'പെണ്ണായാൽ പൊന്നു വേണം, പൊന്നിൻ കുടമായിടേണം, പത്തരമാറ്റ് അവൾക്കേകാൻ ഭീമതൻ സ്വർണം ചാർത്തിടേണം' എന്ന ഗാനത്തിൽ ആരംഭിക്കുന്ന ഈ പരസ്യചിത്രം ആദ്യം

തന്നെ സ്ത്രീ ശരീരത്തെ ഒരു ഉപഭോഗവസ്തു വായി സ്ഥാപിച്ചു. മാറ്റ് നോക്കി തിരഞ്ഞെടുക്കേണ്ട വിപണി വസ്തുവായി പെണ്ണുടൽ മാറ്റപ്പെട്ടു അഥവാ മനുഷ്യ സ്വത്വത്തിൽ നിന്ന് സ്ത്രീ ശരീരം അപരവത്ക്കരിക്കപ്പെട്ടു. ഇതേ പരസ്യത്തിന്റെ പ്രമേയം നോക്കാം. ജീൻസും ഷർട്ടും ധരിച്ച് വരുന്ന മോഡേൺ നായിക ഇഷ്ടപ്പെട്ട പുരുഷനെ ജീവിത പങ്കാളിയായി ലഭിക്കുന്നതോടെ ഉണ്ടാ കുന്ന മാറ്റങ്ങളാണ് മുഖ്യ പ്രമേയം. വീട്ടുകാരുടെ സന്തോഷത്തിൽ പങ്ക് ചേർന്ന് നായിക കാതു കുത്തുന്നു, പൊന്ന് അണിയുന്നു, പാവാടയും ബ്ലൗസും ധരിക്കുന്നു, ചുരിദാറിലേയ്ക്ക് മാറുന്നു, ഒടുവിൽ സർവാഭരണ വിഭൂഷിതയായി വരനോ ടൊപ്പം ചേരുന്നു (4) ചാരിത്ര്യം, കന്യകാത്വം, അടക്കം, ഒതുക്കം തുടങ്ങിയ സങ്കൽപ്പങ്ങളെ വീണ്ടും വീണ്ടും ഊട്ടിയുറപ്പിക്കുന്ന കുടുംബം എന്ന വ്യവസ്ഥയ്ക്കുള്ളിലേയ്ക്കാണ് ഈ പരസ്യ ചിത്രം സ്ത്രീ ശരീരത്തെ കൊണ്ടു ചെന്ന് സ്ഥാപി ക്കുന്നത്. അതിജീവനത്തിന്റെയും അടിച്ചമർത്ത ലിന്റെയും രാഷ്ട്രീയം പറയാനുള്ള സ്ത്രീ ശരീര ങ്ങളെ വിവാഹത്തിന്റെ വ്യവസ്ഥാപിത ലോകത്ത് കാണാൻ കഴിയില്ല. അതു കൊണ്ട് തന്നെ കറുത്ത തടിച്ച ശരീരങ്ങളെ മേൽപ്പറഞ്ഞ പരസ്യചിത്രങ്ങ ളിലൊന്നും മോഡലുകളായി നമുക്ക് കാണാൻ കഴിയില്ല. നൂറ്റാണ്ടുകൾ കൊണ്ട് രൂപപ്പെട്ട സവർണ സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങൾക്ക് മേലെ പറക്കാത്ത പുരോഗമനവും കാഴ്ചയുമെ ഇക്കാലഘട്ടത്തിലും മലയാളികൾക്കുള്ളു. ചെറിയ തുരുത്തുകളിൽ നിന്നും ഇത്തരം പാരമ്പര്യങ്ങൾക്ക് എതിരായ പ്രതിഷേധങ്ങളും പ്രതിരോധങ്ങളും ഉണ്ടാകുന്നു ണ്ടെങ്കിലും വിപണിയും ജനകീയതയും ഊട്ടിയു റപ്പിച്ച പൊതുബോധത്തിനെ എത്രകണ്ട് തകർ ക്കാൻ കഴിയുമെന്നത് ചോദ്യമായി തുടരുന്നു. കനികുസൃതിയും അലീന ആകാശമിഠായിയും തുടങ്ങിയ മോഡലുകൾ വലിയ പ്രതിരോധം തീർത്തു കൊണ്ട് ഒഴുക്കിനെതിരെ നീന്താൻ ഇറങ്ങിത്തിരിച്ചവരാണ്.

ഉഷ ടീച്ചർ

ഇക്കഴിഞ്ഞ ശിശുദിനത്തിന്, തന്റെ വിദ്യാ ർത്ഥികൾക്ക് വേണ്ടി നെഹ്റുവിന്റെ ചരിത്രം ഓട്ടൻ തുള്ളലായി അവതരിപ്പിച്ച ഉഷ ടീച്ചർക്ക് നേരെ സോഷ്യൽ മീഡിയയിലൂടെ നടന്ന ആക്രമം നാം കണ്ടതാണ്. അവരുടെ രൂപവും നിറവും നൃത്തവും പൊതുമണ്ഡലത്തിലെ ആൺബോധത്തെ കുറ ച്ചൊന്നുമല്ല ചൊടിപ്പിച്ചത്. ഏതു സ്ത്രീയെയും മര്യാദ പഠിപ്പിക്കുവാനും നിയന്ത്രിക്കുവാനുമുള്ള ചുമതല ഏതു പുരുഷനുമുണ്ട് എന്ന നിലയിൽ വിനിമയം ചെയ്യപ്പെട്ട ആണത്ത പ്രിവിലേജ് തന്നെ യാണ് പ്രധാന പ്രശ്നം. ഇത്തരം പ്രിവിലേജു കളുടെ കാഴ്ചയിൽ നന്നു ഉണ്ടാക്കിയെടുത്ത സൗന്ദര്യ സങ്കൽപമാതൃകൾക്ക് ഉഷ ടീച്ചറിനെ അംഗീകരിക്കുവാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. അതിനു നേരെ ടീച്ചർ പറഞ്ഞ മറുപടി ശ്രദ്ധേയമാണ് "എന്റെ രൂപമാണ് നിങ്ങളെ ചൊടിപ്പിച്ചതെങ്കിൽ നിങ്ങൾ കണ്ണടച്ചോളൂ. നിങ്ങളുടെ വീട്ടുമുറ്റത്തല്ല, എന്റെ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ മുന്നിലാണ് ഞാൻ നൃത്തം ചെയ്തത്. എന്റെ മക്കൾക്കായി തുള്ളണമെങ്കിൽ ഞാൻ തുള്ളുക തന്നെ ചെയ്യും" (5) രൂപത്തിലും നിറത്തിലും ചലനത്തിലുമെക്കെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന പരമ്പരാഗത അധികാര സങ്കൽപ്പത്തെയാണ് ഉഷ ടീച്ചർ വെല്ലുവിളിച്ചിരിക്കുന്നത്. ശരീരത്തിലൂന്നിയ പരിഹാസങ്ങൾക്ക് ശക്തമായ പ്രതിരോധം തീർ ക്കുന്നുണ്ട് ടീച്ചറുടെ വാക്കുകൾ.

സ്ത്രീ ശരീരത്തെ സംബന്ധിച്ച് നിലനിൽ ക്കുന്ന പരമ്പരാഗത സൗന്ദര്യ ബോധങ്ങളെ പ്രതി രോധിക്കുവാൻ ഇന്നും സമൂഹത്തിന്റെ പൊതു ഇടങ്ങൾക്ക് സാധിച്ചിട്ടില്ല.സാഹിത്യത്തിൽ മാറ്റ ങ്ങൾ പെട്ടെന്ന് സംഭവിച്ചുവെങ്കിലും അത് അക്കാ ദമികമായ വായനാ സമൂഹത്തിനിടയിലാണ് നില നിൽക്കുന്നത്. ജനകീയതയുടെ മാനദണ്ഡങ്ങൾ ഇന്നും പരമ്പരാഗത സീതാ ശരീരങ്ങളെയും വിക്ടോറിയൻ സദാചാര സങ്കൽപ്പങ്ങളെയുമാണ് കൊണ്ടാടുന്നത്. സിനിമ ഇന്നും മാറ്റമില്ലാത്ത മേഖലയായി തുടരുന്നുണ്ട്. ബദൽ മാർഗങ്ങ ളില്ലെന്നല്ല. നവോത്ഥാനം പോലെ അവയ്ക്കും തുടർച്ചയില്ലാതെ പോകുന്നു. ശരീരത്തിൽ ഊന്നിയ പൂർവ്വ മാതൃകകളെ നിരന്തരം ചോദ്യം ചെയ്തു കൊണ്ടും പ്രതിരോധിച്ചു കൊണ്ടും മാത്രമേ മുന്നോട്ടു പോകുവാൻ കഴിയുകയുള്ളൂ.

കുറിപ്പുകൾ

(1) അസീസ് തരുവണ, 2011, വയനാടൻ രാമായണം, മാതൃഭൂമി ബുക്ക്സ്, കോഴിക്കോട്.
(2) Muharat wedding collection KalyanmuharatBrides
(3) KalyanJewellers.net, Published on Jul 31,2013
(4) http://www.bhima.in/&ved
(5) https://www.manoramanews.com/news/spotlight/2018/11/18/oscial-media-viral-teacher-usha-interview

■

പെൺപക്ഷം

അജിത കെ.

ഇന്ത്യ ഹിന്ദുത്വഭരണത്തിലേക്ക്

ഇക്കഴിഞ്ഞ ലോകസഭാ തെരഞ്ഞെടുപ്പ് ഫലങ്ങൾ 1947ന് ശേഷമുള്ള ഒരു പ്രക്രിയയുടെ അന്ത്യമാണ്. ബ്രിട്ടീഷ് ഭരണത്തിൽനിന്ന് സ്വതന്ത്ര ഇന്ത്യയിലേക്കും ജനാധിപത്യ-മതേതര-ബഹുസ്വര മൂല്യങ്ങളിലേക്കും ഇന്ത്യയുടെ ഭരണം മാറിക്കഴിഞ്ഞശേഷം മറ്റു ലോകരാഷ്ട്രങ്ങളിൽ പലതിലുമെന്ന പോലെ മതാധിഷ്ഠിത ഭരണത്തിലേക്ക് നീങ്ങിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. സവർണ്ണമേധാവിത്വവും ജാതിവ്യവസ്ഥയും ഒപ്പം പുരുഷാധിപത്യവും ഒന്നിനൊന്ന് ശക്തിപ്പെടാനുള്ള എല്ലാ സാഹചര്യങ്ങളും ഒരുങ്ങിക്കഴിഞ്ഞു. ഇനി സ്ത്രീശാക്തീകരണമെന്നതിന്ന് ഐക്യരാഷ്ട്രസഭയുടെ സമീപനത്തിനു പകരം സ്ത്രീവിവേചനപരമായ മതാചാര സംരക്ഷണവും പീഡനങ്ങൾ നിറഞ്ഞ കുടുംബവ്യവസ്ഥിതി സംരക്ഷണവും ഒക്കെയായി കാലക്രമേണ അടിച്ചേല്പ്പിക്കപ്പെടാനുള്ള വിശാലമായ കളമൊരുങ്ങിക്കഴിഞ്ഞു.

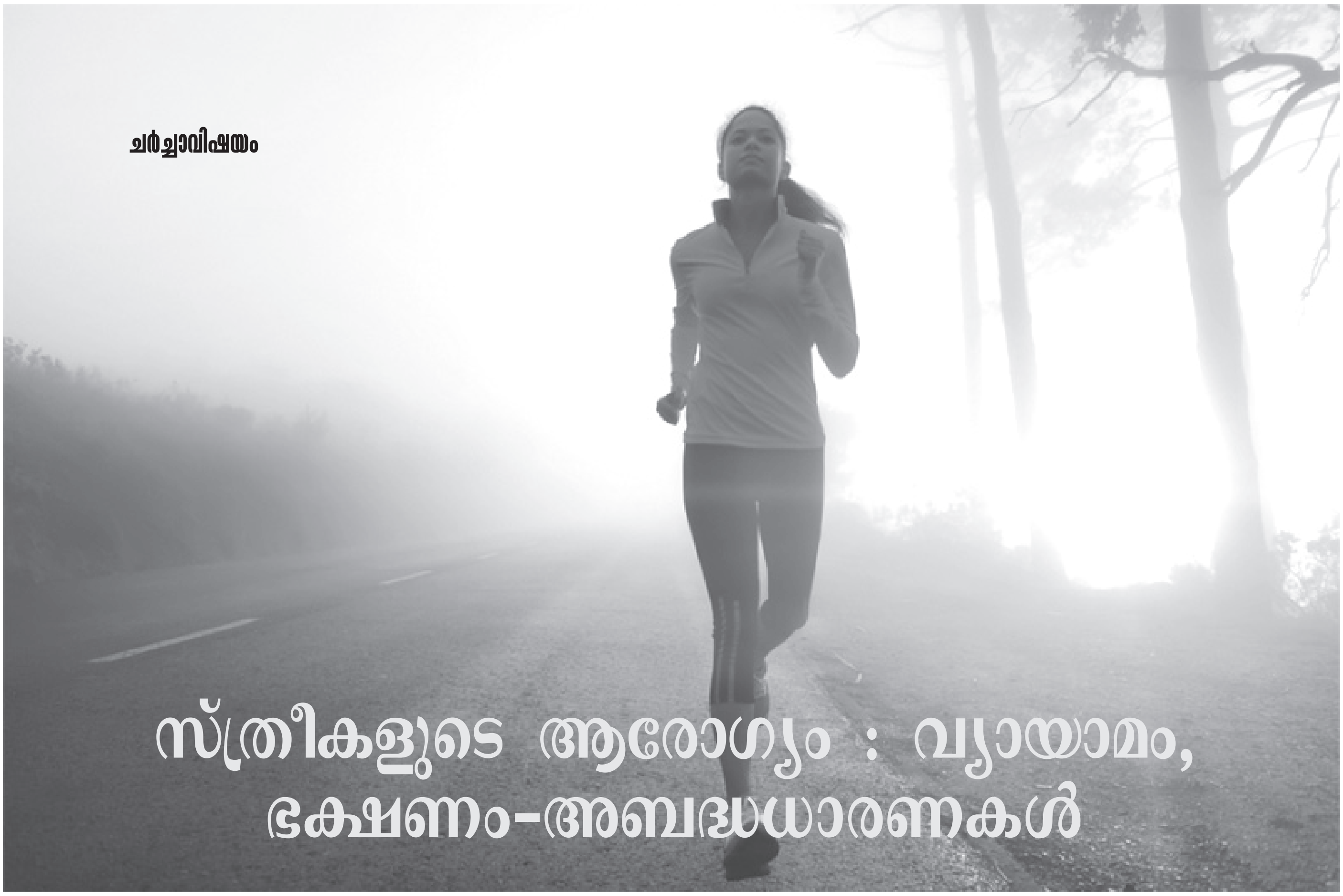
ഭാവി ഇരുളടഞ്ഞതാണ്. നമ്മുടെ കുഞ്ഞുമക്കൾക്ക് നമ്മൾ ഏല്പിച്ചു കൊടുക്കുന്നത് എന്തുതരം ലോകമാണ്. ഭീകരമായ ഈ കറുത്ത രാത്രി കഴിഞ്ഞ് പുലരിവെളിച്ചം വരുന്നത് എപ്പോഴായിരിക്കും? അപ്പോഴേക്ക് തലമുറകൾ തന്നെ മാറിപ്പോവില്ലേ?

ഇതിനെല്ലാം കാരണക്കാർ ആരാണെന്ന് ചോദിച്ചാൽ എന്റെ മറുപടി ഇതാണ് - ദശകങ്ങളോളം ഇന്ത്യ ഭരിച്ച് അധികാരപ്രമത്തതയിലൂടേയും അഴിമതിയിലൂടേയും തടിച്ചുകൊഴുത്ത കോൺഗ്രസ്സും കേരളത്തിലും, പശ്ചിമബംഗാളിലും ആന്ധ്രയിലും ത്രിപുരയിലും മറ്റും നടന്ന കാർഷിക വിപ്ലവങ്ങളുടെ പിന്തുടർച്ചാവകാശികളായ ഇടതുപക്ഷ പ്രസ്ഥാനവും തന്നെ.

ശക്തമായ കാഡർ സംവിധാനവും സംഘടനയുമുണ്ടായിരുന്ന ഇടതുപക്ഷ പ്രസ്ഥാനം ഇന്നത്തെ അവസ്ഥയിലായതിന് വളരെയേറെ ഹേതുക്കളുണ്ട്. തെരഞ്ഞെടുപ്പുകളിൽ മത്സരിച്ച് അധികാരത്തിൽ പങ്കുണ്ടായപ്പോൾ വിപ്ലവ-പുരോഗമന മൂല്യങ്ങൾ പലപ്പോഴും ദയനീയമായി കയ്യൊഴിയപ്പെട്ടു. മതതാല്പര്യങ്ങളോടും സവർണ്ണ താല്പര്യങ്ങളോടും സന്ധി ചെയ്യുക ഒരു രീതിയായി മാറി. ലക്ഷ്യം അധികാരം മാത്രമായി.

വളരെ നിസ്സാരമായ തോതിൽ ഇന്ത്യയിൽ പ്രവർത്തിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന സംഘപരിവാർ ശക്തികളെ ഒരു കാലഘട്ടത്തിൽ ഉയർത്തിപ്പിടിച്ച നവോത്ഥാന മൂല്യങ്ങളിലൂടെ ചെറുക്കുന്ന പ്രവർത്തനം ക്രമേണ പുറകോട്ടടിച്ചു. മതേതര മൂല്യങ്ങൾ മുഖ്യധാരയിലായിരുന്ന കാലഘട്ടം അങ്ങനെ ക്രമേണ ഇല്ലാതായി. വിപ്ലവ-പുരോഗമന മൂല്യങ്ങൾ മതാധിപത്യത്തിന് വഴിമാറിക്കൊടുത്തു. ദശകങ്ങളോളം എടുത്ത ആ പ്രക്രിയ അവസാനം ഇടതുപക്ഷ പ്രസ്ഥാനത്തെ, ഒപ്പം മനുഷ്യസ്നേഹത്തിന്റേയും സാഹോദര്യത്തിന്റേയും അമൂല്യമായ തത്വങ്ങളെത്തന്നെ വിഴുങ്ങി എന്നാണ് വേദനയോടെ എനിക്ക് പറയാനുള്ളത്.

ഭാവി ഇരുളടഞ്ഞതാണ്. നമ്മുടെ കുഞ്ഞുമക്കൾക്ക് നമ്മൾ ഏല്പിച്ചു കൊടുക്കുന്നത് എന്തുതരം ലോകമാണ്. ഭീകരമായ ഈ കറുത്ത രാത്രി കഴിഞ്ഞ് പുലരിവെളിച്ചം വരുന്നത് എപ്പോഴായിരിക്കും? അപ്പോഴേക്ക് തലമുറകൾ തന്നെ മാറിപ്പോവില്ലേ?



സ്ത്രീകളുടെ ആരോഗ്യം : വ്യായാമം, ഭക്ഷണം-അബദ്ധധാരണകൾ

അഞ്ജു ഹബീബ്
അഞ്ജു ഹബീബ് ഫിറ്റ്നെസ് ഗ്രൂപ്പ്, പാലക്കാട്

നാൽപ്പതുകളുടെ അവസാനമോ അമ്പതുകളുടെ തുടക്കത്തിലോ ആയി എല്ലുതേയ്മാനവും സന്ധിവേദനയും മുതൽ ഹൃദ്രോഗം വരെയുള്ള രോഗങ്ങളുടെ മാലപ്പടക്കം പൊട്ടിത്തുടങ്ങുമ്പോൾ മാത്രമാണ് ജീവിതത്തിന്റെ നല്ല കാലത്ത് ചെയ്യാതെ കൈവിട്ട് പോയ ചില ചെറിയ കരുതലുകളെപ്പറ്റി ഇവർ ആദ്യമായി മനസ്സിലാക്കുന്നത്.

എല്ലാവരുടെയും ഭക്ഷണം കഴിച്ച് കഴിഞ്ഞ് പാത്രത്തിൽ ചോറോ കറിയോ ബാക്കി ഉണ്ടെങ്കിൽ നിങ്ങൾ എന്ത് ചെയ്യും? ഇത്തിരി ആയി എങ്ങനെ ബാക്കി വെക്കും? ഇത്ര അല്ലെ ഉള്ളൂ അതെങ്ങനെ കളയും... മിക്കവാറും അത് കൂടി അങ്ങ് നമ്മുടെ പാത്രത്തിലേക്ക് ഇട്ട് കഴിക്കും അല്ലെ? മിക്കവാറും കുടുംബങ്ങളിൽ കാണുന്ന രീതിയാണ്. ഇങ്ങനെ വയറിന് വേണ്ടതിൽ കൂടുതലും കഴിച്ച് കഴിച്ച് കൊളസ്ട്രോളും, ഷുഗറും മറ്റ് ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളും പടിവാതിലിൽ എത്തി നിൽക്കുമ്പോൾ ഒന്ന് എക്സർസൈസ് ചെയ്യാൻ പറഞ്ഞു നോക്കൂ... 'വീട്ടിലെ ഇത്രേം പണി ചെയ്യുന്ന, കൂടെ ഓഫീസ് ജോലിയും മറ്റെല്ലാം ചെയ്യുന്ന എനിക്ക് ഇനി എക്സർസൈസ് ചെയ്യേണ്ട ആവശ്യം ഇല്ലല്ലോ അല്ലെങ്കിൽ അതിനൊക്കെ എവിടാ സമയം' എന്നായിരിക്കും ഉത്തരം... പറഞ്ഞു വരുന്നത് സ്ത്രീകളുടെ ആരോഗ്യത്തെ കുറിച്ചാണ്.

നമ്മൾ മലയാളികൾ പൊതുവെ ചോറ് കൂടുതൽ കഴിക്കുന്നവരാണ്. അല്ലെങ്കിൽ ചോറ് പോലെ കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ് കൂടുതൽ അടങ്ങിയ മറ്റ് ഭക്ഷണങ്ങൾ. ബ്രേക്ക്ഫാസ്റ്റ് മുതൽ ഡിന്നർ വരെ നാം കഴിക്കുന്ന എല്ലാ പ്ലേറ്റിലും നിറഞ്ഞു നിൽക്കുന്നത് ഈ പാറ്റേണാണ്. ഇതിനു പുറമെ വറവിനോടും പൊരിച്ച ഭക്ഷണങ്ങളോടും ഒരല്പം ഇഷ്ടക്കൂടുതൽ ഉള്ളവരും. പച്ചക്കറികൾ കഴിക്കുമെങ്കിലും അതിന്റെ അളവ് വളരെ കുറവ് മാത്ര

മായിരിക്കുകയും ചെയ്യും. ഇനി പ്രോട്ടീനോ..? അതും വല്ലപ്പോഴുമൊരിക്കൽ ഒരു മുട്ടയിലോ ഒരു കഷ്ണം മീനിലോ മൂന്നോ നാലോ പീസ് ചിക്കനിലോ ഒതുങ്ങും... വർക്ക്ഔട്ടിന്റെ കാര്യം നോക്കിയാൽ, മിക്കവാറും പേർ പ്രത്യേകിച്ചൊന്നും ചെയ്യുന്നുണ്ടാവില്ല.. ചിലർ ദിവസം അര മണിക്കൂർ നടക്കുന്നുണ്ടാവാം.. അതിൽ എല്ലാം കഴിഞ്ഞു എന്ന ചിന്തിക്കുന്നവരാണ് അധികവും. നാൽപ്പതുകളുടെ അവസാനമോ അമ്പതുകളുടെ തുടക്കത്തിലോ ആയി എല്ലുതേയ്മാനവും സന്ധിവേദനയും മുതൽ ഹൃദ്രോഗം വരെയുള്ള രോഗങ്ങളുടെ മാലപ്പടക്കം പൊട്ടിത്തുടങ്ങുമ്പോൾ മാത്രമാണ് ജീവിതത്തിന്റെ നല്ല കാലത്ത് ചെയ്യാതെ കൈവിട്ട് പോയ ചില ചെറിയ കരുതലുകളെപ്പറ്റി ഇവർ ആദ്യമായി മനസ്സിലാക്കുന്നത്.

വീട്ടുപണികളും വ്യായാമവും രണ്ടും രണ്ടാണ് എന്ന കാര്യമാണ് ആദ്യം മനസ്സിലാക്കേണ്ടത്. വ്യായാമത്തിനായി ഒരു സമയം നീക്കി വച്ചേ മതിയാവൂ എന്ന് പറയുമ്പോൾ 'ഇനി അതിനു കൂടി എവിടുന്ന് സമയം എടുക്കാനാണ്' അല്ലെങ്കിൽ 'രാവിലെ എണീറ്റ് മൈതാനത്തും ജിമ്മിലും ഒക്കെ പോവാനൊന്നും പറ്റുന്ന അവസ്ഥയല്ല' എന്നൊക്കെയാണോ ചിന്തിച്ചത്? എന്നാൽ കേട്ടോളൂ, ആഴ്ചയിൽ വെറും രണ്ടര മണിക്കൂർ സമയം മാറ്റി വച്ചാൽ തന്നെ സ്ത്രീ ശരീരത്തിന് ആവശ്യത്തിന് വ്യായാമം ലഭിക്കും. ഇത് തന്നെ എല്ലാ ദിവസവും കൃത്യമായി ഇന്ന സമയത്ത് തന്നെ ചെയ്യണം എന്നൊന്നുമില്ല. ജോലിക്കിടയിലോ ജോലി തീർത്തിട്ടോ പുലർച്ചയോ നട്ടുച്ചക്കോ പാതിരാത്രിക്കോ എന്നിങ്ങനെ എപ്പോഴാണോ അരമണിക്കൂർ ഒഴിവ് കിട്ടുന്നത് അപ്പോൾ ചെയ്യാം. ടെലിവിഷനിൽ സിനിമയോ വാർത്തയോ മറ്റോ കാണുന്ന സമയമുണ്ടെങ്കിൽ അതിനോടൊപ്പവും ചെയ്യാം.

എന്തൊക്കെയാണീ വ്യായാമങ്ങൾ

കാർഡിയോ, റെസിസ്റ്റൻസ് എന്നിങ്ങനെ രണ്ടിനം വ്യായാമങ്ങളെക്കുറിച്ചാണ് തുടക്കത്തിൽ മനസ്സിലാക്കേണ്ടത്.

നമ്മുടെ ഹൃദയവും ശ്വാസകോശവും പ്രധാനമായും പണിയെടുക്കേണ്ടി വരുന്ന വ്യായാമങ്ങളാണ് കാർഡിയോ എന്ന ഓമനപ്പേരിലറിയപ്പെടുന്ന എയറോബിക് വ്യായാമങ്ങൾ. നടത്തം, ജോഗിംഗ്, മീഡിയം സ്പീഡിലുള്ള ഓട്ടം, എലിപ്റ്റിക്കൽ മെഷീൻ, സൈക്കിളിംഗ്, നീന്തൽ, സ്കിപ്പിംഗ്, സ്റ്റെപ്പ് കയറൽ, ഒക്കെ കാർഡിയോ വർക്കൗട്ടുകളാണ്. നടത്തം എന്ന് പറയുമ്പോൾ ഗ്രൗണ്ടിൽ ചെന്ന് നടക്കണമെന്നൊന്നുമില്ല, റൂമിനുള്ളിൽ തന്നെ അങ്ങോട്ടുമിങ്ങോട്ടും നടക്കുന്നത് മുതൽ ട്രെഡ്മില്ലും സ്റ്റേഷണറി സൈക്കിളും വരെ വീട്ടിനുള്ളിൽ നിന്ന് തന്നെ ഇതെല്ലാം ചെയ്യാം. കാർഡിയോ വ്യായാമങ്ങൾ അല്പം കൂടെ തീവ്രത കൂട്ടിയത് പോലെയുള്ള HIIT വ്യായാമങ്ങളും വളരെ നല്ലതാണ്.

എന്തെങ്കിലും ഒരു റെസിസ്റ്റൻസ് അല്ലെങ്കിൽ ഭാരം ഉപയോഗിച്ച് ചെയ്യുന്ന വ്യായാമങ്ങളാണ് അടുത്തത്. ഡംബെൽ, ബാൻഡുകൾ, മെഷീനുകൾ, സ്വന്തം ശരീരഭാരം എന്നിവയൊക്കെ ഉപയോഗിച്ച് ഈ വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യാം. കാർഡിയോ വർക്കൗട്ടുകൾ ഹൃദയത്തിനും ശ്വാസകോശത്തിനെയും കൊണ്ട് പരമാവധി പണിയെടുപ്പിക്കുമ്പോൾ റെസിസ്റ്റൻസ് വ്യായാമങ്ങൾ ശരീരത്തിലെ അതാത് മസിലുകളെയാണ് പണിയെടുപ്പിക്കുന്നത്.

കുടവയർ കുറയ്ക്കുന്നത് പോലെയുള്ള ആവശ്യങ്ങൾക്കായാലും ആരോഗ്യം നിലനിർത്താനായാലും സ്ത്രീകൾക്ക് ഈ രണ്ട് തരം വ്യായാമങ്ങളും ചെയ്യണം.

അയ്യോ, ഇതൊക്കെ ചെയ്താൽ ആണുങ്ങളെപ്പോലെ ആവില്ലേ...!

വീട്ടുജോലിയുടെ തിരക്കുകൾ പറയുന്ന സ്ത്രീകൾ മാത്രമല്ല, വ്യായാമം ചെയ്യാൻ എല്ലാ സാഹചര്യവും ഉള്ള
വരും മിക്കപ്പോഴും റെസിസ്റ്റൻസ് വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യാൻ മടിക്കുന്നത് കാണാം. അത്യാധുനിക ജിംനേഷ്യത്തിൽ മെമ്പർഷിപ്പുണ്ടായിട്ട് പോലും ഈ വ്യായാമങ്ങൾ ചെയ്യാതെ പകരം അവിടെയുള്ള കാർഡിയോ വ്യായാമങ്ങളായ സൈക്കിളിലും ട്രെഡ്മില്ലിലും ഒക്കെയായി സ്ത്രീകൾ ഒതുങ്ങുന്നത് കാണാറുണ്ട്. ഭാരമൊക്കെ പൊക്കി വ്യായാമം ചെയ്താൽ മസി

ലൊക്കെ വന്ന് 'സ്ത്രൈണത' ഇല്ലാതെ യാവുമോ എന്നതാണ് ഇവരെ അലട്ടുന്ന പ്രധാന ആശങ്ക. ഇതൊരു അബദ്ധധാരണ മാത്രമാണ്. മൽസരത്തിനൊക്കെ പങ്കെടുക്കാൻ വേണ്ടി അങ്ങനൊരു ശരീരം ആക്കണം എന്ന് മെനക്കെട്ട് ഇറങ്ങുന്നവർ പോലും അത്ര ഡെഡിക്കേഷനോടെ മൂക്കു കൊണ്ട് ക്ഷ ങ്ങ ക്ക ഒക്കെ വർഷങ്ങളോളം വരച്ചാണ് ആ ലക്ഷ്യം സാധിക്കുന്നത്. സാധാരണ നമ്മൾ ചെയ്യുന്ന വർക്കൗട്ട് കൊണ്ട് ഒരിക്കലും അങ്ങനെ സാധിക്കില്ല. അതേ സമയം, റെസി സ്റ്റൻസ് വർക്കൗട്ടുകൾ ചെയ്യുന്നതു കൊണ്ട് മസിലുകൾ ഉള്ളിൽ ബലം വക്കുകയും ഭംഗിയാ വുകയും ചെയ്യും. അയഞ്ഞു തൂങ്ങി നിൽക്കുന്ന പല ശരീരഭാഗങ്ങളും കുറച്ച് മാസത്തെ റെസി സ്റ്റൻസ് വർക്കൗട്ടിനു ശേഷം ഇങ്ങനെ ദൃഢമായി ആരോഗ്യം വീണ്ടെടുക്കുന്നത് കാണാം.

റെസിസ്റ്റൻസ് വ്യായാമങ്ങൾ കൊണ്ടുണ്ടാ വുന്ന ഏറ്റവും വലിയ ഗുണങ്ങളിലൊന്ന് അത് ബോൺ ഡെൻസിറ്റി നിലനിർത്താൻ ശരീരത്തെ സഹായിക്കുന്നു എന്നതാണ്. വയസ്സാവുമ്പോൾ സ്ത്രീകൾക്ക് സ്വാഭാവികമായും വന്നേക്കാവുന്ന എല്ല് തേയ്മാനം പോലെയുള്ള ഒരുപാട് അവസ്ഥ കളെ ഇത് ഫലപ്രദമായി തടയുകയും ചെയ്യും.

ഇനി എങ്ങാനും വയറു കുറയ്ക്കണം എന്നൊരു തോന്നൽ കലശലായി വന്നാൽ പിന്നെ പിറ്റേന്ന് മുതൽ തന്നെ ആവേശത്തോടെ ഒരുപാട് പേർ ചെയ്ത് തുടങ്ങുന്ന ഒരേ ഒരു വ്യായാമമാണ് വയറിനു മാത്രമുള്ള വർക്കൗട്ടുകൾ. അങ്ങനെ ചെയ്താൽ വയറ്റിലെ ഫാറ്റ് കുറയും എന്ന തെറ്റി ദ്ധാരണയാണിതിനു പുറകിൽ. ഇങ്ങനെ വയറിനു മാത്രം വർക്കൗട്ട് ചെയ്തോ, അതിനു ചുറ്റും എന്തെങ്കിലുമൊന്ന് കെട്ടിവച്ചോ വിറപ്പിച്ചോ എണ്ണ തേച്ചോ കൊഴുപ്പ് അലിയിച്ച് കളയാമെന്ന് വാഗ്ദാനം ചെയുന്ന ഒരുപാട് തട്ടിപ്പ് കമ്പനികളും ഉൽപന്നങ്ങളും ചുറ്റും കാണുകയും ചെയ്യാം. ഇത് കൊണ്ടൊന്നും അവിടെ സംഭരിച്ചുവച്ചിരിക്കുന്ന കൊഴുപ്പ് ഇല്ലാതാവില്ല. എന്ന് മാത്രമല്ല, മറ്റ് ശരീര ഭാഗങ്ങൾക്ക് വേണ്ടി വർക്കൗട്ട് ചെയ്യുന്നതിലും വളരെ കുറച്ച് ഊർജ്ജമേ അബ്ഡൊമൻ വർക്കൗ ട്ടുകൾക്ക് ചിലവാകുന്നുള്ളൂ, താരതമ്യേന അത്രയും കുറവ് കൊഴുപ്പേ പോവൂ എന്നർത്ഥം. എന്നാൽ ഏതൊരു ശരീരഭാഗത്തിനുമെന്നത് പോലെ വയറിലെ പേശികൾക്കും വർക്കൗട്ട് ആവശ്യമാണ് താനും.

വ്യായാമം മാത്രം പോര!

വ്യായാമം ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിന്റെ ഒരു പകുതി മാത്രമേ ആവുന്നുള്ളു. ബാക്കി പകുതിയിൽ ശരീരത്തിന് ആവശ്യമുള്ള ഭക്ഷണം കഴിക്കാതിരിക്കുന്നത് മൂലമുള്ള പോഷകാഹാര ക്കുറവും അനുബന്ധ അസുഖങ്ങളുമാണ് ഒരു വശത്ത്. മറുവശത്താണെങ്കിൽ ആവശ്യമില്ലാത്ത

ആദ്യമായി വ്യായാമങ്ങളുടെയും ഡയറ്റി ന്റെയും ലോകത്തേക്ക് കടന്നുവരുന്നവ രാണെങ്കിൽ തൽക്കാലം അതിഭയങ്കരമായ രീതിയിൽ ഭക്ഷണശീലങ്ങൾ മാറ്റാൻ ശ്രമി ക്കരുത്. ഭക്ഷണം ഒറ്റയടിക്ക് അങ്ങേയറ്റം ആരോഗ്യകരമാക്കി മാറ്റാൻ ശ്രമിക്കുന്നത് കൊണ്ട് ജീവിതം വെറുത്തും, ഭക്ഷണം വല്ലാതെ കുറയുമ്പോൾ വരുന്ന ക്ഷീണവും ഒപ്പം വ്യായാമത്തിന്റെ ക്ഷീണവും എല്ലാം ചേർന്ന് തലപെരുത്തുമാണ് പലരും ഡയറ്റും വർക്കൗട്ടും ഒക്കെ കുറച്ച് ദിവസം കഴിയുമ്പോൾ നിർത്തുന്നത്. അത് കൊണ്ട് തന്നെ നിലവിലുള്ള ഭക്ഷണശീലത്തിൽ ചെറിയ ചില മാറ്റങ്ങൾ മാത്രം വരുത്തി തൽക്കാലം നമുക്ക് വർക്കൗട്ട് തുടങ്ങു കയും, പിന്നെ പതിയെ ഭക്ഷണം കറക്റ്റ് ചെയ്യുകയുമാണ് നല്ലത്. ഒരു രണ്ട് മാസ മെങ്കിലും വർക്കൗട്ട് ചെയ്ത ആൾക്ക് ശരീരത്തിൽ വരുന്ന മാറ്റങ്ങൾ ഭക്ഷണ ശീലങ്ങൾ ശരിയാക്കാനുള്ള സെൽഫ് മോട്ടിവേഷനും ആവും.

ഭക്ഷണം ആവശ്യത്തിലേറെ അകത്താക്കുന്നതു മൂലം വരുന്ന പൊണ്ണത്തടിയും, ഒപ്പം പൊണ്ണത്തടി യുടെ അകമ്പടിയായി ടൈപ്പ് 2 പ്രമേഹം, ഫാറ്റി ലിവർ, വൃക്ക രോഗങ്ങൾ, ഉയർന്ന രക്തസമ്മർദ്ദം, ഉറക്കമില്ലായ്മ, എല്ല് തേയ്മാനം എന്നിങ്ങനെ മറ്റ നേകം അസുഖങ്ങളുടെ ഒരു കമനീയശേഖരവും.

അടുക്കളയിൽ 24 മണിക്കൂർ ചിലവഴിച്ചാലും കഴിക്കേണ്ട ഭക്ഷണത്തെക്കുറിച്ചൊരു കൃത്യമായ ധാരണ മിക്ക സ്ത്രീകൾക്കുമില്ല. കൗമാരപ്രായ ത്തിൽ ഏറ്റവുമധികം വേണ്ട ഇരുമ്പ് ആവശ്യത്തിന് ലഭിക്കാത്ത കാരണം കൊണ്ട് വിളർച്ച പെൺകുട്ടി കളിൽ സാധാരണമായിരിക്കും. ഇത് കൂടാതെ, ഫാസ്റ്റ്ഫുഡിന്റേയും പഞ്ചസാരയുടേയും എണ്ണ യുടേയും കൊഴുപ്പിന്റേയുമെല്ലാം അമിതോപ യോഗം നൽകുന്ന പൊളിസിസ്റ്റിക് ഒവേറിയൻ ഡിസീസ് (PCOD) പോലുള്ള അവസ്ഥകളും ഇപ്പോൾ സാധാരണമായി കണ്ടു വരുന്നു. ബ്രേക്ക് ഫാസ്റ്റും ഡിന്നറുമൊക്കെ ഒഴിവാക്കിയാൽ വണ്ണം

കുറയുമെന്ന് ധരിച്ച് മറ്റ് നേരങ്ങളിൽ വയറു നിറച്ച് കഴിക്കുന്ന അബദ്ധം ഇതിനു പുറമേയും..

ഇനി എന്തൊക്കെ കഴിക്കണം എന്നാണെങ്കിൽ ധാരാളം ഇലക്കറികൾ, അവൽ, ശർക്കര, ഈന്തപ്പഴം, ഉണക്കമുന്തിരി, റാഗി, കറി വെച്ച സസ്യേതരവിഭങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ സ്ത്രീകൾ ശീലമാക്കുക. ആർത്തവസമയത്തെ രക്തനഷ്ടം കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന വിളർച്ചയും ഈ രീതിയിൽ തടയാം. കാത്സ്യവും ഈ രീതിയിൽ ഭക്ഷണത്തിൽ നിർബന്ധമായും ഉൾപ്പെടുത്തണം. ചെറുമീനുകൾ, പാൽ, പാലുൽപന്നങ്ങൾ, റാഗി, മുരിങ്ങക്കായ തുടങ്ങിയവ ആഹാരത്തിൽ പതിവാക്കണം. പട്ടിണി കിടന്ന് ആരും ആരോഗ്യം നേടിയിട്ടില്ലെന്ന് ആവർത്തിക്കട്ടെ.

ഗർഭിണിയാണെങ്കിലോ... രണ്ടാൾക്കുള്ളത് കഴിക്കേണ്ട, പകരം പോഷകസമ്പുഷ്ടമായ ഭക്ഷണം കുറേശ്ശെ പല തവണയായി കഴിക്കുക. പ്രസവിച്ച് കിടക്കുന്ന അമ്മക്കും ഏകദേശം 500 കിലോകലോറി മാത്രമാണ് ആവശ്യം. അവരെയും നിർബന്ധിച്ച് കഴിപ്പിച്ചും കട്ടിലിൽ അനക്കാതെ മലർത്തിക്കിടത്തിയും ആയുഷ്കാലരോഗികൾ ആക്കാനുള്ള മുന്നൊരുക്കം നടത്തരുത്. സ്ത്രീകളിലെ ജീവിതശൈലിരോഗങ്ങൾക്ക് പ്രധാനകാരണങ്ങളിൽ ഒന്ന് ഇത്തരം ക്രമരഹിതമായ ഭക്ഷണശീലവും വ്യായാമക്കുറവും തന്നെയാണ്. എല്ലാവരുടേയും ആരോഗ്യം നോക്കി സ്വയം ഉരുകിത്തീരുന്ന മെഴുകുതിരികളാകരുത് നമ്മൾ.

ആദ്യമായി വ്യായാമങ്ങളുടെയും ഡയറ്റിന്റെയും ലോകത്തേക്ക് കടന്നുവരുന്നവരാണെങ്കിൽ തൽക്കാലം അതിഭയങ്കരമായ രീതിയിൽ ഭക്ഷണശീലങ്ങൾ മാറ്റാൻ ശ്രമിക്കരുത്. ഭക്ഷണം ഒറ്റയടിക്ക് അങ്ങേയറ്റം ആരോഗ്യകരമാക്കി മാറ്റാൻ ശ്രമിക്കുന്നത് കൊണ്ട് ജീവിതം വെറുത്തും, ഭക്ഷണം വല്ലാതെ കുറയുമ്പോൾ വരുന്ന ക്ഷീണവും ഒപ്പം വ്യായാമത്തിന്റെ ക്ഷീണവും എല്ലാം ചേർന്ന് തലപെരുത്തുമാണ് പലരും ഡയറ്റും വർക്കൗട്ടും ഒക്കെ കുറച്ച് ദിവസം കഴിയുമ്പോൾ നിർത്തുന്നത്. അത് കൊണ്ട് തന്നെ നിലവിലുള്ള ഭക്ഷണശീലത്തിൽ ചെറിയ ചില മാറ്റങ്ങൾ മാത്രം വരുത്തി തൽക്കാലം നമുക്ക് വർക്കൗട്ട് തുടങ്ങുകയും, പിന്നെ പതിയെ ഭക്ഷണം കറക്റ്റ് ചെയ്യുകയുമാണ് നല്ലത്. ഒരു രണ്ട് മാസമെങ്കിലും വർക്കൗട്ട് ചെയ്ത ആൾക്ക് ശരീരത്തിൽ വരുന്ന മാറ്റങ്ങൾ ഭക്ഷണശീലങ്ങൾ ശരിയാക്കാനുള്ള സെൽഫ് മോട്ടിവേഷനും ആവും.

മധുരം, കൊഴുപ്പ്, ജങ്ക് ഫുഡ്സ്, ബേക്കറി ഭക്ഷണങ്ങൾ, എണ്ണപ്പലഹാരങ്ങൾ എന്നിവ പറ്റു

ന്നത്ര ഒഴിവാക്കുക എന്നതാണ് ഇതിനായി ചെയ്യാവുന്ന ആദ്യത്തെ സ്റ്റെപ്. തുടക്കത്തിൽ കഴിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിന്റെ അളവ് അങ്ങനെ തന്നെ നിലനിർത്തുക. പക്ഷേ, കഴിക്കാനെടുക്കുമ്പോൾ ആ പ്ലേറ്റിൽ പകുതി പ്രോട്ടീൻ അടങ്ങിയ ഭക്ഷണം, കാൽ ഭാഗം കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ് അടങ്ങിയ ഭക്ഷണം, ബാക്കി കാൽഭാഗം ലീഫി വെജിറ്റബിൾസോ സാലഡോ എടുക്കുക. പതിയെ ഓരോ ശരീരത്തിനും ആവശ്യമായ കലോറി കണക്കാക്കി അതിന്റെ ചുറ്റുവട്ടത്തേക്ക് ഭക്ഷണത്തെ കൊണ്ടുവരണം.

നമ്മുടെ മെനുവിൽ സാധാരണയായി കടന്നു വരാറുള്ള ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളിൽ പ്രോട്ടീൻ റിച്ച് ആയ വയെ തിരഞ്ഞ് പിടിച്ച് പ്രഥമപരിഗണ കൊടുത്ത് കഴിക്കാൻ നോക്കണം എന്ന് പറഞ്ഞല്ലോ.... ചിക്കൻ, മട്ടൻ, പോർക്ക്, ബീഫ് അടക്കം എല്ലാ മാംസവും, ചെമ്മീൻ, കക്ക, കൂന്തൽ അടക്കം എല്ലാ മത്സ്യവും, എല്ലാ മുട്ടയും, കടല, ചെറുപയർ, മുതിര, പരിപ്പ്, ചന്ന, രാജ്മ, സോയാബീൻ തുടങ്ങിയ എല്ലാ പയറുവർഗ്ഗങ്ങളും, കപ്പലണ്ടി,ബദാം, കാഷ്യു തുടങ്ങി എല്ലാ നട്സും, ചീസ്, യോഗർട്ട്, പനീർ തുടങ്ങിയ പാലുല്പന്നങ്ങളും പ്രോട്ടീനാൽ സമ്പുഷ്ടമാണ്..

ഇതിനോടൊപ്പം എല്ലാ ദിവസവും ചീര, മുരിങ്ങ, തുടങ്ങിയ ഇലക്കറികളും കാരറ്റ്, കുക്കുമ്പർ, ബീറ്റ്റൂട്ട്, കാബേജ്, കോളിഫ്ളവർ, ബീൻസ്, തുടങ്ങി വിവിധവർണ്ണങ്ങളിലുള്ള വെജിറ്റബിൾസും ധാരാളം കഴിക്കുക.

അതേ സമയം നിലവിൽ നമ്മുടെ വയറ്റിലേക്ക് പ്രധാന ഇൻകമിംഗുകളായ ചോറ്, ചപ്പാത്തി, പൊറോട്ട, നാൻ, ഓട്സ്, കഞ്ഞി, ദോശ, ഇഡ്ഡലി, ബ്രഡ്ഡ്, എന്നിങ്ങനെ അരി, ഗോതമ്പ്, തുടങ്ങിയ ധാന്യങ്ങളുടെ എല്ലാ രൂപവും, ഉരുളക്കിഴങ്ങ്, മധുരക്കിഴങ്ങ്, കപ്പ മുതലായ എല്ലാ കിഴങ്ങുവർഗ്ഗങ്ങളും, ആപ്പിൾ, ബനാന മുതലായ പഴങ്ങളുമെല്ലാം കാർബോഹൈഡ്രേറ്റിന്റെ ഖനികളാണ്. മുകളിൽ പറഞ്ഞ മിക്കതിൽ നിന്നും കുറേശ്ശെയായി കിട്ടുന്നതിനു പുറമേ വിവിധയിനം എണ്ണ/കൊഴുപ്പ് അടങ്ങിയ എല്ലാ ഭക്ഷണപഥാർത്ഥങ്ങളിൽ നിന്നും ഫാറ്റും ശരീരത്തിലെത്തും. ഇതാണ് നമ്മൾ നിയന്ത്രിക്കേണ്ട പ്രധാന ഭാഗം..

പലപ്പോഴും നമ്മൾ മറന്നു പോവുന്ന മറ്റൊരു പ്രധാന വിഷയമാണ് വെള്ളം കുടി. എല്ലാ ദിവസവും നിർബന്ധമായും 2-3 ലിറ്റർ വെള്ളമെങ്കിലും കുടിച്ചിരിക്കണം. ശരീരത്തിലെ അനാവശ്യവസ്തുക്കൾ പുറന്തള്ളുന്നത് മുതൽ മെറ്റബോളിസത്തെ സഹായിക്കുന്നത് വരെയുള്ള നൂറുകണക്കിന് പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ മെയിൻ ഇൻഗ്രീഡിയന്റാണ് വെള്ളം.

സ്കിൻ ഹെൽത്തി ആക്കുക, ഹോർമോണുകളുടെ ഉല്പാദനത്തെയും വിതരണത്തെയും സഹായിക്കുക, മാലിന്യങ്ങൾ പുറംതള്ളുക, ശരീരത്തിന്റെ താപനില നിലനിർത്തുക എന്നിങ്ങനെ മറ്റൊരുപാട് കാര്യങ്ങൾക്കും വെള്ളം അത്യാവശ്യമാണ്... ആകെ മൂന്ന് ലിറ്ററിനടുപ്പിച്ച് വെള്ളമാണ് ഒരു ശരാശരി മനുഷ്യശരീരത്തിന് ഒരു ദിവസം വേണ്ടത്. ഇത് കാപ്പി ചായ തുടങ്ങിയ ഡൈയൂറിക് ബിവറേജുകൾ കൂട്ടാതെ വെറും വെള്ളം മാത്രം കുടിക്കേണ്ട അളവാണ്. ദിവസത്തിൽ എല്ലാ മണിക്കൂറിലും ഒരു ഗ്ലാസ് വെള്ളം കുടിക്കുക എന്നതാണ് ഏറ്റവും നല്ല രീതി... ഒപ്പം വർക്കൗട്ട് ചെയ്യുന്നതിനു മുൻപും ഇടയിലും ശേഷവും പ്രത്യേകം കുടിക്കാനും മറക്കരുത്.

നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമായ മറ്റൊന്ന് ഉറക്കമാണ്... രാത്രി ഏറെ വൈകിയാലും, മൊബെയിലും കമ്പ്യൂട്ടറും മാറ്റി വക്കാതെ നമ്മൾ ഏറ്റവും കൂടുതൽ വിട്ടു വീഴ്ച ചെയ്യുന്ന ഒരു ഏരിയ ആണ് ഉറക്കം.. 7-8 മണിക്കൂർ ഉറക്കമെങ്കിലും ശരീരത്തിന് ആവശ്യമാണ്..

ഇനിയിപ്പോൾ വ്യായാമവും ഭക്ഷണവും ആവശ്യത്തിന് വിശ്രമവും ഉറക്കവും എല്ലാം ആയെന്നിരിക്കട്ടെ, ഇതെല്ലാം രണ്ട് ആഴ്ച ചെയ്താൽ സ്വിച്ചിട്ട കണക്ക് വണ്ണവും വയറും കുറയില്ല. ഈ മാറ്റങ്ങൾ ശരീരത്തിൽ കാണാനെടുക്കുന്ന ആദ്യ 2-3 മാസങ്ങൾ മോട്ടിവേഷൻ കണ്ടുപിടിച്ച് 'വെൽ ഡൺ മൈ ഗേൾ' എന്നൊക്കെ സ്വയം പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ച് മുന്നേറുക. അധികം താമസിയാതെ നിങ്ങളുടെ ശരീരവും പറഞ്ഞ് തുടങ്ങും 'കൊള്ളാല്ലോ പെണ്ണേ' എന്ന്. ഓർക്കുക ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരത്തിലേ ആരോഗ്യമുള്ള മനസ്സുണ്ടാവൂ.. ■

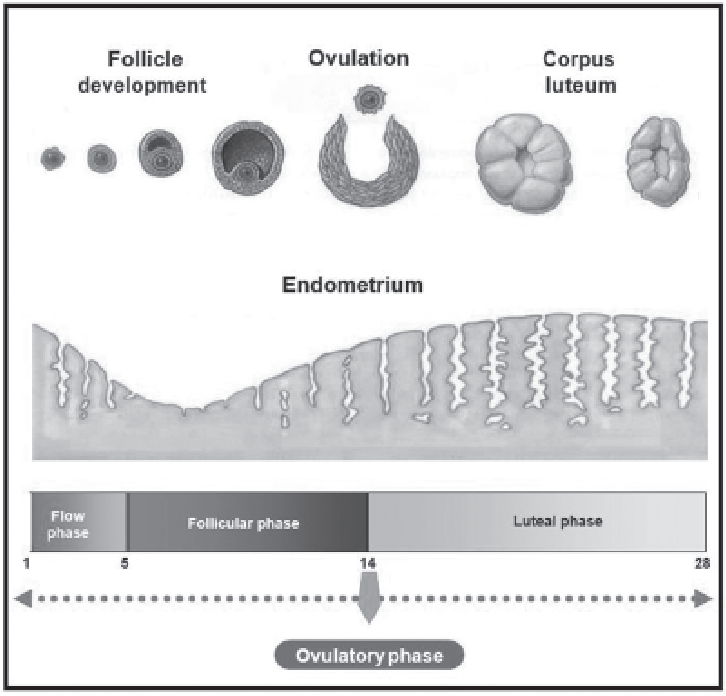
നജ്മ നുസൈഫ സലാം
ഡോക്ടർ
ആലപ്പുഴ

ആർത്തവത്തിന്റെ ജീവശാസ്ത്രം

ആർത്തവ രക്തം ശരീരത്തിലെ മറ്റേത് രക്തക്കുഴലിലൂടെയും ഒഴുകുന്ന അതേ രക്തം തന്നെയാണ്. കോശങ്ങളിലും രാസവസ്തുക്കളിലും അശുദ്ധമായ ഒന്നും തന്നെയില്ല. ആർത്തവം എന്ന പ്രക്രിയയിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന തലച്ചോർ, അണ്ഡാശയം, ഗർഭപാത്രം എന്നീ അവയവങ്ങളും അശുദ്ധമാണെന്ന് ആരും പറയില്ലല്ലോ. അതായത്, ആർത്തവം എന്ന സ്വാഭാവിക ജൈവ പ്രക്രിയയിൽ അശുദ്ധമായി യാതൊന്നും ഇല്ലെന്ന് സാരം.

ആർത്തവത്തെ സംബന്ധിച്ച് നിരവധി തെറ്റിദ്ധാരണകളും അന്ധവിശ്വാസങ്ങളും സമൂഹത്തിൽ നിലനിൽക്കുന്നു. ഭക്ഷണ നിയന്ത്രണവും തൊട്ടുകൂടായ്മയും പൊതുവിടങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മാറിയിരിപ്പും പലതരത്തിലുള്ള അനാവശ്യ ഭീതികളുമെല്ലാം ചേർന്ന് സ്ത്രീയെ സ്വന്തം ശരീരത്തെപ്പറ്റി ആത്മവിശ്വാസമില്ലാത്തവളാക്കുന്നു. പലപ്പോഴും ഇത് സ്വയം വെറുപ്പിലേക്ക് വരെ നീങ്ങാം. ആർത്തവായിത്തത്തെ പ്രതിരോധിക്കാനുള്ള ആദ്യപടി അതിന്റെ ജീവശാസ്ത്രം സാധാരണക്കാരിൽ എത്തിക്കുക എന്നതാണ്. പ്രത്യുല്പാദന പ്രക്രിയയെ സംബന്ധിച്ചേടത്തോളം ആർത്തവം അനിവാര്യമാണെന്ന ചിന്താഗതി സമൂഹത്തിൽ രൂപപ്പെടേണ്ടതുണ്ട്.

കൃത്യമായ ഇടവേളകളിൽ (എല്ലാ മാസവും) സ്ത്രീയുടെ ശരീരത്തിൽ അണ്ഡോൽപ്പാദനം നട



The Menstrual Cycle

ക്കുകയും തുടർന്ന് ബീജസങ്കല നത്തെ പ്രതീക്ഷിച്ചുകൊണ്ടുള്ള മാറ്റങ്ങൾ അണ്ഡാശയത്തിലും ഗർഭപാത്രത്തിലും ഉണ്ടാവുകയും ചെയ്യുന്നു. ബീജസങ്കലനം നടക്കാത്തപക്ഷം ഗർഭപാത്രത്തിന്റെ അകത്തെ പാളിയായ എൻഡോമെട്രിയം (Endometrium) അവിടുത്തെ ഗ്രന്ഥികളോടും രക്തക്കുഴലുകളോടുമൊപ്പം യോനിയിലൂടെ പുറത്തേക്കൊഴുകുന്ന പ്രക്രിയയാണ് ആർത്തവം. ഇത് ഒരു സ്വാഭാവിക ജൈവപ്രക്രിയയാണ്. ശ്വാസോച്ഛ്വാസം പോലെ, വൃക്കകളിൽ രക്തം ശുദ്ധീകരിച്ച് മൂത്രം ഉൽപ്പാദിക്കപ്പെടുന്നതുപോലെ തീർത്തും സാധാരണമായ ഒന്ന്.

ഇതാവട്ടെ പ്രത്യുല്പ്പാദനത്തിനുള്ള മുന്നൊരുക്കം എന്ന നിലക്ക് ജീവന്റെ അടിത്തറയാണ്. ഓരോ മാസവും ബീജസങ്കലനത്തിനായി സ്ത്രീശരീരം തയ്യാറെടുക്കുന്നുണ്ട്. സാധാരണ നിലയിൽ 50 മുതൽ 80 മില്ലീലിറ്റർ ആർത്തവ രക്തമാണ് 4 മുതൽ 8 ദിവസങ്ങളിലായി പുറത്തുപോകുക. ഒരു ആർത്തവ ചക്രത്തിന്റെ ദൈർഘ്യം 24 മുതൽ 38 ദിവസങ്ങൾ വരെയാകാം. ആർത്തവത്തിന്റെ ജീവശാസ്ത്രം മൂന്ന് തലത്തിലായി വിശദീകരിക്കേണ്ടതുണ്ട്

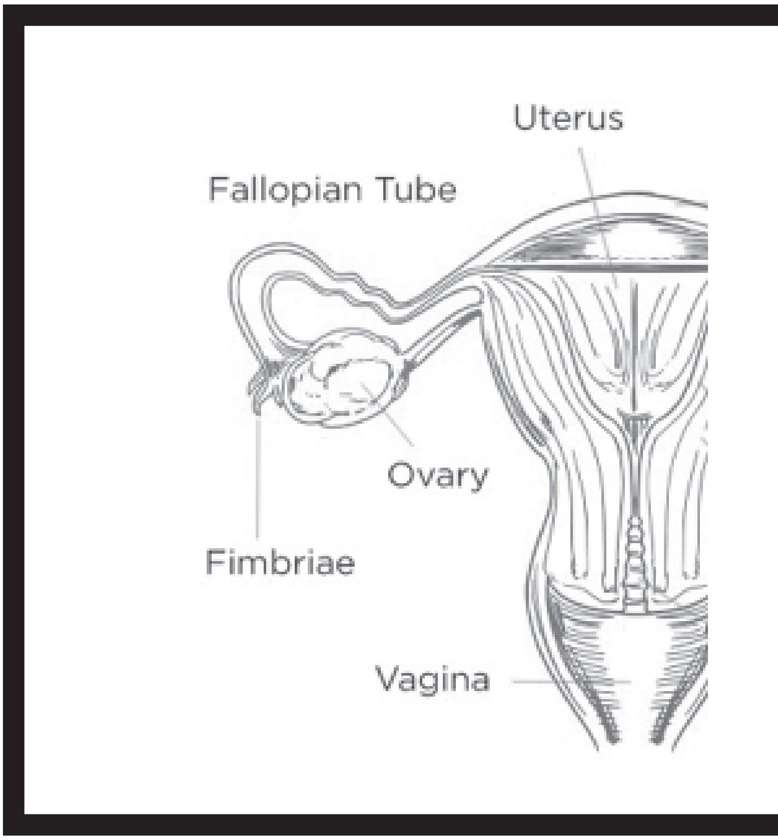
1. തലച്ചോറിലെ മാറ്റങ്ങൾ
2. അണ്ഡാശയത്തിലെ മാറ്റങ്ങൾ
3. ഗർഭ പാത്രത്തിലെ മാറ്റങ്ങൾ

തലച്ചോറിൽ സംഭവിക്കുന്നത്

തലച്ചോറിന്റെ ഭാഗമായ ഹൈപ്പോതലാമസ് (Hypothalamus) പിറ്റിയൂറ്ററി ഗ്രന്ഥി എന്നിവ ആർത്തവത്തിൽ പ്രധാന പങ്ക് വഹിക്കുന്നുണ്ട്. ഹൈപ്പോതലാമസ് ഗൊണാഡോട്രോപിൻ റിലീസിംഗ് ഹോർമോൺ (GnRH) ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്നു. ഈ ഹോർമോണിന്റെ പ്രവർത്തനഫലമായാണ് പിറ്റിയൂറ്ററി ഗ്രന്ഥി ലൂട്ടിനൈസിംഗ് ഹോർമോൺ, ഫോളിക്കിൾ സ്റ്റിമുലേറ്റിംഗ് ഹോർമോൺ എന്നിവ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്നത്. ലൂട്ടിനൈസിംഗ് ഹോർമോണിന്റെയും ഫോളിക്കിൾ സ്റ്റിമുലേറ്റിംഗ് ഹോർമോണിന്റെയും പ്രവർത്തനം നടക്കുന്നത് അണ്ഡാശയത്തിലാണ്. തൽഫലമായി അണ്ഡാശയത്തിൽ ഈസ്ട്രജൻ, പ്രൊജസ്ട്രോൺ എന്നിവ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. ഇവയാണ് സ്ത്രീശരീരത്തിലെ പ്രധാന ഹോർമോണുകൾ. ഗർഭപാത്രത്തിൽ ഉണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങൾക്ക് ഇവയാണ് കാരണമാകുന്നത്. രക്തത്തിലെ ഇവയുടെ അളവനുസരിച്ച് ഫീഡ്ബാക്ക് മെക്കാനിസം വഴി ലൂട്ടനൈസിംഗ് ഹോർമോൺ, ഫോളിക്കിൾ സ്റ്റിമുലൈറ്റിംഗ് ഹോർമോൺ ഗൊണാഡോട്രോപിൻ റിലീസിംഗ് ഹോർമോൺ എന്നിവയുടെ അളവുകൾ ക്രമീകരിക്കപ്പെടുന്നു.

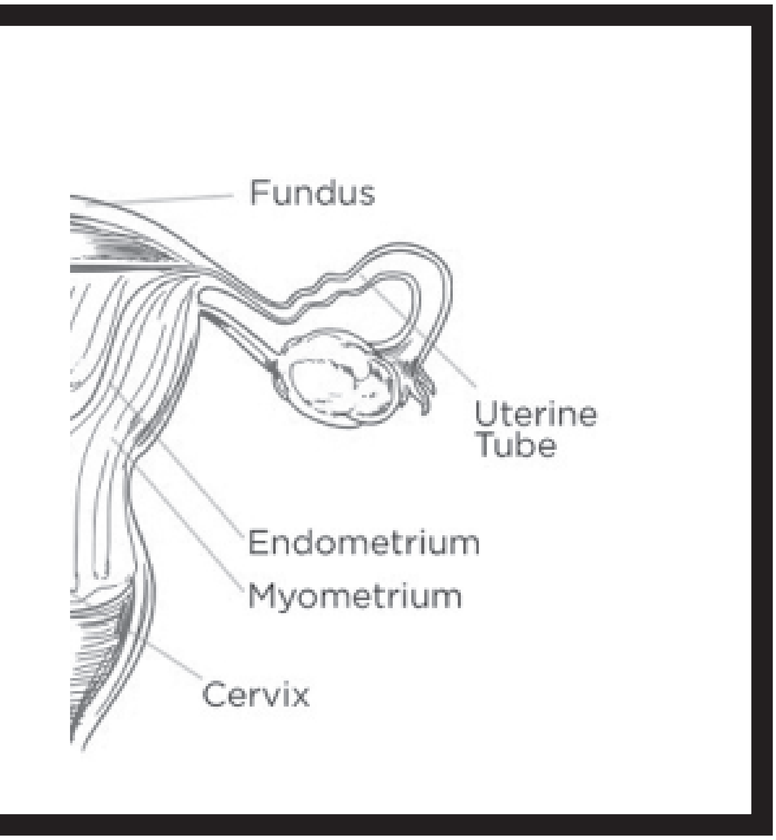
അണ്ഡാശയത്തിലെ മാറ്റങ്ങൾ

അമ്മയുടെ ഗർഭപാത്രത്തിലായിരിക്കെ ഒരു



പെൺകുഞ്ഞിന്റെ അണ്ഡാശയത്തിൽ 70 ലക്ഷത്തോളം അണ്ഡകോശങ്ങൾ (primordial follicles) ഉണ്ടായിരിക്കും. ഇവയിൽ ഭൂരിഭാഗവും കുഞ്ഞിന്റെ ജനനത്തിനു മുമ്പേ നശിക്കുന്നു. ജനനസമയത്ത് ഇത് 20ലക്ഷത്തോളമായി മാറും. ഇവയിലേറെയും പിന്നീട് നശിക്കും. ആർത്തവ സമയത്ത് ഇവയുടെ എണ്ണം 3 ലക്ഷമായി ചുരുങ്ങും. ഈ പ്രൈമോർഡിയൽ ഫോളിക്കുകൾ വികസിച്ചാണ് അണ്ഡമുണ്ടാവുക.

രക്തസ്രാവം തുടങ്ങുന്ന ദിവസത്തെ ഒരു ചക്രത്തിന്റെ ഒന്നാം ദിവസമായി കണക്കാക്കാം. ഓരോ ആർത്തവ ചക്രത്തിലും രണ്ട് അണ്ഡാശയത്തിലെയും പ്രൈമോർഡിയൽ ഫോളിക്കിളുകളിൽ നിന്ന് രണ്ടോ അതിലധികമോ എണ്ണം വികസിക്കാൻ തുടങ്ങും. ഇവയിൽ നിന്നൊരെണ്ണം ആറാം ദിവസം പ്രമുഖ അണ്ഡകോശമായി (dominant follicle) ആയി തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുന്നു. ലൂട്ടിനൈസിംഗ് ഹോർമോൺ ആണ് അണ്ഡമായി വികസിക്കാൻ അണ്ഡകോശങ്ങളെ സഹായിക്കുന്നത്. ഇതേ ഹോർമോണിന് പ്രവർത്തിക്കാനുള്ള സ്വീകരണികൾ എണ്ണത്തിൽ കൂടുതലുള്ള അണ്ഡകോശമാണ് വളർച്ചക്കായി തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുന്നത്. ഇങ്ങനെ തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുന്ന അണ്ഡകോശത്തിന്റെ വികാസമാണ് അടുത്ത പടി. ഫോളിക്കിൾ ആയി വികസിച്ച ശേഷം പതിനാലാം



ദിവസം ലൂട്ടിനൈസിംഗ് ഹോർമോണിന്റെ അളവ് കുത്തനെ ഉയരുകയും (LH Surge) ആവരണം പൊട്ടി അണ്ഡം പുറത്തുവരികയും ചെയ്യുന്നു. ഈ പ്രക്രിയയെ അണ്ഡവിസർജ്ജനം (Ovulation) എന്നു വിളിക്കുന്നു. പുറത്തുവന്ന അണ്ഡത്തിന് ചുറ്റും രക്തത്തിന്റെ ഒരു പാളി ഉണ്ടായിരിക്കും. രക്തത്തിനുപകരം പിന്നീട് ലൂട്ടീയൽ കോശങ്ങൾ ഇടം പിടിക്കും. കോർപ്പസ് ലൂട്ടിയം (corpus luteum) ഉണ്ടാകുന്നത് ഇങ്ങനെയാണ്.

അണ്ഡാശത്തിൽ പ്രധാനമായും ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്ന ഹോർമോണുകൾ ഈസ്ട്രജനും പ്രോജസ്ട്രോണും ആണെന്ന് പറഞ്ഞല്ലോ. ഈസ്ട്രജന്റെ പ്രഥമ സ്രോതസ് ഗ്രാനുലോസ കോശങ്ങളാണ്. ഇത് കൂടാതെ തീക്ക (theca) കോശങ്ങളും ആൻട്രജനിൽ നിന്ന് ഈസ്ട്രജൻ ഉല്പാദിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. കോർപ്പസ് ലൂട്ടിയത്തിലെ ലൂട്ടിയൽ (luteal) കോശങ്ങൾ പ്രൊജസ്ട്രോൺ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്നു. ഗർഭാവസ്ഥയുടെ തുടർച്ചക്ക് ഏറ്റവും ആവശ്യമുള്ള ഹോർമോണാണ് പ്രോജസ്റ്റിറോൺ. കോർപ്പസ് ലൂട്ടിയം സ്ത്രീ ഗർഭിണിയായാൽ നിലനിൽക്കും. അത് ഭ്രൂണത്തിന്റെ വളർച്ചയെ സഹായിക്കും. ബീജ സങ്കലനം നടക്കാതെയിരുന്നാൽ കോർപ്പസ് ലൂട്ടിയം നശിക്കും, ആർത്തവ ചക്രത്തിന്റെ 24-ാം ദിവസമാണ് സാധാരണ ഇത് സംഭവിക്കുന്നത്.

ഗർഭപാത്രത്തിൽ സംഭവിക്കുന്നത്

ആർത്തവത്തിന് മുന്നോടിയായി അണ്ഡാശയത്തിലും ഗർഭപാത്രത്തിലും സമാന്തരമായ മാറ്റങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നു. അണ്ഡാശയത്തിൽ ഉദ്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്ന ഈസ്ട്രോജൻ, പ്രോജസ്റ്ററോൺ എന്നീ ഹോർമോണുകളുടെ പ്രവർത്തനഫലമായാണ് ഗർഭപാത്രത്തിൽ മാറ്റങ്ങൾ സംഭവിക്കുന്നത്. ഈ മാറ്റങ്ങൾ രണ്ട് ഘട്ടങ്ങളിലായി സംഭവിക്കുന്നു. ഗർഭപാത്രത്തിന്റെ അകത്തേ പാളിയായ എൻഡോമെട്രിയം ആർത്തവ സമയത്ത് ഉരിഞ്ഞ് രക്തത്തോടൊപ്പം പുറത്തേയ്ക്ക് പോകുന്നു. അടുത്ത ആർത്തവചക്രത്തിന്റെ ആദ്യ ഘട്ടത്തിൽ തന്നെ (ഒന്ന് മുതൽ 14 വരെ ദിവസങ്ങളിൽ) ഈസ്ട്രോജൻ ധാരാളമായി ഉണ്ടാകുകയും എൻഡോമെട്രിയത്തിലെ കോശങ്ങൾ വികസിക്കുകയും തത്ഫലമായി പാളിക്ക് കട്ടി കൂടുകയും ചെയ്യുന്നു. Proliferative phase എന്നാണ് ഈ ആദ്യ ഘട്ടം അറിയപ്പെടുന്നത്. രണ്ടാം ഘട്ടമായ Secretory phase-ൽ എൻഡോമെട്രിയത്തിലെ ഗ്രന്ഥികൾക്ക് നീളം കൂടുകയും അവ ചുരുളുകയും സ്രവങ്ങൾ ഉത്പാദിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും. എൻഡോമെട്രിയം രക്തക്കുഴലുകളാൽ നിറയുന്നു. ഭ്രൂണം ഉണ്ടായാൽ അതിന് പറ്റിപിടിക്കാൻ പറ്റുന്ന അവസ്ഥയിലാണ് Secretory phase-ൽ എൻഡോമെട്രിയം ഉണ്ടാകുക. പ്രോജസ്റ്ററോൺ ആണ് ഈ ഘട്ടത്തിലെ പ്രധാന ഹോർമോൺ. മുൻപ് സൂചിപ്പിച്ചത് പോലെ ഇരുപത്തിനാലാം ദിവസം കോർപ്പസ് ലൂട്ടിയം നശിക്കുന്നു. അതോടെ ഈസ്ട്രോജന്റെയും പ്രോജസ്റ്ററോണിന്റെയും അളവ് കുറയുന്നു. ഹോർമോണുകളുടെ അളവ് കുറയുന്നതോടെ, ഗ്രന്ഥികളും രക്തക്കുഴലുകളും അടക്കം എൻഡോമെട്രിയം യോനിയിലൂടെ പുറത്തേയ്ക്ക് ഒഴുകുന്നു. ഇത് സംഭവിക്കുന്നത് അടുത്ത ആർത്തവ ചക്രത്തിന്റെ ഒന്നാം ദിവസമാണ്.

ആർത്തവ രക്തം അശുദ്ധമാണോ?

രക്തം, ശ്ലേഷ്മം, കോശങ്ങൾ (പ്രധാനമായും എൻഡോമെട്രിയത്തിലേത്), ഫൈബ്രിനോലൈസിൻ, പ്രോസ്റ്റാഗ്ലാന്റിൻ പോലുള്ള രാസവസ്തുക്കൾ, എന്നിവയാണ് ആർത്തവ രക്തത്തിൽ ഉണ്ടാകുക. ആർത്തവ രക്തം ശരീരത്തിലെ മറ്റേത് രക്തക്കുഴലിലൂടെയും ഒഴുകുന്ന അതേ രക്തം തന്നെയാണ്. കോശങ്ങളിലും രാസവസ്തുക്കളിലും അശുദ്ധമായ ഒന്നും തന്നെയില്ല. ആർത്തവം എന്ന പ്രക്രിയയിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന തലച്ചോർ, അണ്ഡാശയം, ഗർഭപാത്രം എന്നീ അവയവങ്ങളും അശുദ്ധമാണെന്ന് ആരും പറയില്ലല്ലോ. അതായത്, ആർത്തവം എന്ന സ്വാഭാവിക ജൈവ പ്രക്രിയയിൽ അശുദ്ധമായി യാതൊന്നും ഇല്ലെന്ന് സാരം.

■

അർച്ചന പദ്മിനി
അഭിനേത്രി,
WCC സജീവ പ്രവർത്തക,
സ്ത്രീപക്ഷ സിനിമകളുടെ
ക്യൂറേറ്റർ

സ്ത്രീ, ശരീരം, സിനിമ: ഒരാലോചന

ശരീരങ്ങളെ ഓരോ സിനിമയും പൊതുവിൽ പരുവപ്പെടുത്തുന്നതെങ്ങിനെയെന്നത് രസമുള്ള ഒരന്വേഷണമാണ്.

അനുഭവങ്ങൾ, പ്രാതിനിധ്യസ്വഭാവമുള്ള ബിംബങ്ങൾ ആകാറുള്ളയിടം കൂടിയാണല്ലോ സിനിമ. നിരന്തരമായി ഒറ്റയ്ക്കും തെറ്റക്കും ബിംബങ്ങൾ പുറപ്പെട്ടുവരുന്ന ഒരു കാലവും. ഉദാഹരണത്തിന് മുഖ്യധാരാ കച്ചവട സിനിമകളും പരസ്യചിത്രങ്ങളും മനുഷ്യന്റെ കാമനകളിൽ പ്രവർത്തിക്കുകയാണല്ലോ ചെയ്യുന്നത്.

ആ തരത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ, മൊത്തത്തിൽ സിനിമ തന്നെയും ഒരു ദൃശ്യബിംബത്തെ തന്നെയാണ് സൃഷ്ടിക്കുന്നത് . അതുണ്ടാക്കുന്ന കൗതുകത്തിലാണ് ഒരുപക്ഷേ സിനിമാ ആസ്വാദനം പോലും നിലകൊള്ളുന്നത്

അതേസമയം, ലിംഗ, ജാതി, വർഗ സമവാക്യങ്ങൾ ഈ അലങ്കാര നിർമിതിയിൽ എങ്ങിനെ, ഏത് വിധം കൂടിക്കലരുന്നു എന്നതാണ് പ്രധാന പ്രശ്നം. കുലസ്ത്രീ/ചന്തപ്പെണ്ണ് ദ്വന്ദ്വത്തെ കൃത്യമായും നിരന്തരമായും മലയാള സിനിമ സ്ഥാപിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ആറാം തമ്പുരാനിലെ നായിക കഥാപാത്രങ്ങളെ പോലെ. വേഷ്ടി, മുണ്ട്, തുളസിക്കതിർ, ഗ്രാമീണത, ബ്രാഹ്മണ്യം ഒരിടത്ത്. ജീൻസ്, ടോപ്പ്, വിദ്യാഭ്യാസം, നഗരം മറ്റൊരിടത്ത്. നായകന്റെ ജീവിത പങ്കാളി ആകുന്നത് കുറച്ചു കൂടി അടക്കവും ഒതുക്കവുമുള്ള സ്ത്രീ ആയിരിക്കണമല്ലോ! ശ്രദ്ധിച്ചാൽ ഈയൊരു മാതൃക ഒട്ടുമിക്ക സിനിമകളിലും ആവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. 'കോക്ക് ടെയിൽ' എന്ന ഹിന്ദി സിനിമ ഇതേ ദ്വന്ദ്വത്തിനുദാഹരണമായി ചൂണ്ടിക്കാണിക്കാം.

മിക്കപ്പോഴും സ്ത്രീ ശരീരങ്ങളെ സ്വാഭാവികമായി സിനിമയിൽ ചിത്രീകരിച്ചു കാണാറേയില്ല. നിറങ്ങളിൽ, കാഴ്ചയിൽ വ്യത്യസ്തരായ, നിശ്ചിത അനുപാതങ്ങളിൽ നിൽക്കാത്ത, ഏറ്റക്കുറച്ചിലുകളുള്ള, വ്യത്യസ്തതകളുള്ള സ്ത്രീ ശരീരങ്ങൾ പലപ്പോഴും ചിത്രത്തിലേ കാണില്ല. ഉണ്ടെങ്കിൽ തന്നെ മിനിമം അവർ നായകന്റെ ജീവിതത്തിലെ പ്രധാന ഏടല്ല എന്നെങ്കിലും കഥാഗതിയിൽ ഉറപ്പുവരുത്തിയിരിക്കും.

വെളുത്ത നായിക, നായികയെ എടുത്ത് കാണിക്കാൻ തടസ്സമാകാത്ത തരത്തിൽ ഒരുക്കി നിർത്തുന്ന ഉപനായിക സിനിമയിലെ (മോഹൻലാൽ-ശ്രീനിവാസൻ സിനിമകളിൽ ശ്രീനിവാസനെയെന്ന പോലെ) ഒരു സ്ഥിരം നിർമിതിയാണ്. അവർ നായികയെ അപേക്ഷിച്ചു കഴിവില്ലാത്തവളും നരേറ്റിവിൽ സ്വതന്ത്രമായ നിലനിൽപ്പില്ലാത്തയാളും ആയിരിക്കും. തമാശ ഉണ്ടാക്കാനായി അണിനിരത്തുന്ന സ്ത്രീകഥാപാത്രങ്ങൾക്കും ചില ശരീര പ്രകൃതങ്ങൾ തീരുമാനിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള പോലെ തോന്നും. മിക്കവാറും തടിച്ചതോ കറുത്തതോ ആയ അല്ലെങ്കിൽ കുറച്ചു പ്രായമുള്ള സ്ത്രീശരീരങ്ങളാണവ. കല്പനയും ഫിലോമിനയും പോലുള്ള നടിമാർ ഉദാഹരണം.

എന്തിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിലാണ് ഈ വിധത്തിൽ ശരീരങ്ങളെ ഒരു പ്രതലത്തിൽ പ്രത്യേകമായി മാത്രം അവതരിപ്പിക്കുന്നത്?

ഒരു പ്രത്യേക കാലം തൊട്ടുള്ള ദിലീപ് സിനിമകൾ ഈ തരത്തിൽ പഠിക്കാവുന്ന അനവധി ഉദാഹരണങ്ങൾ നിരത്തുന്നുണ്ട്.

മിസ്റ്റർ മരുമകനിൽ സ്ത്രീവിമോചനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മീറ്റിംഗ് നടക്കുന്നിടത്ത് (എത്ര കൃത്യമായാണ് സന്ദർഭം തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നത് എന്നു നോക്കൂ) ഷീല അവതരിപ്പിക്കുന്ന കഥാപാത്രത്തിന്റെ ബ്ലൗസിനെ കുറിച്ച് നായകൻ കമന്റ് ചെയ്യുന്നുണ്ട്. അത് മോശമാണെന്ന് സ്ഥാപിക്കുന്നുണ്ട്. ഒരു പോയിന്റിൽ പോലും ഈ വാദങ്ങളൊന്നും തിരുത്തുന്നുമില്ല. സദാചാരിയായ ശരീരം മറച്ചു പിടിക്കുന്ന ഉത്തമയായ സ്ത്രീ എന്ന ശരീരത്തെ സംബന്ധിച്ച സങ്കല്പം ഇത്തരത്തിൽ പല മുഖ്യധാരാസിനിമകളും ആഘോഷിക്കുന്നുമുണ്ട്. ഇതേ സിനിമയിൽ സനുഷയെ പോലുള്ള കഥാപാത്രങ്ങളെ അഹങ്കാരികളാക്കുന്നതിൽ അവരുടെ ആധുനിക വസ്ത്രധാരണശൈലി പലപ്പോഴായി പരാമർശിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. രേവതി സംവിധാനം ചെയ്ത 'Mitr, My Friend'ൽ നല്ലവളായി കുടുംബത്തിൽ തിരിച്ചു വന്നുചേരുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ അമേരിക്കയിൽ വളർന്ന പെൺകുട്ടിയെക്കൊണ്ട് പോലും ചുരിദാറുടുപ്പിക്കുന്നുണ്ടല്ലോ. സംസ്കാരത്തെ സ്ത്രീയുടെ ശരീരവുമായി ബന്ധിച്ചു വായിക്കുന്നതിന്റെ തന്നെ ഭാഗമാകണം ഇതൊക്കെ.

തീയറ്ററുകളിൽ സിനിമ വരുമ്പോൾ ഉപയോഗിക്കുന്ന പോസ്റ്ററുകളിലെ ഇമേജുകൾ പ്രേക്ഷകനെ (പ്രേക്ഷകയെ അല്ലെന്നുറപ്പുണ്ട്) കൗതുകപ്പെടുത്താനൊക്കുന്ന, ആൾക്കൂട്ടത്തെ കയറ്റാൻ ശ്രമിക്കുന്ന തരത്തിൽ ഉണ്ടാക്കപ്പെടുന്നതാണ്, അങ്ങിനെയും സ്ത്രീരൂപങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കപ്പെടും. യൂ ട്യൂബ് തമ്പ് നെയിൽ ആയി സിനിമയോട് ബന്ധമില്ലാത്ത നഗ്ന ചിത്രങ്ങൾ ചേർത്തുവിടും.

നിറത്തെ സംബന്ധിച്ചുള്ളത് വേറെത്തന്നെ ഒരു ചർച്ചാ വിഷയമാണ്. അത് ലിംഗഭേദമന്യേ പ്രവർത്തിക്കുന്നുമുണ്ട്. ഇന്ത്യൻ സാഹചര്യത്തിൽ നിറത്തിന് ജാതിയുടെ മാനവുമുണ്ടല്ലോ. വില്ലന്മാരെപ്പോഴും കറുത്തിരിക്കുന്നതിന്റെ യുക്തി ജാതീയമെന്നപോലെ തന്നെ, സ്ത്രീ കഥാപാത്രങ്ങളുടെ തൊലിനിറവും ലിംഗവ്യത്യാസത്തോടൊപ്പം ജാതിയെ അവരുടെ വർഗത്തെ, കുറിക്കുന്നു. 'കാസ്റ്റിങ്' എന്തുമാത്രം ഒരു രാഷ്ട്രീയ പ്രവർത്തനമാണ് എന്ന് ആ തരത്തിൽ ആലോചിക്കേണ്ട വിഷയമാണ്. അത് പോലെ തന്നെ ലൈംഗിക തൊഴിലാളികളായ കഥാപാത്രങ്ങളെയും ഇരുനിറമുള്ള കാഴ്ചയിൽ 'സവർണ സ്വഭാവ'മില്ലാത്ത അഭിനേതാക്കളെ കൊണ്ടായിരിക്കും ചെയ്യിക്കുക. ചുരുക്കത്തിൽ പല തലങ്ങളിലുള്ള 'വാർപ്പു'കളിൽ ഒതുങ്ങിക്കൊണ്ടാണ് സിനിമയിൽ ഈ മനുഷ്യരൊക്കെ, പ്രത്യേകിച്ചും സ്ത്രീകൾ, ദളിതർ ഒക്കെയും വന്നു പോകുന്നത്.

ദൃശ്യം എന്ന സിനിമയിലൊക്കെയുള്ള വൈരുദ്ധ്യമുണ്ടല്ലോ ...റേപ്പ് സീൻ ആകും ഇന്ന് ടീവിയിൽ കണ്ടതെന്ന് മീന ചെയ്യുന്ന കഥാപാത്രം, രാത്രി ഓടി വീട്ടിലേക്ക് വരുന്ന ജോർജ്കുട്ടിയോട് പറയുന്നുണ്ട്. ലൈംഗികതയെ, ആനന്ദത്തെ സംബന്ധിച്ചു ഒരു സമൂഹത്തിന്റെ സങ്കൽപ്പങ്ങൾ എന്തെന്ന ചോദ്യമുണ്ടിവിടെ. അതേ ജോർജ്കുട്ടി തന്നെയാണ് പിന്നീട് കുടുംബത്തിന്റെ രക്ഷകനായ, സ്ത്രീകളുടെ സംരക്ഷകനായ അച്ഛൻ രൂപമാകുന്നത്. ആ സംരക്ഷണത്തിലാണ് അയാളിലെ നായകത്വം വെളിപ്പെടുന്നത്.

ഐറ്റം സോങ്ങുകൾ സ്ത്രീ ശരീരത്തെ വസ്തുവൽക്കരിക്കുന്നതിന്റെ നേർ ഉദാഹരണം ആയിരിക്കെ പ്രത്യേകിച്ചൊന്നും ചെയ്യാനില്ലാത്ത, നായകന്റെ കാമുകി, ഭാര്യ, പെങ്ങൾ എന്നിങ്ങനെയുള്ള പദവികളെ അലങ്കരിച്ചിരിക്കാൻ സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്ന സ്ത്രീ ബിംബങ്ങൾക്കും പ്രത്യേകിച്ചു പ്രാധാന്യമൊന്നും കാണുന്നില്ല. ഐറ്റം നമ്പറുകളിൽ സ്ത്രീകളെ കൊണ്ട് ചെയ്യിപ്പിക്കുന്ന അടവുകൾ, ഭാവങ്ങൾ, ചലങ്ങളെല്ലാം തന്നെ ശാരീരിക ബന്ധത്തിലേക്ക് ക്ഷണിക്കുന്ന വിധമാകും കൊറിയോഗ്രാഫ് ചെയ്തിട്ടുണ്ടാകുക. കാമറ ചലിക്കുന്നതുപോലും പലപ്പോഴും ലൈംഗിക ബന്ധത്തെ ഓർമിപ്പിക്കും. ഇവിടെ സൂക്ഷ്മമായി നോക്കിയാൽ സ്ത്രീയെ വസ്തുവൽക്കരിക്കുകയാണ് ചെയ്യുന്നുണ്ടാവുക. അല്ലാതെ അവരുടെ കാമനകളെ അഭിസംബോധന ചെയ്യുകയോ അതിനെ സ്വാഭാവികവൽക്കരിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല.

മറ്റൊരു സാഹചര്യം ബലാത്സംഗം ചിത്രീകരിക്കുന്നതാണ്.

പുരുഷന്റെ വീക്ഷണകോണിൽ ക്യാമറ വരുന്ന അവസ്ഥ. എന്ത് മാത്രം ഭീകരാവസ്ഥയാണ് അത്തരം ഇമേജസ് ഉണ്ടാക്കുന്നത് എന്ന് നോക്കൂ. ഒരു സ്റ്റണ്ടും റേപ്പും രണ്ടു പാട്ടും എന്നൊക്കെ ഫോർമുലയിൽ സിനിമകളിറങ്ങിയിട്ടുള്ള അവസ്ഥയുണ്ട് മലയാളത്തിൽ. ഫലത്തിൽ കാഴ്ചക്കാരന് ബലാത്സംഗം ചെയ്യുന്ന ആളോട് താദാത്മ്യപ്പെടാനുള്ള ഇടമൊരുക്കുക തന്നെ ചെയ്യുന്നു. അത് കച്ചവടം ചെയ്യാനൊക്കുന്ന സാമൂഹിക ചുറ്റുപാടും മാനസിക തലവും ഉള്ളത് കൊണ്ട് അതൊക്കെയും വിറ്റും പോകുന്നു. ബാൻഡിറ്റ് എ ക്യൂൻ എന്ന ശേഖർ കപൂർ ചെയ്ത ഫൂലൻ ദേവിയെ കുറിച്ചെന്ന് അദ്ദേഹം വാദിച്ച സിനിമയെ കുറിച്ച് അരുന്ധതി റോയ് എഴുതിയ 'The great indian rape trick 1' ൽ സ്ത്രീശരീരത്തിന്റെ അനുഭവങ്ങളെ ഏതൊക്കെ തരത്തിൽ വളച്ചൊടിച്ചും മുതലെടുത്തുമാണ് സിനിമയിൽ കച്ചവടത്തിനൊരുക്കിയിരിക്കുന്നത് എന്ന് വളരെ വ്യക്തമായി പറയുന്നുണ്ട്.

അമ്മ രൂപങ്ങളെ മലയാള സിനിമ ഉണ്ടാക്കിയത് സവർണ സ്ത്രീശരീര രൂപങ്ങളായാണ്. കവിയൂർ പൊന്നമ്മയെ പോലെ സവർണതയുള്ള 'കുലീനത്വ'മുള്ള (സർവ്വംസഹയായ, നന്മയുടെ

(ശേഷം 40-ാം പേജ്)

മായാ ആൻ ജോസഫ്
യോഗ പരിശീലക,
മെയ്ക്കപ്പ് ആർടിസ്റ്റ്,
മോഡൽ

ഞങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യത്തെ അവഗണിക്കുവാൻ ഇനിയും നിങ്ങൾക്കാവില്ല. ഒരുമിച്ചുയർന്നു കേൾക്കുന്ന ഈ ശബ്ദാരവങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ ബധിരകർണ്ണങ്ങളെ തുറപ്പിക്കുകതന്നെ ചെയ്യും. ആൾക്കൂട്ടത്തിൽ ഞങ്ങളിന്നു തനിച്ചല്ല. സത്യമായും ജീവിതത്തെ ഞങ്ങൾ പ്രണയിച്ചുതുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു...!

അചഞ്ചലയായി മുന്നോട്ട്

'**മാ**യി'കമായ ഒരു രാത്രിയായിരുന്നു അത്. ചന്ദ്രികയുടെ മുഴുവെട്ടത്തിനൊപ്പം നിശാപുഷ്പങ്ങളുടെ ഉന്മത്തഗന്ധം., ഇളംതെന്നലിന്റെ തലോടൽ ഉഷ്ണരാത്രിയെ വീശിത്തണുപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു. എല്ലാത്തിനുമുപരി അന്നെനിക്ക് എന്റെ സ്വപ്നങ്ങളിലെ രൂപമായിരുന്നു! ചുരുണ്ട് നീണ്ട കേശസമൃദ്ധിയും, കനത്ത മാറിടങ്ങളും, ആകൃതിയൊത്ത നിതംബങ്ങളും. ക്ഷൗരം ചെയ്ത കറുത്ത അടയാളം പാടെ മാഞ്ഞുപോയിരുന്നു. മിനുമിനുത്ത ചർമ്മത്തിന്റെ തിളക്കം എനിക്ക് മേലാസകലം തൊട്ടറിയാൻ പാകത്തിന് വിളങ്ങിനിന്നു! ആരായിരുന്നു ഞാൻ? ഓർമ്മകളെ ചികഞ്ഞെടുക്കാൻ ശ്രമിച്ചു ഞാൻ വീണ്ടും വീണ്ടും പരാജയപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരുന്നു. എന്റെ ഉപബോധമനസ്സ് ഭൂതകാലത്തെ അപ്പാടെ മായ്ച്ചുകളഞ്ഞിരിക്കാം. ഈ നിമിഷങ്ങളെ അതിന്റെ പൂർണ്ണതയിൽ ആസ്വദിക്കാൻ ഒരുപക്ഷേ അത് ആവശ്യമായിരിന്നിരിക്കാം. അതെ., തിരിച്ചറിവുകൾ വന്നുതുടങ്ങിയ പ്രായം മുതൽ മനസ്സ് കൊതിച്ച വിധം ഞാനിന്നൊരു പരിപൂർണ്ണയായ സ്ത്രീ ആയിരിക്കുന്നു. പണ്ട് ഞാൻ എന്തായിരുന്നുവെന്ന് ഇപ്പോൾ ഞാൻ എന്തിനു ആകുലപ്പെടണം? ഇഷ്ടവിഭവങ്ങൾ ആവോളം നിറച്ച ഭക്ഷണപ്പാത്രം കയ്യിലിരിക്കുമ്പോൾ ആരെങ്കിലും നാളെ വന്നേക്കാവുന്ന വറുതിയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിച്ചു വശാകുമോ? കഴിക്കുകതന്നെ. മതിയാകുവോളം.

സ്വത്വപ്രതിസന്ധികളുടെ മറ്റൊരു പകലിലേക്ക് നീണ്ടൊരു മണിമുഴങ്ങി. ഞാൻ ഉറക്കം ഞെട്ടി. സ്വപ്നസമാനമായ ആ രാത്രി അങ്ങനെ അവസാനിച്ചു. നിമിഷങ്ങളുടെ ആയുസ്സ് മാത്രമുള്ള ഒരു സ്വപ്നമായിരുന്നു അതെന്നു സ്വയം ഉൾക്കൊള്ളാൻ എനിക്ക് നന്നേ പണിപ്പെടേണ്ടി വന്നു. ഇതാണ് ശരിക്കുള്ള ഞാൻ. സമൂഹനിർമ്മിതികളുടെ ചട്ടക്കൂടിൽ ഒരിക്കലും പാകമാകാത്ത ഒരു സ്വത്വമായിരുന്നു "ഞാൻ". പകലുകൾ എനിക്ക് പുതിയ വെല്ലുവിളികൾ ചമച്ചു തന്നു. രാത്രികളിൽ ഞാൻ എനിക്കിഷ്ടമുള്ള കിനാവുകൾ കാണാൻ കൊതിച്ചു നിദ്രയെ നിർബന്ധപൂർവ്വം എന്നിലേക്കാനയിച്ചു. ഇരുൾ മാത്രം നിറഞ്ഞ ഓരോ രാത്രികളും എനിക്ക് നിരാശ സമ്മാനിച്ചുകൊണ്ട് കടന്നുപോയി. ഈ കഴിഞ്ഞ രാവ് ഒഴികെ.

ഏതാണ്ട് ഓടിത്തളർന്ന എനിക്ക് വീണ്ടും മുന്നോട്ടു കുതിക്കാനുള്ള ഊർജ്ജമാണോ ഈ സ്വപ്നത്തിലൂടെ സർവേശ്വരൻ തന്നത്? 'എന്തിനു

വേണ്ടി ഞങ്ങളെപ്പോലുള്ളവരെ ഈ ഭൂമിയിൽ ഉരുവാക്കി?' എന്ന് പലവുരു ചോദിക്കുന്നതിനു മറുപടിയാണോ ഒരിക്കലും സത്യമാകാത്ത ഈ സ്വപ്നം! അറിയില്ല. എല്ലാ സംശയങ്ങൾക്കും കൃത്യമായ മറുപടി നൽകേണ്ട ഒരാളെ ഇനിയും കണ്ടുമുട്ടേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ശരീരവും മനസ്സും പരസ്പരം കലഹിച്ചു പുറംതിരിഞ്ഞു നിന്നപ്പോൾ സ്വയം ചോദിയ്ക്കാൻ തുടങ്ങിയതാണ് ഉത്തരമില്ലാത്ത ഈ ചോദ്യങ്ങൾ. ആൾക്കൂട്ടത്തിലെ 'ഒറ്റ' യായും ചിരിവട്ടങ്ങളിലെ 'നേരംപോക്കാ'യും അവരോധിക്കപ്പെട്ടു തുടങ്ങിയപ്പോൾ ഒഴിഞ്ഞു നില്ക്കാൻ സ്വയം ശീലിച്ചു. ഉള്ളെരിഞ്ഞുകൊണ്ട് പുറമേ ചിരിക്കുന്നതാണ് ഏറ്റവും വലിയ വെല്ലുവിളിയെന്നു മനസ്സിലാക്കി. നിയതമായ ചട്ടക്കൂടുകളുടെ പടിപ്പുറത്ത് ആയതിനാൽ എനിക്ക് അഭിമാനത്തോടെ പ്രദർശിപ്പിക്കാൻ തനതായ ഒരു 'സ്വരൂപം' ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. ചിലർക്ക് ഞാൻ 'ഭിന്നലിംഗ'വും മറ്റുചിലർക്ക് 'മൂന്നാംലിംഗ'വുമായിരുന്നു. തികച്ചും 'നോർമൽ' ആയ ഭൂരിഭാഗജനങ്ങൾക്കിടയിൽ ഞങ്ങൾ 'സ്വവർഗ്ഗരതി'ക്കാരും 'മാനസികരോഗി'കളുമായി മുദ്രണം ചെയ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരുന്നു.

പാകമാകാത്ത കുപ്പായം സ്ഥിരം ധരിക്കുമ്പോൾ പ്രാപ്തമാകുന്ന 'പരിചയം' ഇന്നെനിക്കു സ്വന്തമാണ്. മാറ്റത്തിന്റെ കാറ്റുവീശിത്തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. മുഖ്യധാരാസമൂഹത്തെ, അതിജീവനത്തിനായുള്ള നിരന്തരകലഹങ്ങൾ കൊണ്ട് അസ്വസ്ഥതപ്പെടുത്തുവാൻ ഞങ്ങൾക്കിന്നാവുന്നുണ്ട്. ജീവിതം ഒരു സമരമെങ്കിലും, സൗഹൃദത്തിന്റെ പച്ചപ്പും അനുതാപത്തിന്റെ തണലും ഞങ്ങൾക്ക് ഇന്ന് കരുതലാകുന്നുണ്ട്. പുറംമോടികൾക്കും പ്രകടനങ്ങൾക്കുമപ്പുറം ആത്മാർഥമായ പിന്തുണകളും ഞങ്ങളെ മുന്നോട്ടു നയിക്കുന്നുണ്ട്. പ്രണയവും രതിയും അപ്രാപ്യമെന്നു കരുതിയിരുന്ന ഒരു ഭൂതകാലം ഏറെക്കുറെ മാഞ്ഞുപോയിരിക്കുന്നു. നൈമിഷികമെങ്കിലും രതിതൃഷ്ണകളുടെ ഓരോ ഒടുക്കത്തിലും ഞാനിന്നൊരു പരിപൂർണ്ണ-സ്വത്വമാണ്. ജീവിതത്തെ ഞാനിന്നു പ്രണയിച്ചു തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. എന്റെ വിഭിന്ന-ചിന്തകളും രതികാമനകളും പങ്കുവയ്ക്കുവാൻ എനിക്കിന്ന് ധൈര്യമുണ്ട്. തലയുയർത്തിപ്പിടിച്ച് നടക്കുവാനും നേർക്കുനേർ ഉറച്ചു സംസാരിക്കുവാനും ഞാനിന്നു പ്രാപ്തയാണ്. എന്റെ അവകാശങ്ങളെയും ഉത്തരവാദിത്വങ്ങളെയും കുറിച്ച് എനിക്കിന്ന് തെളിഞ്ഞ ബോധമുണ്ട്. കനൽവഴികളിലൂടെ നടന്നുശീലിച്ച ഞാൻ വെയിലിനെ തെല്ലും ഭയക്കുന്നില്ല. സൂര്യന്റെ താപവും ഭൂമിയുടെ സ്പർശവും എല്ലാവരെയും പോലെ എനിക്കും അവകാശപ്പെട്ടതാണ്. ഞങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യത്തെ അവഗണിക്കുവാൻ ഇനിയും നിങ്ങൾക്കാവില്ല. ഒരുമിച്ചുയർന്നു കേൾക്കുന്ന ഈ ശബ്ദാരവങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ ബധിരകർണ്ണങ്ങളെ തുറപ്പിക്കുകതന്നെ ചെയ്യും. ആൾക്കൂട്ടത്തിൽ ഞങ്ങളിന്നു തനിച്ചല്ല. സത്യമായും ജീവിതത്തെ ഞങ്ങൾ പ്രണയിച്ചുതുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു...!

■

അമീറ അയിഷാബീഗം
ഇംഗ്ലീഷ് വിഭാഗം അദ്ധ്യാപിക,
എം ഇ എസ് കോളേജ്
പൊന്നാനി

പെണ്ണുടൽ ആരുടെ തോന്നലാണ്?

“സത്യസന്ധമായി ഞാൻ പറയും, എന്റെ മകൾ ഇരുണ്ടതാണ്. അവളാണ് ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും സുന്ദരിയായ പെൺകുട്ടി. അങ്ങനെ അല്ലെന്ന് ആർക്കും എന്നോട് പറയാനാവില്ല”

ഇത് ഷാരൂഖ് ഖാന്റെ വാക്കുകൾ. മകളുടെ ശാരീരിക പ്രത്യേകതകളെ പരിഹസിക്കുന്നവർക്കുള്ള മറുപടിയായാണ്, അദ്ദേഹം മകളെ ചേർത്ത്

നിർത്തി വൈകാരികമായി ഈ വാക്കുകൾ പങ്കുവെക്കുന്നത്.

സാമൂഹികമാധ്യമങ്ങൾ ഇപ്പോൾ വിധിയെഴുത്തുകാരുടെ ഇടം കൂടിയാണ്. ആരുടെയും ശാരീരിക സവിശേഷതകളെ താന്താങ്ങളുടെ ധാരണയ്ക്കും മുൻവിധിക്കും അനുസരിച്ച് പരിഹസിക്കുക അവിടെ സാധാരണം. മറ്റുള്ളവരുടെ വ്യക്തിപരമായ കാര്യങ്ങളെ, അതിന്റെ വൈയക്തിക പരിസരങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കാതെ അഭിപ്രായം പറയുക എന്നത് അവിടെ അനുഷ്ഠാനം. അപരശരീരങ്ങളെ വിചാരണയ്ക്ക് വെച്ച് വിധി കൽപ്പിക്കുന്ന ഈ ‘കോടതി മുറി’കളുടെ കാലത്ത് നിരന്തരം കേൾക്കുന്ന വാക്കായി മാറിയിട്ടുണ്ട്, ബോഡി ഷെയിമിങ്. ആ പരിഹാസ മുനമ്പിൽ ആരും പെടാം. എങ്കിലും, സെലിബ്രിറ്റികളാണ് കൂടുതലും ഇതിന് ഇരയാവുന്നത്. സ്വന്തം ശരീരങ്ങളെക്കുറിച്ച് കളിയാക്കലുകൾക്ക് അവർ നിരന്തരം സാമൂഹ്യ മാധ്യമങ്ങളിൽ മറുപടി പറയേണ്ടി വരുന്നു. എത്രയോ സെലിബ്രിറ്റികൾക്കാണ് ഈ അടുത്തകാലത്തായി സ്വയം പൊള്ളിപ്പിടഞ്ഞ് ഈ പരിഹാസശരങ്ങൾക്കു മുന്നിൽ വന്നുനിൽക്കേണ്ടി വന്നത്.

ബോഡി ഷെയ്മിങ്ങിന് ഇന്ത്യയിൽ ഏറ്റവും അധികം ഇരയായ നടിയാണ് വിദ്യാബാലൻ. തടിച്ച ശരീര പ്രകൃതിയുടെ പേരിൽ സ്ഥിരമായി വിമർശിക്കപ്പെടുന്നവൾ. പ്രസവ ശേഷം തടികൂടിയതിന്റെ പേരിൽ കളിയാക്കലുകൾക്ക് ഇരയായവരിൽ ഐശ്വര്യ റായ്, കരീന കപൂർ, ശില്പ ഷെട്ടി, സമീറ റെഡ്ഡി, ശരണ്യ മോഹൻ, സംവൃത സുനിൽ എന്നിങ്ങനെ പലനടികളുമുണ്ട്. പരിനീതി

ചോപ്രയും സോനാക്ഷി സിൻഹയും മീര ജാസ്മിനും എല്ലാം ഇതുപോലെ സീറോ സൈസ് അല്ലാത്തതിന്റെ പേരിൽ സൈബർ ആക്രമണ ങ്ങൾക്കിരയായവരാണ്. വിവാഹശേഷം തടികൂടി യതിന്റെ പേരിൽ നസ്രിയ നസീം ഈയടുത്താണ് പരിഹാസത്തിനു ഇരയായത്. തടി കൂടിയതിന്റെ പേരിൽ മാത്രമല്ല പരിഹാസം. മെലിഞ്ഞ ശരീര ത്തിന്റെ പേരിലും പരിഹാസം പതിവാണ്. നടി ഇല്യാന ഡിക്രൂസ് പങ്കു വെക്കുന്നത് അത്തര മൊരനുഭവമാണ്.

എന്നാൽ പല നടിമാരും അധിക്ഷേപ ങ്ങളോട് പ്രതികരിക്കുന്നത് ഈ വിമർശകരു ടെയും ആരാധകരുടെയും സൗന്ദര്യ സങ്കല്പ ങ്ങൾക്കനുസരിച്ചു തങ്ങളുടെ ഉടലുകളെ മെരുക്കി പ്രദർശിപ്പിച്ചാണ്. പൊതു സമൂഹം മുന്നോട്ടു വെയ്ക്കുന്ന സൗന്ദര്യ സങ്കല്പങ്ങളോട് കോം പ്രമൈസ് ചെയ്തു കൊണ്ടാണ് പലപ്പോഴും ഈ നടിമാർ ആരാധകർക്ക് മറുപടി കൊടുക്കാറുള്ളത്.

ഇവിടെ വിദ്യ ബാലൻ ഒരു പടി കൂടെ മുന്നോട്ട് പോകുന്നുണ്ട്. തൊലി നിറത്തിന്റെ പേരിൽ, ശരീര ഭാരത്തിന്റെ പേരിൽ എല്ലാം നിന്ദിക്കപ്പെടുന്നവർക്ക് വേണ്ടി സംസാരിക്കുക യാണ് അവർ 'ലെറ്റ്സ് ടോക്ക് എബൗട്ട് ബോഡി ഷേമിംഗ്' എന്ന വീഡിയോയിലൂടെ. വിദ്യ ബാലൻ തന്നെയാണ് ഇതിൽ പാടി അഭിനയിക്കുന്നത്. ഉടലളവുകളുടെ പേരിൽ പരിഹസിക്കപ്പെടുന്ന വരുടെ വേദനയാണ് ഈ വീഡിയോയിൽ അവർ പങ്കുവെക്കുന്നത്. കറുത്ത ഒരു ഷാൾ കൊണ്ട് ശരീരം മൂടി വികാരാധീനയായി കരയുന്ന വിദ്യ ഒടുവിൽ ആ ഷാൾ വലിച്ചെറിഞ്ഞ് ആത്മവിശ്വാ സത്തോടെ ബോഡി ഷെയ്മിങ്ങിനെക്കുറിച്ച് സംസാരിക്കുകയാണ്. എന്റെ ശരീരത്തിന് ആരും മാർക്കിടേണ്ടതില്ലെന്ന് ചങ്കൂറ്റത്തോടെ പ്രഖ്യാപി ക്കുകയാണ് വിദ്യ.

ബിക്കിനി വേഷത്തിൽ വെളിപ്പെട്ട മാറി ടത്തെ പരിഹസിക്കുന്നവർക്ക് ക്ഷമ സിക്കന്ദർ നൽകിയ മറുപടി കൂടി ഇവിടെ പരാമർശിക്കേ ണ്ടതുണ്ട്. 'സ്ത്രീകൾക്ക് മാറിടം ഉണ്ടാകും. അതാണ് അവളെ പുരുഷനിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്ത യാക്കുന്നത്. ഞാൻ സ്ത്രീയായതിൽ നന്ദിയുള്ള വളാണ്, തീർച്ചയായും അനുഗ്രഹിക്കപ്പെട്ടവളും. അതെ, എനിക്ക് മാറിടമുണ്ട്. അത് വളരെ മനോഹരമായ ഒന്നാണ്. നിങ്ങൾക്ക് തോന്നുന്ന പേരുകളിൽ നിങ്ങളതിനെ വിളിച്ചോളൂ.'അവർ പറയുന്നു.

ഹോളിവുഡ് താരങ്ങളും ബോഡിഷെയ്മി ങ്ങിനു അതീതരല്ല. നടിയും ഗായികയുമായ ഹിലരി ഡഫ് ബോഡി ഷെയിമിങ്ങിനെ നേരിട്ടത് സ്വിം സ്യൂട്ടുമണിഞ്ഞ് കടപ്പുറത്ത് മകനെയെടുത്ത് പുറംതിരിഞ്ഞുനിൽക്കുന്ന ഒരു ഫോട്ടോ പോസ്റ്റ് ചെയ്താണ്. പ്രസവം ശരീരത്തിൽ വരുത്തിയ മാറ്റങ്ങൾ പ്രകടമായ ആ ചിത്രം, കളിയാക്കേണ്ട വർക്ക് വേണമെങ്കിൽ കളിയാക്കാം എന്ന തലക്കെ ട്ടോടു കൂടെയാണ് ഹിലരി പോസ്റ്റ് ചെയ്തത്. ഡാൻസിനിടയിൽ കുനിഞ്ഞപ്പോൾ വെളിവാക്ക പ്പെട്ട കുടവയറിന്റെ പേരിൽ അധിക്ഷേപിക്കപ്പെട്ട ലേഡി ഗാഗ വിമർശകരെ നിശ്ശബ്ദരാക്കുന്നത് 'എന്റെ ശരീരം എന്റെ അഭിമാനം' എന്ന് പറഞ്ഞു കൊണ്ടാണ്.

ഒട്ടും നിഷ്കളങ്കമല്ല ഈ സങ്കൽപ്പങ്ങൾ

ശരീര ഭംഗിക്ക് മാർക്കിടാനുള്ള ന്യായാധി പരായി സ്വയം അവരോധിച്ചവർ സെലിബ്രിറ്റികളെ മാത്രമല്ല ഉന്നമിടുന്നത്. പ്രസിദ്ധരുടെ കുടുംബത്തെ പോലും അവർ വെറുതെ വിടാറില്ല. ഐശ്വര്യ റായിയുടെ മകളുടെ മെലിഞ്ഞ കാലുകൾ സൂം ചെയ്ത് പോളിയോ ബാധിച്ചതെന്നു പറയുന്നതും അജയ്ദേവ്ഗണിന്റെയും കാജോളിന്റെയും മകളെ നിറത്തിന്റെ പേരിൽ പരിഹസിക്കുന്നതും എല്ലാം വാർത്തയായിരുന്നു.

മലയാളം സോഷ്യൽ മീഡിയയിൽ ഈയ ടുത്ത് ഏറെ ചർച്ച ചെയ്യപ്പെട്ട ബോഡി ഷെയി മിംഗ് ഒരു നവദമ്പതികളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടാണ്. പുതുതായി കല്യാണം കഴിഞ്ഞ ദമ്പതികളുടെ ചിത്രമാണ് ഈ ന്യായാധിപക്കൂട്ടത്തെ ഇളക്കി വിട്ടത്. വധുവിന്റെ തടിയായിരുന്നു അവർ കണ്ട കുറ്റം. അവരുടെ ചിത്രങ്ങൾ വില കുറഞ്ഞ കമന്റുകളോടെ ഷെയർ ചെയ്ത ഈ കൂട്ടങ്ങൾ പരിഹാസ്യമാം വിധം അവരെ വേട്ടയാടി. അവസാ നമവർക്ക് ആ ഫോട്ടോയുടെ പേരിൽ പൊലീ സിനെ സമീപിക്കേണ്ടിവന്നു. വരനെക്കാൾ നിറം കുറഞ്ഞ വധുവിനെ പരിഹസിച്ചു കൊണ്ട് ട്രോളുകൾ ഉണ്ടാക്കിയതും ഇവിടെത്തന്നെ.

രാഷ്ട്രീയത്തിൽ ഉന്നത പദവി അലങ്കരി ക്കുന്ന സ്ത്രീകൾപോലും ബോഡി ഷെയ്മി ങ്ങിന് ഇരയാകുന്നുണ്ട്. മായാവതിയുടെ തടിയെ

പരിഹസിച്ചു കൊണ്ട് പരോക്ഷമായി അവരുടെ പാർട്ടി ചിഹ്നമായ ആനയോട് ഉപമിച്ച അഖിലേഷ് യാദവും വസുന്ധരരാജാ സിന്ധ്യയുടെ തടിയെ പരിഹസിച്ചതിന്റെ പേരിൽ മാപ്പു പറയേണ്ടി വന്ന ശരത് യാദവും എല്ലാം ഉദാഹരണങ്ങൾ മാത്രം. സൗന്ദര്യം അതേ സമയം പോസിറ്റീവ് ക്വാളിറ്റി ആയി വരുന്നതും നമ്മൾ കാണാറുണ്ട്. ഇന്ദിരാ ഗാന്ധിയും പ്രിയങ്കഗാന്ധിയും അവരുടെ നേതൃ പാടവത്തിനൊപ്പം സൗന്ദര്യത്തിന്റെ പേരിൽ എപ്പോഴും പ്രകീർത്തിക്കപ്പെടുന്നു. ഉയരവും ഒതുങ്ങിയ ശരീരവും മൂക്കും നിറവും എല്ലാം സൗന്ദര്യത്തികവായി എപ്പോഴും പരാമർശി ക്കപ്പെടുന്നു. ഇത്, സൗന്ദര്യവും വ്യക്തിത്വവു മായി കെട്ടുപിണഞ്ഞുകിടക്കുന്നു.

സ്ത്രീയുടെ അഴകളവുകൾ 36 24 36 ആക ണമെന്നാണ് ഒരു സി ബി എസ് ഇ പാഠപുസ്തകം പറഞ്ഞത്. അതു പിന്നീട് വാർത്തയായി, വിവാദ മായി. പ്രതിഷേധത്തെ തുടർന്ന് അത് പിൻവലി ക്കേണ്ടിവന്നു.

എന്തൊക്കെയാണ് ബോഡിഷെയിമിങ്ങിന്റെ പരിധിയിൽ വരുന്നത്? ഒരാളുടെ നിറം, രൂപം,

ശരീരവടിവുണ്ടാകാൻ ഉപയോഗിക്കുന്ന കോർസറ്റ്

വലിപ്പം, മറ്റുള്ളവരുടെ ശാരീരിക സവിശേഷത കളുമായുള്ള താരതമ്യം എന്നിങ്ങനെ പലതുണ്ട് ഈ വഴിയിൽ. അവരവരുടെ സങ്കൽപ്പങ്ങൾ മറ്റുള്ളവരിൽ അടിച്ചേൽപ്പിച്ച് അവരുടെ ശരീരത്തെ വിമർശിക്കുകയും കളിയാക്കുകയും അതിന്റെ പേരിൽ വേട്ടയാടുകയും ചെയ്യുകയാണ് ഇതിന്റെ രീതി. സൗന്ദര്യത്തെക്കുറിച്ചും അഴകളവുകളെ ക്കുറിച്ചും പറഞ്ഞുപോരുന്ന പൊതുധാരകളാണ് ഇവിടെ വില്ലൻ. ആ സങ്കൽപ്പങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കപ്പെ ടുന്നത് നിഷ്കളങ്കമായല്ല. അനേകം ഘടകങ്ങളും താൽപ്പര്യങ്ങളും ചേർന്ന് രൂപപ്പെടുന്ന ഒന്നാണത്.

അഴകളവുകൾ ആരാണ് സൃഷ്ടിക്കുന്നത്?

പരമ്പരാഗത കാലം മുതൽക്കേ ഓരോ സംസ്കാരത്തിലും വ്യത്യസ്ത സൗന്ദര്യസങ്കല്പ ങ്ങൾ നിലനിന്നിരുന്നു. ആയിരം കപ്പലുകളെ യുദ്ധത്തിനിറക്കിയ ഹെലനും സൗന്ദര്യം വർധി പ്പിക്കാൻ കഴുതപ്പാലിൽ കുളിച്ചിരുന്ന ക്ലിയോ പാട്രയും തൊട്ട് നീണ്ടു മെലിഞ്ഞ കഴുത്തിന് വേണ്ടി പിത്തള വളയങ്ങൾ കഴുത്തിൽ ധരിക്കുന്ന മ്യാൻമറിലെ പെൺകുട്ടികൾ വരെ വ്യത്യസ്ത സൗന്ദര്യസങ്കല്പങ്ങൾ പങ്കിടുന്നു. മൊറോക്കോ യിലെയും സഹാറയിലെയും മറ്റും സൗന്ദര്യ സങ്കല്പമായിരുന്നു തടിച്ച ശരീരം. അഞ്ചു വയസ്സ് മുതലേ പെൺകുട്ടികളെ അതിനായി നിർബന്ധിച്ചു ഭക്ഷണം കഴിപ്പിക്കുന്ന ലെബ്ലോഹ് എന്ന ആചാരം മുമ്പുണ്ടായിരുന്നു. സൗന്ദര്യത്തിനോടുള്ള ആളു കളുടെ ഭ്രമവും ആരാധനയും എത്രയോ കാലമായി നിലനിൽക്കുന്നതാണെന്ന് വ്യക്തമാക്കുന്നു ഇവ.

പെണ്ണുടൽ ഒരു സവിശേഷമായ നിക്ഷേപ ധനമായി മാറുന്നത് പൊതുസമൂഹത്തിന്റെ സാംസ് കാരിക അബോധതലത്തിൽ രേഖപ്പെടുത്തപ്പെട്ട സ്ത്രൈണതയെക്കുറിച്ചുള്ള സങ്കൽപ്പങ്ങളും ആഗോളവിപണി മുന്നോട്ട് വെക്കുന്ന കച്ചവട ബിംബവും ചേർന്ന് ഒരു മിശ്രരൂപം ഉടലെടുക്കു മ്പോഴാണ്. സൗന്ദര്യ വിപണിയുടെ ലാഭതാല്പര്യ ങ്ങൾക്കായി നിർമിക്കപ്പെട്ടതാണ് ഈ പരിവർ ത്തിത പെണ്ണുടൽ സങ്കൽപം. ഇങ്ങനെ സവിശേ ഷമായി സൃഷ്ടിച്ചെടുത്ത ശാരീരിക അളവുകോലു കൾ പ്രകാരം വിപണി നിർമിക്കുന്ന പുതിയ സങ്കരമാതൃകയെ സ്വാഭാവികമായ ബിംബമായി അവതരിപ്പിക്കുകയാണ്. അതുവഴി അത് ജനപ്രിയ മാക്കപ്പെടുന്നു. സ്വാഭാവികമെന്നോണം വേരോട്ടം നടത്തുന്ന ഈ സങ്കൽപ്പങ്ങൾ നവലോകത്തെ രക്തരഹിത, നിരായുധ അധിനിവേശ പ്രക്രിയയുടെ ഉപോല്പന്നമാണ് എന്ന് തിരിച്ചറിയുന്നതിൽ അധിനിവേശപ്രക്രിയക്കെതിരെ പടനയിച്ചവർ പോലും പരാജയപ്പെടുന്നു. വർഗാടിസ്ഥാനത്തിൽ വിഭജിക്കപ്പെട്ട സമൂഹത്തിൽ സജീവമായുള്ള ഇടപെടലിലാണ് ശരീരത്തിന്റെ അസ്തിത്വം പൂർണമാക്കപ്പെടുന്നതെന്നു ബോർദ്യു വിവക്ഷി ക്കുന്നുണ്ട്. ശരീരം തന്നെ മൂലധനമായി മാറുക യാണ്. ശരീരത്തിന്റെ വിനിമയമൂല്യം പരസ്യങ്ങൾ കൃത്യമായി വിനിയോഗിക്കുന്നു. പരസ്യങ്ങൾ ഉൽപാദിക്കുന്ന മാതൃകാശരീരങ്ങളെ ഉപഭോക്താ ക്കൾ ആന്തരികവത്കരിക്കുകയും മാനദണ്ഡമായി വെക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഒരു തരത്തിൽ സമൂഹ ത്തിന്റെ സൗന്ദര്യ, ശരീരസങ്കല്പങ്ങളെ നിയന്ത്രി ക്കുന്ന ഘടകമായി വിപണികൾ മാറുന്നു.

ചുരുക്കി പറഞ്ഞാൽ, ഇങ്ങനെ മാധ്യമ

ങ്ങളും സമൂഹവും കോസ്മെറ്റിക് ഇൻഡസ്ട്രിയും കൂടെ പടച്ചെടുത്ത മാനദണ്ഡങ്ങളാണ് സൗന്ദര്യത്തെ നിർവചിക്കുന്നത്. സ്ത്രീകളുടെ അംഗലാവണ്യ അളവുകോലുകൾ പ്രധാനമായും വാണിജ്യോത്പന്നമാണ്. സൗന്ദര്യ വിപണി നിലനിൽക്കുന്നതും ലാഭം കൊയ്യുന്നതും ഈ അഴകളവ് സങ്കൽപങ്ങളെ മൂലധനമാക്കി നിലനിർത്തിക്കൊണ്ടാണ്. പരസ്യങ്ങൾ വഴി ഈ സൗന്ദര്യ സങ്കല്പങ്ങളെ പൊതുബോധത്തിൽ രൂഢമൂലമാക്കി നിർത്തുകയാണ് അവർ ചെയ്തുപോരുന്നത്. അതോടെ സ്ത്രീകളും പെൺകുട്ടികളും ആ സങ്കൽപ്പത്തിലേക്കെത്താനുള്ള ഓട്ടം തുടങ്ങുന്നു. ശരീരവലിപ്പം, ഉയരം, തൂക്കം, മുടിയുടെ നിറം, മൂക്കിന്റെ നീളം, തൊലിയുടെ നിറം, പുരികത്തിന്റെ ആകൃതി തുടങ്ങി മാസ് മീഡിയ വാർത്തു വെച്ച കളങ്ങളിലേക്ക് സ്വന്തം ശരീരത്തെ ഒതുക്കേണ്ട തത്രപ്പാടിലേക്ക് സ്ത്രീകൾ എത്തിച്ചേരുന്നു. ഓരോ സ്ത്രീയുടെയും ജീവിതം ഈ സൗന്ദര്യത്തികവ് എത്തിപിടിക്കാനുള്ള സമരം കൂടെയാക്കി മാറ്റുന്നതിൽ ഈ കോർപ്പറേറ്റ് ഭീമന്മാർ വിജയിച്ചു എന്നാണ് കോസ്മറ്റിക് വിപണിയുടെ വളർച്ച സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

സാറാ ഗ്രോഗൻ 'ബോഡി ഇമേജ്: അണ്ടർസ്റ്റാൻഡിങ് ബോഡി ഡിസാറ്റിസ്ഫാക്ഷൻ ഇൻ മെൻ, വിമൺ ആൻഡ് ചിൽഡ്രൻ' എന്ന പുസ്തകത്തിൽ പറയുന്നത് പോലെ, 1600കളിലെ റൂബെൻസിന്റെ പെയിന്റിങ്ങുകളിലെ മദാലസരൂപ സങ്കൽപങ്ങൾ തുടങ്ങി ഇന്നത്തെ പേലവ സുകുമാര ഗാത്ര ആരാധന വരെയുള്ള സ്ത്രീ ശരീരത്തിന്റെ പരിപൂർണമായ ലാവണ്യബോധം വിജയകരമായ മാർക്കറ്റിംഗിന്റെ പരിണിതി ആയിരുന്നു. പരസ്യങ്ങളിൽ ഫോട്ടോ എഡിറ്റിംഗ് സാങ്കേതികവിദ്യ കൊണ്ട് സൃഷ്ടിച്ചെടുത്ത സുന്ദരികളായ മോഡലുകളുടെ അയഥാർത്ഥ പ്രതിബിംബങ്ങളുടെ നിരന്തരമായ ഉപയോഗം സൗന്ദര്യം എന്നത് ജന്മസിദ്ധമല്ലെന്നും അക്ഷീണമായ പരിശ്രമത്തിലൂടെ, സൗന്ദര്യ വർദ്ധകോൽപ്പന്നങ്ങളിലൂടെ, സർജറിയിലൂടെ, ഡയറ്റിങ്ങിലൂടെ എല്ലാം ഏറെക്കുറെ സൃഷ്ടിച്ചെടുക്കാൻ കൂടെ കഴിയുന്നതാണെന്നുള്ള ധാരണ ഉണ്ടാക്കി. ഈ സൗന്ദര്യത്തികവ് സ്വന്തമാക്കാൻ ഗണ്യമായ സമയവും ഊർജ്ജവും ലഭ്യമായ വിഭവങ്ങളും പരമാവധി ചിലവഴിക്കാൻ പരസ്യങ്ങളും മാധ്യമങ്ങളും സ്ത്രീയെ പ്രേരിപ്പിച്ചു കൊണ്ടിരുന്നു.

ആദർശശരീരമാതൃകകൾ ഉണ്ടായവിധം

ചരിത്രം പരിശോധിക്കുകയാണെങ്കിൽ ഓരോ കാലഘട്ടത്തിലും നിലനിന്നു പോന്ന സൗന്ദര്യ സങ്കല്പങ്ങൾക്കനുസരിച്ചു സ്വന്തം ശരീരത്തെ മെരുക്കിയെടുക്കാൻ സ്ത്രീകൾ ശ്രമിച്ചിരുന്നതായി മനസിലാക്കാം. പാശ്ചാത്യ സംസ്കാരത്തിൽ ഇച്ഛിക്കുന്ന 'അവർ ഗ്ലാസ് ശരീരആകൃതി' വരുത്താൻ കോർസ്റ്ററി ധരിക്കുന്നത് മുതൽ ഒരു നൂറ്റാണ്ട് മുമ്പുവരെ ചൈനയിൽ ഉണ്ടായിരുന്ന ഫുട് ബൈൻഡിങ് സമ്പ്രദായം വരെ ഇതിനു ഉദാഹരണങ്ങളാണ്. തറവാടിത്തത്തിന്റേയും ആഢ്യതയുടേയും സ്ത്രൈണതയുടേയും സൗന്ദര്യത്തിന്റേയും കാമനയുടേയും പ്രതീകമായ ലോട്ടസ് ഫീറ്റ് സ്വന്തമാക്കാനുള്ള യാതനകൾ ആധുനിക കാലത്ത് ഡയറ്റ് മന്ത്രങ്ങൾക്കും കോസ്മെറ്റിക് സർജറിക്കും വഴി മാറി എന്ന് മാത്രം. കോളനിവത്കരണാനന്തരം വളരെ കൃശമായ പെൺശരീരം യൂറോപ്യൻ സൗന്ദര്യ മാതൃകയിൽ നിന്ന് ആഗോള സൗന്ദര്യ മാനദണ്ഡമായി പരിണമിക്കുകയുണ്ടായത്. സാമ്രാജ്യത്വ ശക്തികളുടെ സാംസ്കാരിക മൂല്യങ്ങളും മാർക്കറ്റിംഗ് താൽപര്യങ്ങളും ആണ് പിന്നീട് ലോക സൗന്ദര്യ വിപണിയെ നിയന്ത്രിച്ചത്.

സാമൂഹികമായും സാമ്പത്തികമായും അധീശത്വവും മൂലധനവും കയ്യാളുന്നവരുടെ ഭാവനകൾ പൊതുവായ ശരീരസങ്കല്പങ്ങളെ ഭരിക്കാൻ തുടങ്ങി. 'വെളുത്ത സുന്ദരി' എന്ന യൂറോപ്യൻ മിത്ത് മറ്റെല്ലാ സൗന്ദര്യ സങ്കല്പങ്ങളെയും അധീനതയിലാക്കുന്ന കാഴ്ചയാണ് പിന്നീട് കണ്ടത്. ബാർബി ഡോളുകൾ ആഗോള വിപണി കീഴടക്കിയതോടെ ഈ സൗന്ദര്യ ഭാവനകൾ ഇതര നിറക്കാരിൽ അധമ ബോധം സൃഷ്ടിക്കുന്ന ഒന്നായി മാറി. പാശ്ചാത്യർ അല്ലാത്തവരിൽ ഉടലെടുത്ത ഈ ആത്മവിശ്വാസക്കുറവാണ് ഫെയർനെസ് ഉൽപ്പന്ന വിപണിക്ക് അനന്ത സാധ്യതകൾ തുറന്നിട്ടത്. പാശ്ചാത്യ സംഭാവന ആയ വിളറിയ തൊലിയോടുള്ള ഈ അമിതാരാധന ഏഷ്യൻ ജനതയിലും വ്യാപകമായി. ഇരുണ്ട തൊലിയെ വെളുപ്പിക്കുന്ന, പ്രകാശമാനമാക്കുന്ന ക്രീമുകൾക്കും മറ്റു ഉത്പന്നങ്ങൾക്കും വേണ്ടിയുള്ള ഓട്ടത്തിലായി ഏഷ്യൻ ജനത. സ്ത്രീ സൗന്ദര്യത്തിന്റെ മാനദണ്ഡമായി മാത്രമല്ല കുലീനതയുടെയും പ്രഭുത്വത്തിന്റെയും കൂടെ അടയാളമായി ഇത് മാറി. ഈ അതിഭ്രമം മുതലെടുക്കാൻ ഏഷ്യൻ കോസ്മെറ്റിക് വിപണികൾക്ക് കഴിയുകയും ചെയ്തു.

വെളുത്ത സുന്ദരി സങ്കൽപം മറ്റെല്ലാ നിറക്കാരെയും വിരൂപരാക്കി ചിത്രീകരിക്കുന്ന വിധത്തിലേക്ക് ചുരുങ്ങിപ്പോയി. മറ്റൊരർത്ഥത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ, സൗന്ദര്യ നിലവാരം നിശ്ചയിക്കൽ വിപണികൾ ഏറ്റെടുത്തതോടെ പെണ്ണുടലുകൾക്കു മേൽ ഹിംസാത്മകമായ ഒരു നിയന്ത്രണം കൂടെ വന്നു. സൗന്ദര്യ ഉൽപ്പന്നങ്ങളുടെയെല്ലാം പരസ്യങ്ങളിൽ, കറുത്ത നിറത്തിന്റെ പേരിൽ ആത്മവിശ്വാസം നഷ്ടപ്പെട്ടവൾക്ക് വെളുക്കാൻ വേണ്ട മാർഗം നിർദേശിക്കുന്ന ഒരു കൂട്ടുകാരിയെ കാണാം. സമൂഹത്തിനു അസ്വാഭാവികതകളില്ലാതെ സ്വീകരിക്കാൻ പറ്റുന്ന ചേരുവയായി. ആത്മവിശ്വാസം വീണ്ടെടുത്തവളുടെ ചിരി നമ്മുടെ

സൗന്ദര്യ വേവലാതികൾക്കു പരിഹാര ഫോർമുല യായി. സുന്ദരനായ ചെറുപ്പക്കാരനെ ആകർഷി ക്കാനുള്ള ഒരേ ഒരു വഴിയായി. ഇരുണ്ട, പാടുകൾ നിറഞ്ഞ ചർമമുള്ള യുവതിയുടെ മുന്നിൽ വെളു പ്പെന്ന വശ്യത നൽകുന്ന മാന്ത്രിക വടിയുമായി ഉത്പന്നങ്ങൾ അണിനിരന്നു. വെളുപ്പ് സ്വാഭാ വിക നിറമായും ഇരുളിമ അസാധാരണമായ ഒന്നായും നമ്മുടെ അബോധത്തിൽ നിരന്നു. കറുത്ത നിറക്കാരിക്കു സുന്ദരനായ പങ്കാളിയെ കിട്ടാനും നല്ല ജോലി നേടാനും വെളുപ്പ് പ്രദാനം ചെയ്യുന്ന ഉല്പന്നത്തിന്റെ സഹായം ആവശ്യ മാണെന്ന് വന്നു. കറുത്തവരുടെ ഉള്ളിൽ സ്വാഭാ വികമാണ് അപകർഷതാ ബോധം എന്ന് ഈ പരസ്യങ്ങൾ പ്രതീകാത്മകമായി പറഞ്ഞു വെച്ചു. ശരീരത്തിന്റെ നിറവും ജാതിയും വർഗ്ഗവും തമ്മി ലുള്ള ബന്ധം അവർണ, അധമ ശരീരങ്ങൾക്ക് എത്തിപിടിക്കേണ്ട ആദർശശരീരമാതൃകയായി വെളുത്ത ശരീരത്തെ പ്രതിഷ്ഠിച്ചു.

ശരീരം എന്ന ഉത്കണ്ഠ

ആൺ നോട്ടത്തിനനുസരിച്ചുള്ള പെണ്ണുടൽ വിളമ്പുന്ന പരസ്യങ്ങൾ നിറത്തിൽ മാത്രമല്ല ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നത്. ചുളിവുകൾ ഇല്ലാത്ത, പാടുകൾ ഇല്ലാത്ത, വരയും കുറിയും കുഴികളും ഇല്ലാത്ത, രോമരഹിതമായ മെലിഞ്ഞു നീണ്ട രൂപമാണ് പുരുഷന്റെ കാമനകളെ ഉദ്ദീപിപ്പിക്കുക എന്നും അവ പ്രഖ്യാപിക്കുന്നു. അങ്ങിനെയുള്ള കാഴ്ചപ്പണ്ടങ്ങൾക്ക് മാത്രമേ പുരുഷസമൂഹത്തിന്റെ അംഗീകാരമുള്ളൂ എന്നും ഈ പരസ്യങ്ങൾ പറഞ്ഞുവെക്കുന്നു. ഇങ്ങനെ വെളുത്ത പെൺ ശരീരങ്ങൾ മാതൃകശരീരങ്ങൾ ആയി അവതരി പ്പിച്ചത് പോലെ തന്നെ മെലിഞ്ഞ ശരീരങ്ങളും ആധുനിക സൗന്ദര്യ പ്രതീകങ്ങളായി വന്നു. ഉത്തമ മാതൃകകളുടെ നിരന്തരമായ അവതരണം സ്ത്രീ കളിൽ സ്വന്തം ശരീരത്തെ കുറിച്ച് വലിയതോതിൽ നിരാശ ഉണ്ടാക്കി.

ഈ നിരാശ അനാരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണ ശീലങ്ങളിലേക്ക് നയിച്ചു. കഠിനവും നിരന്തരവുമായ ഭക്ഷണ നിയന്ത്രണങ്ങളും അമിത വ്യായാമവും വിപണിയിൽ ലഭ്യമാകുന്ന സ്റ്റിറോയ്ഡ് ഉൾപ്പെടെ ഉള്ള മരുന്നുകളുടെ ഉപഭോഗവും മെലിഞ്ഞ ശരീരപ്രേമികളുടെ ആരോഗ്യത്തിനു ഭീഷണിയായി. കൃശവും ലോലവുമായ ശരീരപ്രേമികളെ ലക്ഷ്യമിട്ട് കൂണുകൾ പോലെ മുളച്ചുപൊന്തിയ ഫിറ്റ്നസ് സെന്ററുകളും ഡയറ്റ് കേന്ദ്രങ്ങളും യോഗാ ശ്രമങ്ങളും കാണിക്കുന്നത് ശരീരത്തെ കുറിച്ചുള്ള ബോധം ജനങ്ങളെ കൊണ്ടെത്തിച്ച ഉൽക്കണ്ഠ കളുടെ ആഴമാണ്.

നവോമി വുൾഫ് നിരീക്ഷിക്കുന്ന പോലെ പരസ്യത്തിലെ ഉടലുകളോടുള്ള അതിയായ ഭ്രമവും വാർദ്ധക്യ ഭീതിയും സ്വന്തം ശരീരത്തിലുള്ള ആത്മവിശ്വാസക്കുറവും മറ്റുവഴികളിലൂടെ സൗന്ദര്യം കൃത്രിമമായി ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കാം എന്ന വിശ്വാസവും കൂടെ ചേർന്നപ്പോൾ തനതായ സൗന്ദര്യമുള്ള സ്ത്രീ മുഖങ്ങളും ശരീരങ്ങളും ഇല്ലാതെ ആകുന്ന അവസ്ഥ സംജാതമാക്കി.

എക്കാലവും ആൺകാമനകളെ തൃപ്തി പ്പെടുത്തലായിരുന്നു പെണ്ണുടലുകളുടെ ചിത്രീക രണത്തിൽ പോലും ലക്ഷ്യം വെക്കപ്പെട്ടിരുന്നത്. മൂക്കും മുലയും പുരികവും കൈകാലുകളും, മുടിയും നഖവും തുടങ്ങി അംഗപ്രത്യംഗം പുരുഷ നോട്ടങ്ങൾ വശീകരിച്ചു തന്നിലാക്കേണ്ട അവസ്ഥ യിലേക്ക് സ്ത്രീകൾ എത്തിപ്പെട്ടു. പുരുഷന്റെ കണ്ണിലെ സ്ത്രീക്ക് പൂർണത വരുത്താൻ ബ്യൂട്ടിപാർലറുകളെയും പ്ലാസ്റ്റിക് സർജറി കേന്ദ്രങ്ങളെയും ആശ്രയി ക്കേണ്ടി വന്നു കൊണ്ടിരുന്നു. സാന്ദ്ര ലീ ബർട്കി അഭിപ്രായപ്പെടുന്ന പോലെ, സൗന്ദര്യത്തിന്റെ മാനദണ്ഡങ്ങൾ കാലഗതിക്കനുസരിച്ചു മാറിയിട്ടു ണ്ടാകാം, എന്നാൽ സ്ത്രീ ശരീര ലാവണ്യം എന്നും പുരുഷനോട്ടത്തിൽ തളയ്ക്കപ്പെട്ടത് തന്നെയാ യിരുന്നു. കിം കർദാഷിയാൻ, ബിപാഷ ബസു, ശിൽപ ഷെട്ടി, കങ്കണ റാവത്, സുസ്മിത സെൻ, അയേഷ ടാക്കിയ, ശ്രീദേവി,സണ്ണി ലിയോൺ തുടങ്ങി കാഴ്ചക്കാരെ ഹരം പിടിപ്പിക്കാൻ സ്തനത്തിന്റെ വലിപ്പം കൂട്ടൽ ശസ്ത്രക്രിയക്ക് വിധേയരായ നടിമാരെ ഓർക്കുക.

വസ്തുവൽക്കരിക്കപ്പെടുന്ന പെണ്ണുടൽ

'ബോഡി വർക്ക്: ദി സോഷ്യൽ കൺ സ്ട്രക്ഷൻ ഓഫ് വിമൻസ് ബോഡി ഇമേജ്' എന്ന പുസ്തകത്തിൽ സിൽവിയ കെ ബ്ലഡ് നിരീ ക്ഷിക്കുന്നത് ഇങ്ങനെയാണ്: സ്ത്രീയുടെ ശരീരം

വെറുതെ ഒരു ഉത്പന്നമാവുകയല്ല ചെയ്യുന്നത്, മറിച്ചു പൂർണതയ്ക്കായ് നിതാന്ത ആത്മ ജാഗ്രതയും സൂക്ഷ്മതയും ശിക്ഷണ നടപടികളും ആവശ്യപ്പെടുന്ന ഒരു വസ്തു ആയി പരിണമിക്കപ്പെടുകയാണ്.

അംഗീകൃത അഴകളവുകൾ സ്ത്രീയുടെ ആത്മവിശ്വാസത്തെ ദുർബലമാക്കുകയും സമൂഹം അടിച്ചേൽപ്പിക്കുന്ന രൂപസൗകുമാര്യത്തിലേക്ക് മാറാനുള്ള മാനസിക സംഘർഷം ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ സങ്കൽപ ലാവണ്യം കയ്യെത്തിപിടിക്കാൻ ആകാത്തവരും അതിനെ അവഗണിക്കുന്നവരും സ്ത്രൈണത സങ്കല്പങ്ങളിൽ നിന്നും സാധാരണത്വത്തിൽ നിന്നും അഭിലഷണീയതയിൽ നിന്നും ഭ്രഷ്ട് കൽപിക്കപ്പെട്ടവളും അധിക്ഷേപങ്ങളുടെ ഇരയുമായി മാറുന്നു. ഇതിനെ 'ലുക്ക് അറ്റ് മൈ അഗ്ലി ഫേസ്: മിത്ത്സ് ആൻഡ് മ്യൂസിങ്സ് ഓൺ ബ്യൂട്ടി ആൻഡ് അദർ പേരിലസ് ഒബ്സെഷൻസ് വിത്ത് വിമൻസ് അപ്പിയറൻസ്' എന്ന പുസ്തകത്തിൽ സാറാ ഹൽപ്രിൻ ഇങ്ങനെ കാണുന്നു: അധികം സ്ത്രീകളും ഈ സാമൂഹിക സൗന്ദര്യ നിർമിതികൾ ആന്തരവത്കരിക്കുകയും സ്വന്തം ശരീരത്തെ കുറിച്ചു വികലമായ കാഴ്ചപാടുകൾ വെച്ച് പുലർത്തുകയും സ്വയം വെറുക്കുന്ന ഒരു പോയിന്റിലേക്ക് എത്തിപ്പെടുകയും പൊതുധാരയിൽ നിന്ന് ഒളിച്ചോടുകയും ചെയ്യുന്നു.

ചുരുക്കത്തിൽ,യുഗങ്ങളായി സൗന്ദര്യം എന്നത് ജീവിതവിജയത്തിന് അവശ്യമായ ഒരു ഘടകമായി മാറുകയും അന്തർലീനമായ സാമൂഹിക രാഷ്ട്രീയ ചട്ടക്കൂടായി രൂപാന്തരപ്പെടുകയുമുണ്ടായി. എന്താണ് സൗന്ദര്യം എന്താണ് വൈരൂപ്യം എന്നതിനെ കുറിച്ചുള്ള സൃഷ്ടിച്ചെടുത്ത ധാരണകൾ മാധ്യമങ്ങളിലൂടെ പേർത്തും പേർത്തും ജനങ്ങളുടെ സമഷ്ടിയായ ബോധപ്രക്രിയയിലേക്കു കടത്തി വിട്ടു കൊണ്ടിരുന്നു.

ഡിവോർക്കിനെ പോലെയുള്ള സ്ത്രീവാദികൾ എടുത്തുപറയുന്ന പോലെ സൗന്ദര്യം എന്നത് സമയം കൊല്ലിയായ, വ്യയഹേതുകമായ, ആത്മാഭിമാനത്തിനു തന്നെ തുരങ്കം വെക്കുന്ന സാംസ്കാരിക പ്രക്രിയയാണ്. ജന്മസിദ്ധമായ ശാരീരിക പ്രത്യേകതകളെ അവഗണിച്ചു കൊണ്ട് സമൂഹം അംഗീകരിക്കുന്ന സ്ത്രീ സൗന്ദര്യത്തികവ് കൃത്രിമമായി മേക്കപ്പിലൂടെയും കേശാലങ്കാരങ്ങളിലൂടെയും രോമനിർമ്മാജ്ജനത്തിലൂടെയും ഓപ്പറേഷൻ വഴിയുള്ള കൂട്ടിച്ചേർക്കലുകളിലൂടെയും സൃഷ്ടിച്ചെടുക്കുകയാണ്. അതുകൊണ്ടാണ് സ്ത്രീവാദികൾ അതിനോട് നിരന്തരം കലഹിക്കുന്നത്. ഒരു സ്ത്രീ അവളുടെ ബാഹ്യരൂപം കൃത്രിമമായി സംസ്കരിച്ചെടുക്കുമ്പോൾ അവൾ അറിയാതെ അവളെ തന്നെയും സ്ത്രീ സമൂഹത്തെ ഒട്ടാകെ തന്നെയും അടിച്ചമർത്തുന്ന പ്രക്രിയയിൽ ഭാഗഭാക്കാകുകയാണ്.

നവോമി വുൾഫ് 'ദി ബ്യൂട്ടി മിത്ത്' എന്ന പുസ്തകത്തിൽ ഇതിനെ നിരീക്ഷിക്കുന്നത് ഇങ്ങനെയാണ്: സൗന്ദര്യ ശീലങ്ങൾ എന്നത് സ്ത്രീയെ ശാരീരികമായി മെരുക്കാനും മനഃശാസ്ത്രപരമായി ക്ഷയിപ്പിക്കാനുമുള്ള പുരുഷ സ്ഥാപിത അധികാര ഘടനയുടെ ബോധപൂർവമായ ശ്രമങ്ങൾ ആണ്.

പാശ്ചാത്യ രാജ്യങ്ങളും ഇതര രാജ്യങ്ങളും ഉരുട്ടിയെടുക്കുന്ന വാർപ്പ് സൗന്ദര്യ ബോധ്യങ്ങൾ സ്ത്രീകളെ നിരന്തരം വിമർശനങ്ങൾക്ക് വിധേയമാക്കുന്നത് വഴി അവരെ കൃത്രിമമായ കെട്ടുകാഴ്ചകളുടെ സ്ഥിരം പ്രതിഫലനമാകാനുള്ള സമ്മർദ്ദത്തിന് ഇരകളാക്കുകയാണ്.

പോരാട്ടത്തിന്റെ പുത്തൻപാതകൾ

ഒരു സ്ത്രീ സുന്ദരി ആണെന്ന് സ്വയം കരുതുന്നിടത്തോളം കാലം, സ്വന്തം ശരീരത്തെ ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ കാണുന്നിടത്തോളം കാലം, വലയിൽ പെടുത്താൻ കാത്തിരിക്കുന്ന സൗന്ദര്യ മാനദണ്ഡങ്ങളെ അവൾ വെല്ലുവിളിക്കുകയാണ്. ബ്യൂട്ടി ബ്ലോഗുകളിലൂടെയും വിഡിയോകളിലൂടെയും മറ്റും സൗന്ദര്യത്തിന്റെ അളവുകോലുകൾ ജനമനസ്സുകളിൽ പ്രതിഷ്ഠിക്കുന്നതിൽ സോഷ്യൽ മീഡിയ എത്രത്തോളം പങ്കു വഹിക്കുന്നു എന്നതിനൊപ്പം കാണേണ്ടുന്ന ആശാവഹമായ മാറ്റങ്ങൾ കൂടെ ഉണ്ട്. സൗന്ദര്യ വിപണിയുടെ ഉൽപ്പന്നമായ അഴകളവുകൾ പാടെ നിരാകരിച്ചു കൊണ്ട് 'എന്റെ ശരീരം ഇങ്ങിനെയൊക്കെയായാണ് ആ ശരീരത്തെ ഞാൻ സ്നേഹിക്കുന്നു' എന്ന് വിളിച്ചു പറയുന്ന സ്ത്രീകൾ. 'പ്രസവത്തെ തുടർന്നുണ്ടാകുന്ന സ്ട്രെച്ച് മാർക്കുകളും മറ്റു പാടുകളും നിറ ഭേദങ്ങളും ചുളിവുകൾ വീണ വയറും ഇടിഞ്ഞ മാറും എല്ലാം കൂടിയതാണ് എന്റെ ശരീരം, അപകർഷതയോടെ ഒളിപ്പിക്കാൻ ഒന്നുമില്ല എന്റെ ശരീരത്തിൽ' എന്ന് പ്രഖ്യാപിക്കുന്നവരുടെ എണ്ണവും കൂടി വരുന്നു. ഇത് വ്യവസ്ഥാപിത സൗന്ദര്യസങ്കല്പങ്ങൾ അടിച്ചേൽപ്പിച്ച് സ്ത്രീകളെ ആത്മവിശ്വാസമില്ലാതെയാക്കുന്ന പൊതുസങ്കൽപ്പങ്ങളോടുള്ള വെല്ലുവിളിയാണ്.

'ദി ചിക് സൈറ്റ്' എന്ന ലൈഫ്സ്റ്റൈൽ മാഗസിൻ നടത്തുന്ന റേച്ചൽ ഹോളിസ് ബിക്കിനി ധരിച്ച ഫോട്ടോ പോസ്റ്റ് ചെയ്തുകൊണ്ട് എഴുതുന്നത് 'മൂന്നു കുട്ടികൾക്ക് ജന്മം നൽകിയതിലൂടെ ഉണ്ടായ പാടുകൾ വീണ അടിവയർ മറച്ചു വെക്കാൻ ഞാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നില്ല' എന്നാണ്. വിറ്റിലിഗോ എന്ന ത്വക് രോഗം ബാധിച്ച വിന്നി ഹാർലോ എന്ന ഫാഷൻ മോഡൽ തന്റെ ഫോട്ടോ പങ്കുവെച്ചു കൊണ്ട് വെളുത്ത സുന്ദരി മോഡലുകളെ തകിടം മറിക്കുകയുണ്ടായി. സീറോ സൈസും നിശ്ചിത ഇഞ്ചുകളിൽ ഒതുങ്ങേണ്ട മാറിന്റെയും അരക്കെട്ടിന്റെയും അളവുകളും ആഘോഷമാക്കുന്നവർക്കിടയിൽ തന്റെ പ്ലസ്

സൈസ് വെച്ച് മോഡലിംഗ് ചെയ്തുകൊണ്ട് ജിസ് ബേക്കർ എന്ന മോഡൽ വേറിട്ട കാഴ്ചയായി. ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും വിരൂപയായ സ്ത്രീ എന്ന് യു ട്യൂബ് വീഡിയോ ഇട്ടു പരിഹസിച്ചവർക്കെ തിരെ ചാട്ടുളികണക്കെ പ്രതികരിച്ചു കൊണ്ട് ജനിതകരോഗം കാരണം അസാധാരണമാം ഭാരക്കുറവ് അനുഭവിക്കുന്ന ലിസി വേലാസ്ക്സ് നടത്തിയ ഇടപെടലും ശ്രദ്ധേയമാണ്. നിറത്തിന്റെ പേരിലുള്ള വ്യവസ്ഥാപിത സൗന്ദര്യ സങ്കല്പങ്ങ ൾക്കും മാറ്റം വന്നു തുടങ്ങുന്നു എന്നാണ് ഫാഷൻ ലോകത്തു നിന്നുള്ള വാർത്തകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

കറുത്തവൾ എന്നു പറഞ്ഞ് സൗന്ദര്യ ലോകത്തു നിന്നും സ്ത്രീകളെ മാറ്റി നിർത്തുന്ന കാലം കഴിഞ്ഞുവെന്ന് ലോകത്തെ ഏറ്റവും കറുത്ത സുന്ദരിയായ മോഡൽ ഖൗദിയ ദ്യോപിന്റെ അനുഭവം പറയുന്നു. കറുത്ത നിറമുള്ളവരെ സൗന്ദര്യ ലോകത്തു നിന്ന് അകറ്റി നിർത്തിയിരു ന്നിടത്തു നിന്നും അത്തരക്കാർക്ക് ആത്മവിശ്വാ സവും, പ്രേരണയുമായാണ് ഈ സെനഗൽ സുന്ദരി എത്തുന്നത്. കറുത്ത നിറം മാറ്റി തൊലി വെളുപ്പിക്കാൻ ഭൂരിപക്ഷം ആളുകളും ശ്രമിക്കു ന്നിടത്താണ് കറുത്ത നിറമുള്ളവർക്ക് ആത്മവിശ്വാ സത്തിന്റെ പുതിയ പ്രതീകമായി ഖൗദിയയെ പ്പോലുള്ളവർ കടന്നു വരുന്നത്.

അമിതവണ്ണം കുറച്ചതിനെ തുടർന്ന് ഇടു പ്പിൽ വീണ സ്ട്രെച്ച് മാർക്കുകൾ മറയ്ക്കാതെ ഫോട്ടോഷൂട്ട് നടത്തിയ പരിണീതി ചോപ്രയും പ്രസവത്തെയും മുലയൂട്ടലിനെയും തുടർന്ന് ആകാരഭംഗി നഷ്ടമാകുന്നത് വക വെക്കാതെ അർദ്ധനഗ്ന ഫോട്ടോ പോസ്റ്റ് ചെയ്ത നടി കസ്തൂരിയും സ്ത്രീക്ക് മേൽ അടിച്ചേൽപ്പിക്കപ്പെട്ട സൗന്ദര്യ സങ്കല്പങ്ങളെ ചോദ്യം ചെയ്യുകയാണ്. ലണ്ടനിലെ ഫോട്ടോഗ്രാഫർ ആയ ബെൻ ഹോപ്പർ 'നാച്ചുറൽ ബ്യൂട്ടി' എന്ന ഫോട്ടോ സീരീസിലൂടെ വെല്ലുവിളിക്കുന്നത് രോമാവൃതമായ സ്ത്രീ ശരീരം അഭംഗിയുള്ളതും വൃത്തിഹീനവുമാണ് എന്ന സങ്കൽപത്തെയാണ്. 'രോമാവൃതമായത് മനോ ഹരമാണ്' എന്ന ടാഗ്‌ലൈനോടെ തുടങ്ങിയ കാമ്പയിൻ സ്വകാര്യ ഭാഗങ്ങളിലെ രോമം നീക്കാത്ത സ്ത്രീകളുടെ ഫോട്ടോകൾ കൂടെ ഉൾപ്പെടുത്തിക്കൊണ്ടാണ്. ആന്റി ഫെയർനെസ് ക്രീം സ്‌കാഡുമായി കങ്കണ റണൗത്, അനുഷ്‌ക ശർമ, രൺബീർ കപൂർ എന്നീ ബോളിവുഡ് താരങ്ങൾ മുന്നോട്ട് വെക്കുന്ന ആശയങ്ങളും സൗന്ദര്യ വിപണിക്ക് ഒരു ഷോക്ക് ട്രീറ്റ്മെന്റ് ആണ്.

പരമ്പരാഗതമായി ഊട്ടിയുറപ്പിക്കപ്പെട്ട സൗന്ദര്യ സങ്കൽപ്പങ്ങളെ ചോദ്യം ചെയ്യുന്ന ഇത്തരം കാമ്പയിനുകൾ ആണ് ബോഡിഷെയ്മി ങ്ങിന് ഒളിഞ്ഞും തെളിഞ്ഞും സോഷ്യൽ മീഡിയ പോലെയുള്ള മാധ്യമങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നവർ ക്കുള്ള മറുപടി. സ്വന്തം ശരീര പ്രകൃതത്തിൽ അപകർഷത തോന്നാത്ത ഒരു തലമുറ വൈകാതെ സാധ്യമാകുമെന്ന പ്രതീക്ഷയാണ് ഇത്തരം കാമ്പ യിനുകൾക്ക് കിട്ടുന്ന സ്ത്രീ പിന്തുണ ബാക്കി വെക്കുന്നത്. ■

(തുടർച്ച 27-ാം പേജ്)

പ്രതിരൂപമായ) അമ്മമാർ(ബാബാ കല്യാണിയിലെ പാട്ടോർത്ത് നോക്കൂ). കുളപ്പള്ളി ലീല അത് ചെയ്യുമ്പോൾ കസ്തൂരിമാനിലെ പോലെ അലമ്പു ണ്ടാക്കുന്ന, 'കൊള്ളാരുതാത്ത' അമ്മയാകുന്നു. ഇത്തരത്തിൽ ദൃശ്യവൽക്കരിക്കുന്നത് കാലത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്ന ഒരു മാധ്യമമെന്ന നിലയിൽ അപകടകരമാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞേ പറ്റൂ.

ആസ്വാദകന്റെ/ ആസ്വാദകയുടെ/ആസ്വാദ കരുടെ സംവേദകത്വം മുന്നേ തീരുമാനിച്ചാണ് കലയെ മിക്കപ്പോഴും വിൽപ്പനക്ക് ഒരുക്കുന്നത്. അവിടെ ഏത് തരം ശരീര രൂപങ്ങളെയാണ് അവ തരിപ്പിക്കേണ്ടത് എന്നത് പൊതുവിലെ ട്രെൻഡും ഭൂരിപക്ഷ അഭിരുചിയും പോലിരിക്കും. സ്ത്രീ ശരീരങ്ങൾ അലങ്കാരത്തിനുപയോഗിക്കുന്ന പൊതു പ്രവണത പുരുഷനാണ് ഉപഭോക്താവ് എന്ന മുൻ ധാരണയിൽ നിന്നു കൂടിയാണ് ഉണ്ടായിട്ടുണ്ടാവുക എന്ന് സംശയിക്കുന്നു. എന്നാൽ മറിച്ചു കാഴ്ച്ച ക്കാർ സ്ത്രീകളാണെങ്കിലും, അവരവരുടെ തന്നെ അടിച്ചമർത്തലിൽ ഒരു സുപ്രധാന ഭാഗമായി ക്കൊണ്ട് ഇത്തരം സിനിമകളുടെ ഉപഭോക്താ ക്കളാകുന്നുണ്ട്, അകത്ത് കഥാപാത്രങ്ങളായും പുറത്ത് അതാഘോഷിക്കുന്ന പ്രേക്ഷകരായും. ആ തരത്തിൽ സങ്കീർണം തന്നെയാണ് സിനിമയിലെ ശരീരങ്ങളുടെ സ്വഭാവവും അതിന്റെ നിർണയവും.

ഇതിൽ നിന്നും മാറി നടക്കുന്ന പരീക്ഷണ ങ്ങളെ കണ്ടില്ലെന്ന് നടിക്കുന്നില്ല. അവ പക്ഷെ ശ്രമങ്ങളായി മാത്രമാണ് ഇപ്പോഴും നിൽക്കുന്ന തെന്ന് മാത്രം.

ലിംഗാധികാര ബന്ധങ്ങളിൽ വലിയ മാറ്റങ്ങളൊന്നും സംഭവിച്ചില്ലെങ്കിലും പുരുഷ ശരീരങ്ങളുടെ ക്ലോസ് ഷോട്ടുകൾ വന്നു തുടങ്ങി യിട്ടുണ്ട് സിനിമകളിൽ. അത് ആണത്തത്തെ പുനഃസ്ഥാപിക്കുന്ന വിധത്തിലാണെന്ന് മാത്രം. ഇതിന്റെ അടുത്ത ഘട്ടം കുറച്ചുകൂടി നന്നാവും എന്ന് തന്നെയാണ് തോന്നൽ. കൂടുതൽ സ്ത്രീ കളും ലൈംഗിക ന്യൂനപക്ഷങ്ങളും സിനിമയെ ഗൗരവമായി വായിക്കുകയും സിനിമയിലിടപെ ടുകയും സിനിമയെടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്. ഭാവുകത്വപരമായ മാറ്റങ്ങൾ സ്വാഭാവികമായും ഇതുണ്ടാക്കാതിരിക്കില്ല. വരുന്ന കാലം കുറച്ചു കൂടെ സത്യസന്ധമായ ശരീരങ്ങളെ, ദൃശ്യങ്ങളെ, മനുഷ്യ സങ്കൽപ്പങ്ങളെ അടയാളപ്പെടുത്തുക തന്നെ ചെയ്യും എന്ന് പ്രതീക്ഷ വെക്കാം.

■

ഡോ.ജാൻസി ജോസ്

വാസ്തവം

സന്തോഷമുള്ള സഹവാസം

പല കുടുംബങ്ങളും പുകഞ്ഞു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന അടുപ്പാണ്. എപ്പോൾ വേണമെങ്കിലും കത്തിയമർന്ന് ചാരമായി പോകാൻ സാധ്യതയുള്ള അടുപ്പ്. പരസ്പരം മനസിലാക്കിക്കൊണ്ട് കഴിയുന്നവർക്കോ, അടിമത്തം അംഗീകരിക്കുന്നവർക്കോ മാത്രം വ്യത്യസ്ത അനുഭവം ഉണ്ടായേക്കാം. അഭിപ്രായ സ്വാതന്ത്ര്യം കാംക്ഷിക്കുന്ന ഒരു വ്യക്തിക്കും കുടുംബം നല്ലതൊന്നും വെച്ചിട്ടില്ല. ആധിപത്യവും ന്യൂജൻ പ്രഷറും എല്ലാം കൂടി കുടുംബം എവിടെ എത്തി നില്ക്കുന്നു എന്നത് വിവരണത്തിലൊതുങ്ങാത്ത തലത്തിലെത്തിയിരിക്കുന്നു.

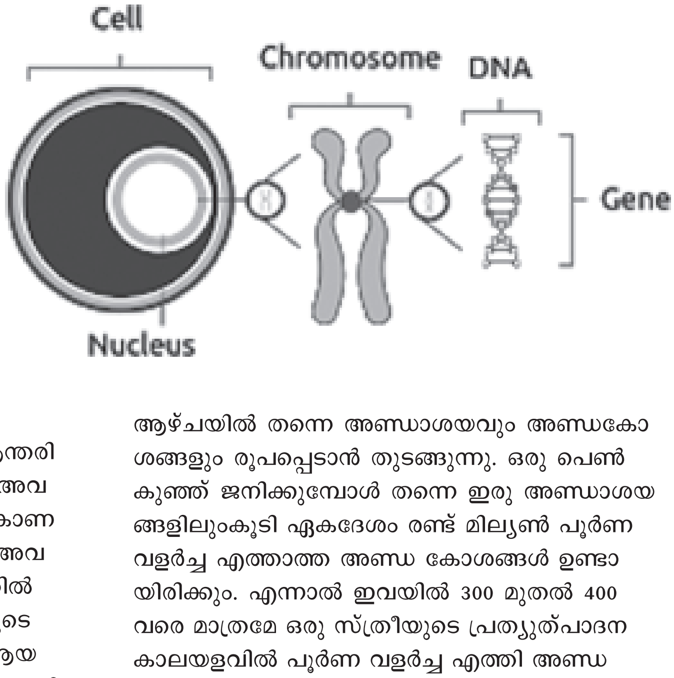
ഭാര്യയും ഭർത്താവും മക്കളും അമ്മായി അച്ഛനും അമ്മായിയമ്മയും എല്ലാം അസംതൃപ്തരും അസഹിഷ്ണരുമാണ്. ഒരുമിച്ചു ജീവിച്ചിട്ടും സ്വകാര്യ ദുഃഖങ്ങൾ നെഞ്ചിലൊളിപ്പിച്ച് സമയം കിട്ടുമ്പോഴൊക്കെ ജീവിതത്തെ പഴിച്ച് വിദൂരതയിലേക്ക് നോക്കിയിരിക്കാൻ ആരും അമാന്തിക്കാറില്ല. ഉള്ളതിൽ സന്തോഷം കണ്ടെത്തുന്നവർക്കു മാത്രമേ ജീവിതത്തിൽ സന്തോഷിക്കാൻ കഴിയൂ എന്നതിൽ സംശയമൊന്നുമില്ല. സ്വപ്നങ്ങൾ നടക്കാത്തതിലും ആഗ്രഹങ്ങൾ നിറവേറ്റാത്തതിലും മനസിനിണങ്ങിയ ഭാര്യയെയോ ഭർത്താവിനെയോ കിട്ടാത്തതിലും എത്രയോ പേർ ദുഃഖിക്കുന്നുണ്ട്? സന്തോഷത്തിനു വേണ്ടി വീടിനു പുറത്ത് അലഞ്ഞു തിരിയുന്നവർക്ക് സന്തോഷം നടിക്കാൻ മാത്രമേ കഴിയൂ. വർത്തമാനകാലത്തോട്, ജീവിത സാഹചര്യങ്ങളോട് നീതി പുലർത്താത്ത ഒരാൾക്കും സന്തോഷിക്കാൻ കഴിയില്ല തന്നെ.

ഓരോ ആൾക്കും ഓരോ ഇഷ്ടമായിരിക്കും. അതിൽ എത്ര ഇഷ്ടങ്ങൾ നടക്കുന്നുണ്ട്. പ്രധാനമായും ആരുടെ ഇഷ്ടങ്ങളാണ് വീട്ടിൽ നടക്കാറുള്ളത് ? തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളിൽ ഒരു വിലയിരുത്തൽ കുടുംബത്തിൽ നടക്കേണ്ടതുണ്ട്. അതിന് കൂട്ടായശ്രമവും മനഃസ്ഥിതിയും ആവശ്യമാണ്. സ്നേഹമുണ്ടെന്നു പറയുന്ന ആളുകൾ സ്വയം വിലയിരുത്തേണ്ടതുണ്ട്. എന്താണ് സ്നേഹം, തന്റെ സ്നേഹം എങ്ങനെയുള്ളതാണ് തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങൾ അതിൽ വരേണ്ടതുണ്ട്. യഥാർത്ഥ സ്നേഹം എന്നു പറഞ്ഞാൽ തനിക്കിഷ്ടമുള്ള സാധനങ്ങൾ തനിക്കിഷ്ടമുള്ളവർക്ക് കൊടുക്കുന്നതല്ല. താൻ സ്നേഹിക്കുന്ന വ്യക്തിയുടെ ഇഷ്ടങ്ങളും താത്പര്യങ്ങളും കരുതലും സംരക്ഷണവും ഏറ്റെടുക്കുക എന്നതാണ്. അവരെ മനസിലാക്കി കൂടെ നിൽക്കുക എന്നതാണ്. അതിനു കഴിയുന്നവർക്കേ ശരിക്കും സ്നേഹിക്കുവാൻ കഴിയൂ.

കുടുംബത്തിൽ തന്നിഷ്ടം കാണിക്കുന്ന ഒരാൾ ഉണ്ടായാൽ മതി അവിടുത്തെ സമാധാനം കെടാൻ ഒരു കൂട്ടായ്മ രൂപപ്പെടേണ്ടതുണ്ട് അവിടെ. എല്ലാവരുടേയും ഇഷ്ടങ്ങൾ, ആഗ്രഹങ്ങൾ ഒക്കെ നടക്കണം. കൂട്ടായ്മയുണ്ടാക്കാൻ ആദ്യം മുതൽ തന്നെ ശ്രമിക്കണം. നടന്നില്ല എങ്കിൽ അതിശയിക്കാനൊന്നുമില്ല. നമ്മുടെ രീതി പിതൃ മൂല്യ രീതിയാണല്ലോ. ആ രീതി പിൻതുടരുന്നവർ അതിൽ നിന്ന് പിൻമാറേണ്ടി വരും. എന്നിട്ടു സ്വയം വിലയിരുത്തി തിരുത്തി മുന്നോട്ടു പോവണം. സ്വയം വിലയിരുത്തലിന് അംഗങ്ങൾ മുഴുവൻ തയ്യാറാകേണ്ടതുണ്ട്. താൻ ഇന്നുവരെ പറഞ്ഞതും ചെയ്തതും ആർക്കുവേണ്ടിയായിരുന്നു എന്നും ആർക്കാണ് അതിൽ നിന്ന് സന്തോഷം കിട്ടിയത് എന്നും കണ്ടെത്തിയാൽ വിലയിരുത്തപ്പെട്ടു കഴിഞ്ഞു എന്നർത്ഥം. സ്വയം വിലയിരുത്തപ്പെട്ട മനുഷ്യരുടെ സഹവാസം സന്തോഷത്തിന്റേതു മാത്രമായിരിക്കും എന്നേ പറയാനുള്ളൂ.

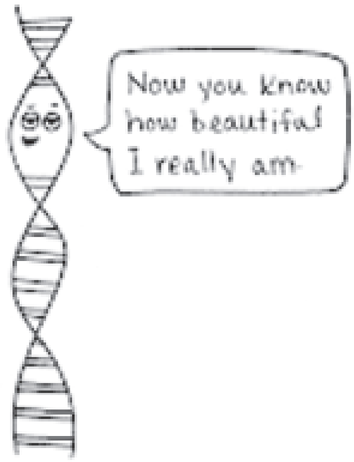
രോഹിണി
ഡോക്ടർ
ഗവേഷക, മാസ്റ്റർ ഓഫ് പബ്ലിക് ഹെൽത്ത്,
ശ്രീ ചിത്തിരതിരുനാൾ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്

സ്ത്രീശരീരത്തിന്റെ ശാസ്ത്രം



ഇരുപത്തിരണ്ട് ജോടി സൊമാറ്റിക് ക്രോമോസോമുകളും രണ്ട് X ക്രോമോസോമുകളും കൂടിച്ചേർന്ന് ഭ്രൂണം ഉണ്ടാവുമ്പോഴാണ് ഒരു പെൺകുഞ്ഞ് ജനിക്കുന്നത്. അതായത് 46XX ആണ് സാധാരണ സ്ത്രീകളുടെ ജനിതക ഘടന. വളരെ അപൂർവമായി ചില ജനിതക വ്യതിയാനങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം. ഉദാഹരണത്തിന് 45XO (ഒരു X ക്രോമോസോം മാത്രമുള്ള അവസ്ഥ) 46XXY (രണ്ട് X നോട് കൂടി ഒരു Y അധികം വരുന്ന അവസ്ഥ). ഈ അപൂർവ അവസ്ഥകളിൽ ബാഹ്യ ശരീര പ്രകൃതി സ്ത്രീയുടെ ആണെങ്കിലും ബാഹ്യവും ആന്തരികവുമായ പല ലൈംഗിക അവയവങ്ങളും അവയുടെ പൂർണ രൂപത്തിൽ അല്ലാതെയാണ് കാണപ്പെടാറുള്ളത്.സാധാരണ കാണുന്ന 46XX അവസ്ഥയിൽ Y ക്രോമോസോമിന്റെ അഭാവത്തിൽ മുള്ളേരിയൻ നാളികളിൽ നിന്നും സ്ത്രീയുടെ ആന്തരിക പ്രത്യുത്പാദന അവയവങ്ങൾ ആയ ഗർഭപാത്രം, ഫെല്ലോപിയൻ കുഴലുകൾ, യോനിയുടെ കുറച്ചു ഭാഗം എന്നിവ രൂപപ്പെടുന്നു. ഉപസ്ഥം (vulva), യോനിയുടെ ബാക്കി ഭാഗം എന്നിവ ജനിറ്റൽ ട്യൂബർക്കിൾ, ജനിറ്റൽ ഫോൾഡ് എന്നീ കലകളിൽ നിന്നും ടേസ്റ്റോസ്റ്റീറോൺ എന്ന പുരുഷഹോർമോണിന്റെ അഭാവത്തിൽ രൂപാന്തരം പ്രാപിക്കുന്നു. ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിന്റെ ആറാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ തന്നെ അണ്ഡാശയവും അണ്ഡകോശങ്ങളും രൂപപ്പെടാൻ തുടങ്ങുന്നു. ഒരു പെൺകുഞ്ഞ് ജനിക്കുമ്പോൾ തന്നെ ഇരു അണ്ഡാശയങ്ങളിലുംകൂടി ഏകദേശം രണ്ട് മില്യൺ പൂർണ വളർച്ച എത്താത്ത അണ്ഡ കോശങ്ങൾ ഉണ്ടായിരിക്കും. എന്നാൽ ഇവയിൽ 300 മുതൽ 400 വരെ മാത്രമേ ഒരു സ്ത്രീയുടെ പ്രത്യുത്പാദന കാലയളവിൽ പൂർണ വളർച്ച എത്തി അണ്ഡവിസർജനം വഴി പുറത്തു വരുന്നുള്ളൂ.

46XX ജനിതക ഘടനയോടും സ്ത്രീ ലൈംഗിക അവയവങ്ങളോടും കൂടി ജനിച്ചു എന്നിരിക്കിലും ചിലർ തങ്ങളുടെ ജണ്ടർ ഐഡന്റിറ്റി പുരുഷന്റേതായി പ്രകടിപ്പിച്ചേക്കാം (transmen). അങ്ങനെയുള്ളവരെയും കൂടി സഹി

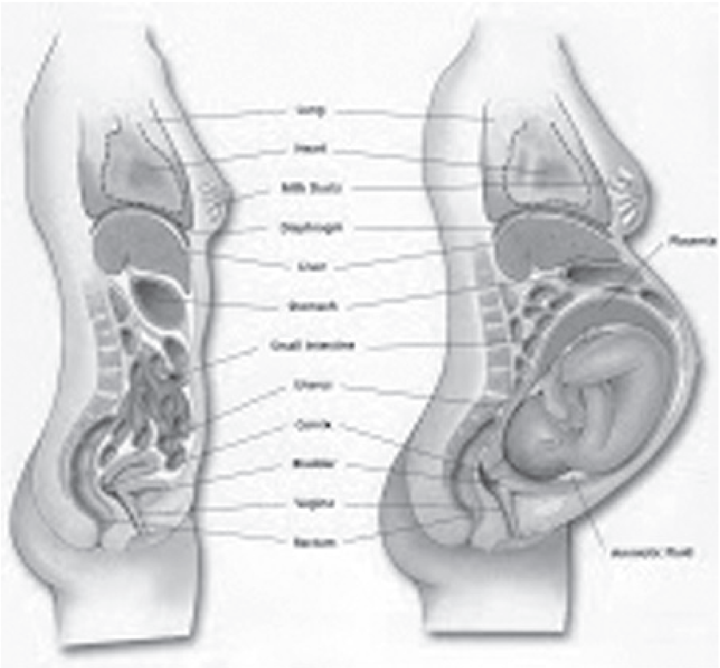


ഏകദേശം 300–400 ആർത്തവ ചക്രങ്ങളിലൂടെ സ്ത്രീ കടന്നു പോകുന്നു. 45–50 വയസ് സമയത്ത് അണ്ഡ കോശങ്ങളുടെ എണ്ണം ചുരുങ്ങി ചുരുങ്ങി ഏകദേശം ആയിരത്തിൽ താഴെ ആകുന്ന സമയത്ത് ആർത്തവ വിരാമം സംഭവിക്കുന്നു. ഈ സമയത്ത് ശരീരത്തിലെ സ്ത്രീ ഹോർമോണിന്റെ അളവിൽ വരുന്ന കുറവ് ശരീരത്തിൽ പല മാറ്റങ്ങളും ഉണ്ടാക്കുന്നു. കൂടാതെ ഹൃദ്രോഗം, പക്ഷാഘാതം, അസ്ഥി തേയ്മാനം, അൽഷെയമേഴ്സ് തുടങ്ങിയ അസുഖങ്ങൾ വരാനുള്ള സാധ്യത കൂടുന്നു.

ഷ്ണതയോടെ ഉൾക്കൊള്ളുന്നതാവണം നമ്മുടെ സമൂഹം.

പെൺകുഞ്ഞുങ്ങൾ വളർന്ന് ഏകദേശം 3 വയസ്സോടു കൂടിയാണ് തങ്ങളുടെ ലിംഗപരമായ വ്യത്യാസം മനസ്സിലാക്കാൻ തുടങ്ങുന്നത്.ഈ സമയത്ത് ആൺകുഞ്ഞിനെയും പെൺകുഞ്ഞിനെയും തങ്ങളുടെ ശരീരം തങ്ങളുടെ സ്വന്തം ആണെന്നും 'അച്ഛൻ, അമ്മ' തുടങ്ങിയ വളരെ അടുപ്പമുള്ള ആളുകൾ ഒഴികെ മറ്റുള്ളവർ സ്വന്തം ശരീരത്തിൽ അവരുടെ അനുവാദമില്ലാതെ സ്പർശിക്കാൻ പാടില്ല എന്നും സ്വകാര്യ ഭാഗങ്ങളിൽ തൊടാൻ ശ്രമിച്ചാൽ അരുത് എന്ന് പറയുകയും അമ്മയോടോ അച്ഛനോടോ പറയണം എന്ന് പഠിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യണം.

ഏകദേശം 10 വയസ് വരെ ആൺകുട്ടികളുടെയും പെൺകുട്ടികളുടെയും ശരീര വളർച്ച നിരക്ക് ഏകദേശം ഒരുപോലെയാണ്. അതിനാൽ തന്നെ ആഹാരത്തിൽ യാതൊരു ലിംഗ വിവേചനവും അഭിലഷണീയമല്ല. പിന്നീട് പ്രായപൂർത്തി സമയത്തു പെൺകുട്ടികളുടെ വളർച്ച ത്വരിത ഗതിയിൽ ആവുകയും ചെയ്യുന്നു.ഈ സമയത്തു പോഷക സമൃദ്ധമായ ആഹാരം ലഭിക്കുക എന്നത് പെൺകുട്ടിയുടെ ആരോഗ്യപരമായ ഭാവിജീവിതത്തിന് അത്യന്താപേക്ഷിതമാണ്. ഈ സമയത്ത് ശാരീരികമായും മാനസികമായും ഒരുപാട് മാറ്റങ്ങൾ സംഭവിക്കുന്നു. തലച്ചോറിലെ ഹൈപോത്തലാമസ്, പിറ്റ്യൂട്ടറി ഗ്രന്ഥികളുടെ പ്രവർത്തന ഫലമായി പല ഹോർമോണുകളും ശരീരത്തിൽ ഉത്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. തൽഫലയമായി സ്തന വളർച്ച, ഗുഹ്യ ഭാഗങ്ങളിലും കക്ഷത്തിലും രോമ വളർച്ച, അരക്കെട്ടിനു വീതികൂടുക, മുഖക്കുരുകൾ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുക, വിപരീത ലിംഗത്തിൽ ഉള്ള വരോടോ അപൂർവമായി സ്വന്തം ലിംഗത്തിൽ ഉള്ളവരോടോ ആകർഷണം തോന്നുക എന്നിവയൊക്കെ സംഭവിക്കുന്നു. രോമ വളർച്ചയും സ്തനങ്ങളുടെ വലിപ്പവുമൊക്കെ ഓരോ വ്യക്തികൾക്കും വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കും. ഇത് പെൺകുട്ടിയുടെ ആത്മവിശ്വാസത്തെ ബാധിക്കാത്ത തരത്തിൽ അവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്തണം. തങ്ങളുടെ ശരീരം എങ്ങനെ ഇരുന്നാലും അതിനെ സ്നേഹിക്കാനും. തങ്ങൾ തങ്ങളെത്തന്നെ എങ്ങനെ നോക്കിക്കാണുന്നു എന്നതാണ് ഏറ്റവും പ്രധാനം. ശരിയായ അളവിലുള്ള ബ്രാ ധരിക്കാനും ആർത്തവത്തെക്കുറിച്ചും സ്വകാര്യഭാഗങ്ങൾ ശുചിയായി വെക്കുന്നതിനെ കുറിച്ചും (മുന്നിൽ നിന്നും പുറകിലേക്ക്) ലൈംഗികതയെക്കുറിച്ചും ശാസ്ത്രീയമായി കുട്ടികൾക്ക് വിവരങ്ങൾ കൊടുക്കണം. സ്ത്രീ ഹോർമോണായ ഈസ്ട്രജന്റെ പ്രവർത്തന ഫലമായി യോനി ഭാഗത്തുനിന്നും സ്രവങ്ങൾ വരുന്നത് സ്വാഭാവികമാണ്. ഇത് യോനിയുടെ സുരക്ഷക്ക് വേണ്ടി പ്രകൃതി ഒരുക്കിയിട്ടുള്ളതാണ്.



ഇത് ദുർഗന്ധം, നിറവ്യത്യാസം (മഞ്ഞ, ബ്രൗൺ), ചൊറിച്ചില് എന്നിവയോട് കൂടി കാണുന്നുണ്ടെങ്കിൽ മാത്രമേ വൈദ്യസഹായം ആവശ്യമുള്ളൂ. അതിനാൽ തന്നെ സുഗന്ധ ദ്രവ്യങ്ങൾ ആ ഭാഗത്ത് ഉപയോഗിക്കേണ്ട യാതൊരു ആവശ്യകതയും ഇല്ല. മറിച്ച് അത് യോനിഭാഗത്ത് അലർജി ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത കൂട്ടുന്നു. എല്ല് ഉരുകി പുറത്ത് വരുന്ന സ്രവമാണ് ഇതെന്ന തെറ്റിധാരണ വ്യാപകമാണ്. ഇതിന് യാതൊരു ശാസ്ത്രീയ അടിസ്ഥാനവുമില്ല. ശരീരം മെലിയുന്നതും സ്രവവും തമ്മിൽ നേരിട്ട് ബന്ധമൊന്നുമില്ല. സ്രവങ്ങൾ കൂടുതലുണ്ടെങ്കിലും ഇല്ലെങ്കിലും മധുരം ഉപ്പ് എന്നിവ കുറഞ്ഞ ആഹാരങ്ങൾ, പ്രോട്ടീൻ, കാൽസ്യം, അയൺ എന്നിവ അടങ്ങിയ ആഹാരം,ധാരാളം വെള്ളം ഇവ ശരീരത്തിന് ആവശ്യമാണ്. പ്രഭാത ഭക്ഷണത്തെ ഒഴിവാക്കുന്ന രീതി നല്ലതല്ല. സ്ത്രീകളുടെ മൂത്രനാളി ചെറുതും മലദ്വാരത്തിന് വളരെ അടുത്തും ആയതിനാൽ മൂത്രനാളി/മൂത്രാശയ അണുബാധക്ക് സാധ്യത കൂടുതൽ ആണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ മുൻപിൽ നിന്നും പുറകിലേക്ക് സ്വകാര്യഭാഗം വൃത്തിയാക്കേണ്ടതും ധാരാളം വെള്ളം ദിവസം കുടിക്കുന്നതും മൂത്ര ശങ്ക വരുമ്പോൾ തന്നെ മൂത്രവിസർജനം നടത്തുകയും ചെയ്യുന്നത് അണുബാധ ഒഴിവാക്കാൻ സഹായിക്കും.

ഗർഭാവസ്ഥയിൽ സ്ത്രീയുടെ ശരീരത്തിൽ സംഭവിക്കുന്ന മാറ്റങ്ങൾ

1. ഹൃദയത്തിൽ നിന്നും പമ്പ് ചെയ്യുന്ന രക്തത്തിന്റെ അളവ് 30%-50% വരെ കൂടുന്നു. ഹൃദയ മിടിപ്പ് കൂടുന്നു. ഇത് പ്രസവം കഴിഞ്ഞു ആറാമത്തെ ആഴ്ച്ചയോടെ പൂർവ സ്ഥിതി പ്രാപിക്കുന്നു

2.രക്തത്തിന്റെ അളവ് കൂടുന്നു. എന്നാൽ രക്തകോശങ്ങളെക്കാൾ പ്ലാസ്മയുടെ അളവ് കൂടുന്നതിനാൽ ഹീമോഗ്ലോബിന്റെ അളവ് കുറയുന്നു. കുഞ്ഞിലേക്കും കൂടി എത്തേണ്ടതിനാൽ ഈ അവസ്ഥ സ്ത്രീയുടെ iron ആവശ്യകത കൂട്ടുന്നു. അതിനാലാണ് ഗർഭിണികൾ iron അടങ്ങിയ ഭക്ഷണങ്ങൾ കഴിക്കാനും iron ഗുളിക കഴിക്കാനും പറയുന്നത്.

3. വൃക്കകളുടെ പ്രവർത്തനം കൂടുന്നു. കൂടാതെ വളരുന്ന ഗർഭപാത്രം മൂത്രസഞ്ചിക്കുമേൽ ചെലുത്തുന്ന മർദവും കാരണം മൂത്രശങ്കയും മൂത്രവിസർജനവും ഗർഭിണികളിൽ കൂടുന്നു.

4. ശ്വാസോച്ഛ്വാസ നിരക്ക് കൂടുന്നു. ഇത് പ്രോജസ്റ്ററോൻ എന്ന ഹോർമോണിന്റെ പ്രവർത്തനവും ഗർഭപാത്രം വികസിക്കുമ്പോൾ വരുന്ന മർദ്ദവ്യത്യാസവും കാരണമാണ്.

5. ഗർഭപാത്രം മലാശയത്തിലും കുടലിന്റെ താഴ്ഭാഗത്തും ചെലുത്തുന്ന മർദം കാരണം മലബന്ധം ഉണ്ടാകാം.

കൂടാതെ പ്രോജസ്റ്ററോൻ ഹോർമോണിന്റെ ഫലമായി നെഞ്ചിരിച്ചിൽ, പുളിച്ചു തികട്ടൽ എന്നിവയും ഉണ്ടാകാം

6. ഗർഭപാത്രത്തിൽ മറുപിള്ളയും ചില ഹോർമോണുകൾ ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. ഇവ അമ്മയുടെ ശരീരത്തിൽ എത്തി പല മാറ്റങ്ങളും ഉണ്ടാക്കുന്നു. തൈറോയ്ഡ് ഗ്രന്ഥിയുടെ വളർച്ച, മുഖത്ത് (കവിളിലും കൺതടങ്ങളിലും)വരുന്ന നിറവ്യത്യാസം, സ്തനങ്ങളിൽ നിപ്പിളിനു ചുറ്റും നിറം കൂടുക, കക്ഷം കറുപ്പ് നിറം ആകുക തുടങ്ങി ഗർഭാവസ്ഥയിൽ പ്രമേഹം വരാനുള്ള സാധ്യതക്ക് വരെ ഈ ഹോരമോണുകൾ കാരണമാകാം.

ഏകദേശം 300-400 ആർത്തവ ചക്രങ്ങളിലൂടെ സ്ത്രീ കടന്നു പോകുന്നു. 45-50 വയസ് സമയത്ത് അണ്ഡ കോശങ്ങളുടെ എണ്ണം ചുരുങ്ങി ചുരുങ്ങി ഏകദേശം ആയിരത്തിൽ താഴെ ആകുന്ന സമയത്ത് ആർത്തവ വിരാമം സംഭവിക്കുന്നു. ഈ സമയത്ത് ശരീരത്തിലെ സ്ത്രീ ഹോർമോണിന്റെ അളവിൽ വരുന്ന കുറവ് ശരീരത്തിൽ പല മാറ്റങ്ങളും ഉണ്ടാക്കുന്നു. കൂടാതെ ഹൃദ്രോഗം, പക്ഷാഘാതം, അസ്ഥി തേയ്മാനം, അൽഷെയമേഴ്സ് തുടങ്ങിയ അസുഖങ്ങൾ വരാനുള്ള സാധ്യത കൂടുന്നു.

■

കവിത

ആര്യ ഗോപി
അദ്ധ്യാപിക,
കോഴിക്കോട് സാമൂതിരി
ഗുരുവായൂരപ്പൻ
കോളേജ്

ചിതലുകളുടെ ഘോഷയാത്ര

നിശ്ശബ്ദതയിൽ
നിന്നു പൊട്ടിമുളച്ച
വിത്തിന് കാതുകളേയില്ലായിരുന്നു
ഉറക്കത്തിലേക്ക്
വഴുതിപ്പോയ വീടുകളെല്ലാം
താക്കോൽപ്പഴുതുകളായി
തർജ്ജമ ചെയ്യപ്പെട്ടിരുന്നു
സപ്നാടകർ
വന്നുപോവാനിടയില്ലാത്ത
താഴ്‌വരകൾ
നരച്ച പച്ചകളിൽ
പ്രതിഫലിച്ചു നിന്നു
എവിടെയും
പോകാനില്ലാത്ത
തീർത്ഥാടകരുടെ
തകർന്ന പല്ലക്കുകൾ
വഴിയരികിൽ തുരുമ്പിച്ചുകിടന്നു
കതിരവൻ
പുനർജ്ജനിക്കാത്ത
മഴക്കൂരയിൽ
ചിതലുകളുടെ സൗരയൂഥം
ഘോഷയാത്രയ്ക്കിറങ്ങി

ഉടൽ പണിയുന്ന തടവറക്കുള്ളി

സ്തനങ്ങളും നീണ്ടമുടിയും മുളക്കുന്ന
തായി കണ്ടാൽ
അവരതിനെ സ്ത്രീ എന്ന് വിളിക്കും
താടിമീശയാണ് മുളക്കുന്നതെങ്കിലോ
അവരതിനെ പുരുഷനെന്നുപറയും
പക്ഷേ, നോക്കൂ,
ഇവർക്കിടയിൽ ചുറ്റിത്തിരിയുന്ന ആത്മാ
വാവട്ടെ
സ്ത്രീയുമല്ല,
പുരുഷനുമല്ല
(ശിവേന സഹനർത്തനം- അഷിത)

മനുഷ്യനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ഉടലും അതിന്റെ സവിശേഷതകളും, പരിപാലനവും, അവന് ഒട്ടും കർതൃത്വമില്ലാത്ത അതിന്റെ നശ്വരതയുമെല്ലാം ആദിമകാലം തൊട്ടേ ചിന്താവിഷയമാണ്. മോക്ഷത്തിനുള്ള വഴിയിലെ തടസ്സമാണ് ശരീരമെന്ന് ഹൈന്ദവ തത്വചിന്ത. എന്നാൽ ഇതിലെല്ലാം കേന്ദ്രസ്ഥാനത്ത് പുരുഷന്റെ ഉടലാണ്. പുരുഷകേന്ദ്രീകൃത സമൂഹത്തിൽ പൂർണ്ണ മനുഷ്യൻ അവനായത് കൊണ്ട് തന്നെയാണത്. എന്നാൽ പെണ്ണിന്റെ ഉടൽ സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ നീചത്വത്തെ വഹിക്കുന്ന ഒന്നായി ഇതേ ചിന്തയുടെ മറുപുറത്ത് അവതരിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. അത് പുരുഷന്റെ ഉടലിനെക്കാൾ പദവിയിൽ താണതും അവന്റെ പാപങ്ങളുടെ കാരണവുമാണ്. ക്രൈസ്തവ വിശ്വാസമനുസരിച്ചും പുരുഷശരീരത്തിന്റെ പുറത്തേക്കുള്ള നീട്ടിയെടുപ്പ് (extension) മാത്രമാണ് സ്ത്രീ ശരീരമെന്നും, അതിന്റെ സ്വാഭാവികമായ ജൈവപ്രവർത്തനങ്ങൾ പറുദീസാപാപത്തിന്റെ ബാക്കിപത്രമെന്നും കരുതപ്പെടുന്നു. അത്തരമൊരുടലിന് പുരുഷനോട് ചേർന്നല്ലാതെ നിലനിൽപ്പില്ലെന്നു മാത്രമല്ല അവന്റെ പാപങ്ങളെ ഏറ്റുവാങ്ങേണ്ട പാത്രം കൂടിയായി മാറുന്നു. അതേസമയം മറ്റൊരുവശത്ത് പെണ്ണുടലിന്റെ വർണ്ണവും, മൃദുത്വവും, പാകമായ ഫലത്തോടൊത്ത അതിന്റെ പാകതയുമെല്ലാം വർണ്ണിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. ചെറിയ ഒരു കാറ്റുകൊണ്ടുപോലും തളർന്നുപോകുന്ന ആനതാംഗിയായും ചെറിയ മനക്ലേശത്താൽ പോലും തളർന്നുവീഴുന്ന ദുർബലയായും അവൾ അവതരിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. കുയിലിന്റെ സ്വരവും, അരയന്നത്തിന്റെ നടയും താമരപ്പൂപോലത്തെ കണ്ണുകളും താമരവളയം പോലത്തെ കൈകളുമൊക്കെയായി

സംഗീത ചേനംപുല്ലി
കെമിസ്ട്രി വിഭാഗം അദ്ധ്യാപിക,
കോഴിക്കോട് മീഞ്ചന്ത ഗവ.
ആർട്സ് ആൻഡ് സയൻസ്
കോളേജ്

ുള്ളിൽ

അവൾ ഭേദിക്കപ്പെടുന്നു. ഈ രണ്ട് പുരുഷകൽപ്പനകൾക്കും ഇടയിൽ എവിടെയാണ് യഥാർത്ഥത്തിൽ സ്ത്രീശരീരം നിൽക്കുന്നത് എന്ന അന്വേഷണത്തിന് തീർച്ചയായും പ്രസക്തിയുണ്ടെന്ന് മാത്രമല്ല അത് സ്ത്രീയുടെ സാമൂഹ്യനീതിക്കായുള്ള അന്വേഷണങ്ങളുടെ ഭാഗം കൂടിയാണ്.

പെണ്ണുടലിന്റെ ഉടയോനാരാണ്?

കേരളത്തിലെ പതിവനുസരിച്ച് യൗവനാരംഭം കഴിഞ്ഞാൽ സ്ത്രീശരീരം ശിശുപരിചരണത്തിനും, വീട്ടുപണികൾക്കും ഉള്ള ഉപകരണം മാത്രമായി മാറുന്നു. അടുക്കളയിൽ തേഞ്ഞുതീരാറായ വീട്ടുപകരണമാണ് ഞാൻ എന്ന് സാവിത്രി രാജീവൻ എഴുതുമ്പോൾ അവിടെ തേഞ്ഞുതീരുന്ന ഒരുടലിന്റെ ചിത്രത്തെക്കൂടി നാം കാണേണ്ടതുണ്ട്. ലൈംഗികതയടക്കം ഉടൽ കൊണ്ട് അറിയേണ്ട ആനന്ദങ്ങളെ സ്വായത്തമാക്കുന്നതിൽ നിന്ന് സമൂഹം അടിച്ചേൽപ്പിക്കുന്ന മൂല്യബോധം അവളെ തടയുകയും ചെയ്യുന്നു. ജീവശാസ്ത്രപരമായി സ്ത്രീപുരുഷ ശരീരങ്ങൾ തമ്മിൽ പ്രത്യുൽപ്പാദന വ്യവസ്ഥയിൽ ഒഴികെ സാരമായ വ്യത്യാസങ്ങളില്ല. ഒരേ പോലെ ശ്വസിക്കുന്ന, ഒരേ രക്തചംക്രമണവ്യവസ്ഥയും ദഹനവ്യവസ്ഥയും തലച്ചോറും നാഡീവ്യവസ്ഥയുമുള്ള ആൺപെൺ ശരീരങ്ങളിൽ ലൈംഗികമായ വ്യതിരിക്തതയുടെ പേരിൽ മാത്രം സ്ത്രീശരീരം താണതാണെന്ന് വരുന്നു. ശാരീരികമായ വ്യത്യാസങ്ങളെ അതായി ത്തന്നെ തിരിച്ചറിയുകയും അതേസമയം സാമൂഹ്യമായ തുല്യത എന്ന ആശയം ഉയർത്തിപ്പിടിക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോഴേ ഉടൽ എന്ന തടവറയിൽ നിന്ന് ആണിനും പെണ്ണിനും മോചനമുണ്ടാകൂ. ഉടലിന്റെ സവിശേഷതകളിൽ നിന്ന് വ്യക്തിയെ സ്വതന്ത്രനാക്കുക എന്ന ആശയം പ്രയാസമേറിയതാണെങ്കിലും അനിവാര്യമാണെന്ന് വരുന്നു.

അമ്മയാകാനുള്ള സ്ത്രീശരീരത്തിന്റെ കഴിവിനെ പ്രകീർത്തിക്കുമ്പോൾ അത് മറ്റൊന്നിനും കൊള്ളാത്തതാണ് എന്ന് ദ്യോതിപ്പിക്കുക കൂടിയാണ്. പാൽഞരമ്പുകളും ഗർഭപാത്രങ്ങളും മാത്രമായി അമ്മയുടെ ശരീരം പിന്നീടുള്ള ജീവിതത്തിലുടനീളം ആരോപിക്കപ്പെടുന്നു. സ്ത്രീയുടെ ലൈംഗിക കാമനകളെ ഉടമയായ പുരുഷന്റെ അധീനത്തിൽ മാത്രം നിർത്താനുള്ള തന്ത്രം കൂടിയാണിത്. തന്റെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ പെറ്റ് പോറ്റേണ്ട ഉടൽ എന്നതിനപ്പുറം തനിക്കല്ലാതെ മറ്റാർക്കും അവകാശമില്ലാത്ത സ്വകാര്യസ്വത്ത് കൂടിയായി പുരുഷൻ സ്ത്രീശരീരത്തെ പതിച്ചെടുക്കുന്നു. വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ കവാടമായ മുഖത്തെപ്പോലും മറച്ച് മൂടുപടം അണിയിക്കേണ്ടി വരുന്നതും അവൾ അനുഭവിക്കുന്ന ആനന്ദങ്ങളെ പറിച്ചുമാറ്റാൻ പെൺകുട്ടികളുടെ ചേലാകർമ്മം നടത്തുന്നതും നരകത്തെക്കുറിച്ചോർമ്മിപ്പിച്ച് അടക്കി നിർത്തുന്നതും സ്വന്തം ശരീരത്തെ സ്ത്രീ സ്വേച്ഛക്കനുസരിച്ച് ഉപയോഗിക്കുമോ എന്ന ഭയം കൊണ്ടാണ്. മറ്റൊരു പുരുഷന് ഉടലിന്റെ അധികാരത്തെ വിട്ടുകൊടുക്കുന്ന പെണ്ണ് എക്കാലത്തും അവന്റെ ഏറ്റവും വലിയ ഭയമായി തുടരുന്നു. മറ്റ് തരത്തിൽ അധികാരം പ്രയോഗിക്കാൻ അവസരമില്ലാത്ത പുരുഷനും തന്റെ ചുറ്റുമുള്ള സ്ത്രീകളുടെ ശരീരത്തിന് മേൽ സ്വന്തം അധികാരത്തെ ഉറപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നു. ഏറ്റവും സാധാരണമായ ലൈംഗിക നില പുരുഷൻ മുകളിൽ വരുന്നതാണ് എന്നത് തന്നെ ഈ അധികാരത്തിന്റെ സൂചകമാണ്. ബലാൽസംഗത്തിൽ പുരുഷൻ തേടുന്നതും ലൈംഗികത എന്നതിലുപരി അധികാരത്തിന്റെ അടിച്ചേൽപ്പിക്കലാണ്. കീഴടങ്ങിയ രാജ്യങ്ങൾക്കൊപ്പം വിജയിയായ രാജാവിന്റെ ലൈംഗിക അടിമകളാക്കപ്പെടുന്ന സ്ത്രീകളും അധികാരക്കൈമാറ്റത്തിന്റെ പ്രതീകങ്ങളാണ്. ഇതോടൊപ്പം തന്നെ ചേർത്ത് വായിക്കേണ്ടതാണ് പുരുഷന്റെ വിളനിലമാണ് സ്ത്രീശരീരം എന്ന വാദവും. തന്റെ പുരുഷനായി സദാ സ്വന്തം ശരീരത്തെ ഒരുക്കി സൂക്ഷിക്കേണ്ടതും മറ്റൊരുവളുടെ ശരീരത്തിലേക്ക് അയാളുടെ ശ്രദ്ധതെന്നാതെ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതും അവളുടെ ബാധ്യതയായി മാറുന്നു. സ്വന്തം

ശാരീരിക, മാനസിക അവസ്ഥകളെ പരിഗണിക്കാതെ പുരുഷന് ആവശ്യപ്പെടുമ്പോഴെല്ലാം ശാരീരികമായ സുഖം നൽകുന്നവളെ ഉത്തമ സ്ത്രീയായും അല്ലാത്തവളെ നരകത്തിലെ വിറകുകൊള്ളിയായും സമൂഹം തരം തിരിച്ചിടുന്നു. പുരുഷന്റെ ശരീരത്തിനുമേലുള്ള ഈ അധീശത്വത്തിൽ നിന്ന് വിടുതൽ നേടേണ്ടതെങ്ങനെ എന്ന് ഇരുപത്തൊന്നാം നൂറ്റാണ്ടിലെ സ്ത്രീക്കും ചർച്ചചെയ്യേണ്ടി വരുന്നു എന്നത് നമ്മുടെ സമൂഹം എത്ര മാത്രം സ്ത്രീവിരുദ്ധമാണെന്ന് കാണിക്കുന്നു.

അഴകളവുകളുടെ രാഷ്ട്രീയം

പുരുഷാധിപത്യത്തിനൊപ്പം മുതലാളിത്ത വ്യവസ്ഥയും കൂടിയാണ് നമ്മുടെ ആദർശസ്ത്രീ ബിംബത്തെ നിർമ്മിച്ചെടുത്തിരിക്കുന്നത്. സൗന്ദര്യ വിപണി വാർത്തെടുത്ത ഈ ആദർശശരീരത്തിലേക്ക് ചുരുങ്ങാൻ പൊതുബോധം സ്ത്രീയെ നിർബന്ധിതയാക്കുന്നു. നിരയൊത്ത പല്ലുകളും, കടുകിട തെറ്റാത്ത അഴകളവുകളും വെളുത്ത നിറവുമെല്ലാം ഉടനെ എത്തിപ്പിടിക്കേണ്ട ലക്ഷ്യങ്ങളായി നാം പലപ്പോഴും തെറ്റിദ്ധരിക്കുന്നു. മറ്റുവിധത്തിൽ ഗുണപരമായി ചെലവഴിക്കപ്പെടേണ്ട സ്ത്രീയുടെ സമയത്തെ സൗന്ദര്യപരിപാലനം അപഹരിച്ചെടുക്കുന്നു. സൗന്ദര്യത്തിന്റെ മികവിനെ അളക്കുന്ന സൗന്ദര്യമത്സരങ്ങൾ വിപണിയുടെ സൂത്രവിദ്യയല്ലാതെ മറ്റൊന്നുമല്ല. ജൈവികമായ സവിശേഷതകളെ അളന്നുകുറിക്കുന്നത് മണ്ടത്തരമാണെന്ന് മാത്രമല്ല മനുഷ്യവിരുദ്ധവുമാണ്. മനഃശാസ്ത്രപരവും ബൗദ്ധികവും ജീവശാസ്ത്രപരവും വൈകാരികവുമായ ഘടകങ്ങളുടെ സംയോജനമാണ് ഒരാളുടെ വ്യക്തിത്വം. അതിലെ ചില ജീവശാസ്ത്രസവിശേഷതകൾ മാത്രം മാനകമാക്കി നടത്തുന്ന തെരഞ്ഞെടുപ്പ് വ്യക്തിയെ വെറും ശരീരമായി ചുരുക്കുന്നു. പെണ്ണെന്നാൽ അഴകുള്ള ശരീരം എന്ന സമവാക്യത്തിലേക്ക് ചുരുക്കുന്നത് മാത്രമല്ല ഇതിലെ അപകടം. ഈ മാനദണ്ഡങ്ങൾക്കുള്ളിൽ പെടാത്തവരെ രൂക്ഷമായി അപരവത്കരിക്കുക കൂടി ചെയ്യുന്നുണ്ട്. കറുത്ത നിറവും തടിച്ചശരീരവും ഉള്ള പുരുഷൻ അപഹസിക്കപ്പെടുന്നതിലും എത്രയോ ഏറെയാണ് ഈ സവിശേഷതകളുള്ള സ്ത്രീ നേരിടുന്ന വിവേചനവും അപമാനവും. ഏറെ മെലിഞ്ഞ പെൺകുട്ടികൾ നേരിടുന്ന പരിഹാസവും ഇതിന് സമാനം തന്നെ. ആത്മവിശ്വാസത്തെ കെടുത്തിക്കളഞ്ഞ് സ്വയം നിന്ദയിലേക്കും ഡിപ്രഷനിലേക്കും ബോഡിഷേയ്മിംഗ് സ്ത്രീകളെ, വിശേഷിച്ച് കൗമാരക്കാരായ പെൺകുട്ടികളെ എത്തിക്കുന്നു. ശാരീരിക സവിശേഷതകളെ തനത് വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ ഭാഗമായി കാണാനും അത് കൂടിയാണ് താനെന്ന് അംഗീകരിക്കാനും തയ്യാറാവേണ്ടതുണ്ട്. അതേസമയം സ്വന്തം ശരീരത്തോട് പുലർത്തുന്ന സ്നേഹവും ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതശൈലീ

ക്രമീകരണവും തികച്ചും ആവശ്യവുമാണ്. ആരോഗ്യമുള്ള ശരീരമാണ് സൗന്ദര്യം എന്ന കാഴ്ചപ്പാടിലേക്ക് എത്തുകയാണ് പ്രധാനം. സമൂഹം നിശ്ചയിക്കുന്ന അയഥാർത്ഥ പ്രതിബിംബത്തിലേക്ക് താൻ ചുരുങ്ങേണ്ടതുണ്ടോ എന്ന ചോദ്യവും ഇവിടെ പ്രസക്തമാകുന്നു.

തൊഴിലിടത്തും അടുക്കളയിലുമായി സ്വന്തം സമയം പകുത്തിടുന്ന സ്ത്രീക്ക് വ്യായാമമെന്നത് എന്നെന്നും മാറ്റിവെക്കാവുന്ന ഏറ്റവും അപ്രധാന കാര്യമായി മാറുന്നു. ഒപ്പം വേണ്ടത്ര പോഷകങ്ങൾ ലഭ്യമല്ലാത്ത അനാരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണശീലവും കൂടിയാകുമ്പോൾ അമിതവണ്ണവും അസുഖങ്ങളും വന്നെത്തുന്നു. മാത്രമല്ല ആർത്തവത്തിലൂടെ എല്ലാ മാസവും രക്തം നഷ്ടപ്പെടുന്ന സ്ത്രീക്ക് വേണ്ട അളവിൽ ഇരുമ്പും മറ്റ് പോഷകങ്ങളും ലഭിക്കേണ്ടത് വളരെ പ്രധാനമാണ്. ജീവിതശൈലീരോഗങ്ങൾക്കും പോളിസിസ്റ്റിക് ഓവറി പോലെയുള്ള പ്രത്യുല്പാദനവ്യവസ്ഥയെ ബാധിക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾക്കുമുള്ള കാരണങ്ങളിലൊന്ന് അനാരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണ ശീലങ്ങളാണ്. ആർത്തവ വിരാമത്തോടൊപ്പം അസ്ഥിസംബന്ധമായ രോഗങ്ങളും സ്ത്രീകളെ വലയ്ക്കുന്നു. കാത്സ്യം, വൈറ്റമിൻ ഡി എന്നിവയുടെ കുറവാണ് ഇത്തരം രോഗങ്ങളിലൂടെ ജീവിത ഗുണതയെ പരിമിതപ്പെടുത്തുന്നത്. വീട്ടിൽ ബാക്കിയാകുന്ന ഭക്ഷണം കുത്തിനിറയ്ക്കാനുള്ള കുപ്പത്തൊട്ടിയല്ല സ്വന്തം ശരീരമെന്ന തിരിച്ചറിവുമുണ്ടാവണം.

അധഃകൃതമായ ശരീരങ്ങൾ

സൗന്ദര്യവും വൃത്തിയും സ്വയമേ തന്നെ സവർണ്ണ സങ്കൽപ്പനങ്ങളാണ്. ജോലി ചെയ്യാതെ കഴിയാൻ പറ്റുന്ന സാമൂഹ്യ സാഹചര്യവും, പട്ടിണിയില്ലാത്ത അവസ്ഥയും, ജലമടക്കമുള്ള ശുചീകണ സാമഗ്രികളുടെയും വസ്ത്രങ്ങളും ആഭരണങ്ങളുമടക്കം ആവശ്യമായ അലങ്കാര സാമഗ്രികളുടെയും ലഭ്യതയും എല്ലാം ചേർന്നാണ് മലയാളിത്തനിമയുള്ള സൗന്ദര്യത്തെ സൃഷ്ടിച്ചത്. തൊഴിലെടുക്കുന്ന സ്ത്രീ സ്വാഭാവികമായും ഈ നിർവചനത്തിന്റെ പുറത്താകുന്നു. വിയർത്ത ഉടലും, പരുത്ത കൈകളും, വെയിൽ കൊണ്ട് ഇരുണ്ട തൊലിയും, വിണ്ടുകീറിയ പാദങ്ങളുമെല്ലാം സൃഷ്ടിക്കപ്പെടുന്നത് തൊഴിലുകൊണ്ടാകുമ്പോൾ തൊഴിൽ സൗന്ദര്യത്തിന്റെ വിപരീതപദമാകുന്നു. കാറ്റുകൊണ്ടുപോലും നോവിക്കപ്പെടുന്ന ചഞ്ചല മേനികളായി തുടരാൻ തൊഴിലാളിപ്പെണ്ണിന് കഴിയുകയുമില്ല. മേലാളരാൽ പരസ്യമായി അവഗണിക്കപ്പെടുകയും അവമതിക്കപ്പെടുകയും അതേ സമയം രഹസ്യമായി ചൂഷണം ചെയ്യപ്പെടുകയും ചെയ്യപ്പെട്ടതായിരുന്നു ഈ ശരീരങ്ങൾ. അതുകൊണ്ടുതന്നെ കർഷക സമരങ്ങൾ സ്ത്രീകളുടെ

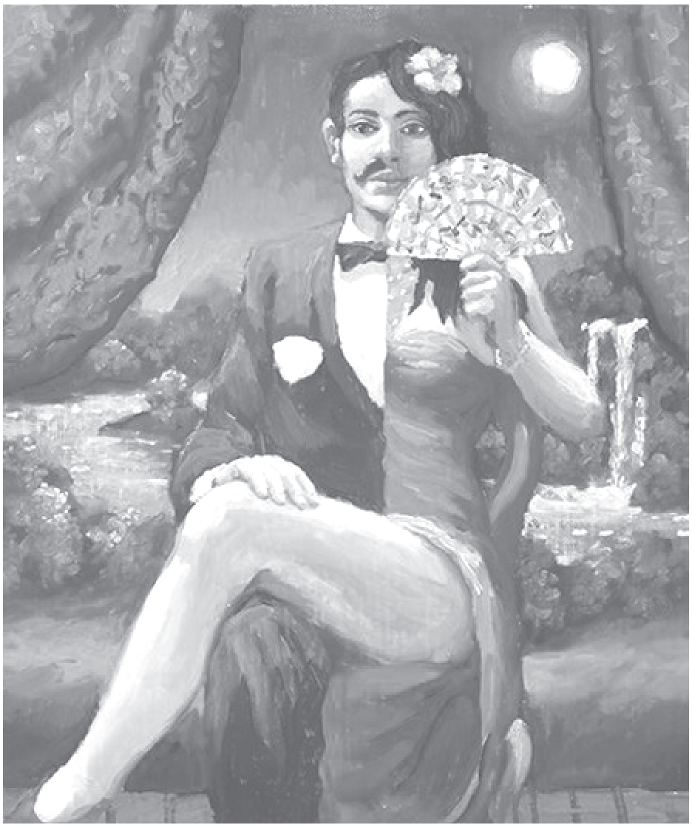
സ്വാതന്ത്ര്യപ്രഖ്യാപനം കൂടിയായി മാറി. സമാനമാണ് ദളിത് സ്ത്രീശരീരങ്ങൾ നേരിടുന്ന അവമതിപ്പും. നിറം, ഉയരം, മുടിയുടെ ഘടന തുടങ്ങി ഉടലടയാളങ്ങൾ കൊണ്ട് ജാതി ചികയുന്ന പൊതുബോധം നമുക്കിടയിൽ ഇന്നും നിലനിൽക്കുന്നു. ഇത്തരം സവർണ്ണനോട്ടങ്ങളിൽ നിന്ന് ശരീരത്തെ മോചിപ്പിക്കുന്നതാവണം ശരീരത്തിന്റെ സ്ത്രീപക്ഷ വായനകൾ.

ശരീരത്തിന്റെ വർണ്ണരാജി

എന്താണ് ശാസ്ത്രത്തിന്റെ കണ്ണിൽ സ്ത്രീയും പുരുഷനും? അമ്മയിൽ നിന്നും അച്ഛനിൽ നിന്നും ലഭിച്ച ഓരോ X ക്രോമസോമുകൾ കൂടിച്ചേരുമ്പോൾ പെൺകുഞ്ഞും, അമ്മയിൽ നിന്നുള്ള X ഉം അച്ഛനിൽ നിന്നുള്ള Y ഉം ക്രോമസോമുകൾ കൂടിച്ചേരുമ്പോൾ ആൺകുഞ്ഞും ജനിക്കുന്നു. അപൂർവ്വമായി ചില ജനിതക വ്യതിയാനങ്ങളും ഭ്രൂണത്തിൽ സംഭവിക്കാറുണ്ട്. ഭ്രൂണം രൂപപ്പെടുന്നത് സ്ത്രീപ്രത്യുൽപ്പാദനാവയവത്തിന്റെ പ്രാഗ്രൂപവുമായാണ്. പിന്നീട് പുരുഷ ഹോർമോണുകളുടെ പ്രവർത്തനമാണ് ആണവയവങ്ങളായി അവയെ മാറ്റുന്നത്. ഭ്രൂണവളർച്ചയുടെ ഘട്ടങ്ങളിൽ സംഭവിക്കുന്ന ഹോർമോൺ വ്യതിയാനങ്ങളും മറ്റും സ്ത്രീ, പുരുഷൻ എന്നീ രണ്ടറ്റങ്ങൾക്കിടക്ക് കിടക്കുന്ന പല തരത്തിലുള്ള ലിംഗ സവിശേഷതകൾക്ക് രൂപം നൽകുന്നു. ഇന്റർസെക്സ്, ട്രാൻസ് മാൻ, ട്രാൻസ് വുമൺ, ഗേ, ലെസ്ബിയൻ, ബൈസെക്ഷ്വൽ തുടങ്ങി പലതാണ് ഈ വർണ്ണരാജിയുടെ വൈവിധ്യം. എന്നാൽ സമൂഹം പുരുഷനേയും സ്ത്രീയേയും മാത്രം സ്വാഭാവികമായി പരിഗണിക്കുകയും മറ്റുള്ളവരെ സാമൂഹ്യവിരുദ്ധരായിക്കാണുകയും ചെയ്യുന്നു. ശരീരത്തിന്റെ വ്യത്യസ്തതയോടുള്ള സമൂഹത്തിന്റെ വെറുപ്പും ജിജ്ഞാസയും ഭയവുമാണ് ഈ വിഭാഗങ്ങളുടെ ജീവിതത്തെ മുഖ്യധാരയിൽ നിന്ന് പുറത്താക്കുന്നത്. അതേസമയം തന്നെ ലൈംഗികോപകരണങ്ങൾ എന്ന നിലക്ക് ഈ ശരീരങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. സ്ത്രീയും പുരുഷനും മറ്റ് ലൈംഗിക സ്വത്വങ്ങളുമെല്ലാം ഉടലുകൾക്കപ്പുറം മനുഷ്യരാണ് എന്ന ധാരണയുറക്കുമ്പോഴേ ഈ അവസ്ഥക്ക് മാറ്റമുണ്ടാകൂ. ശരീരത്തിൽ നിന്ന് വ്യക്തിസത്തയെ മോചിപ്പിക്കുക എന്നത് മാത്രമാണ് അതിനുള്ള പോംവഴി.

രക്തം കൊണ്ട് മുറിവേറ്റവർ

സ്ത്രീശരീരത്തിന്റെ പ്രത്യുല്പാദന ക്ഷമതയെക്കുറിക്കുന്ന സ്വാഭാവിക ജൈവപ്രക്രിയയാണ് ആർത്തവം. എന്നാൽ മാസം തോറുമുള്ള ഈ രക്തപ്രവാഹത്തിന്റെ പേരിൽ **ചർച്ചാവിഷയം**സമൂഹം സ്ത്രീയെ ആത്മവിശ്വാസക്കുറവിന്റെയും ആത്മനിന്ദയുടേയും ഇരുണ്ടലോകത്തേക്ക് തള്ളിവിടുന്നു. ആർത്തവ
സമയത്ത് വീടിനു പുറത്ത് താമസിപ്പിച്ച തമിഴ്നാട്ടിലെ തഞ്ചാവൂരിലെ പന്ത്രണ്ടുകാരി വിജയ, ഗജ ചുഴലിക്കാറ്റിൽ തകർന്നു വീണ മേൽക്കൂരക്കടിയിൽ പെട്ട് മരിച്ചത് ഏതാനും മാസങ്ങൾക്ക് മുൻപാണ്. ആർത്തവാശുദ്ധിയാൽ ജീവൻ നഷ്ട



പ്പെട്ടവരാണ് വിജയയെപ്പോലുള്ള സ്ത്രീകളെങ്കിൽ ഇന്ത്യയിലെ അനേകം സ്ത്രീകൾ ആർത്തവം എന്ന ഒറ്റക്കാരണത്താൽ അധഃകൃതരും ആയിത്തക്കാരുമായി പരിഗണിക്കപ്പെട്ട് ആത്മാഭിമാനം നഷ്ടപ്പെട്ട് ജീവിക്കുന്നു. മരണത്തേക്കാൾ അസഹനീയമാണ് ചില ജീവിച്ചിരിക്കലുകൾ. ജീവിതത്തിന്റെ ഉർവ്വരതയെ കുറിക്കുന്ന ആർത്തവമെന്ന സ്വാഭാവിക ജൈവപ്രക്രിയ സ്ത്രീയെ പതിതയും, അപമാനിതയും, ആത്മവിശ്വാസമില്ലാത്തവളുമായി മാറ്റുന്നു. മതാചാരങ്ങളുടെ ഭാഗമായി ഇത്തരം വിശ്വാസങ്ങൾ പലയിടങ്ങളിലും നിലനിന്നിരുന്നെങ്കിലും ആധുനിക ജനാധിപത്യസമൂഹങ്ങളിലേക്കുള്ള പരിണാമപ്രക്രിയക്കിടെ അവ കൈയൊഴിക്കപ്പെട്ടു. വിദ്യാഭ്യാസനിലവാരത്തിൽ ഏറെ മുൻപന്തിയിൽ നിൽക്കുന്ന കേരളത്തിൽ ഇരുപത്തൊന്നാം നൂറ്റാണ്ടിലും സ്ത്രീകളോട് തീണ്ടായ്മ നിലനിൽക്കുന്നു എന്നതിൽ ലജ്ജകൊണ്ട് തലകുനിക്കാതെ വയ്യ. ആർത്തവ സമയത്ത് സ്ത്രീകൾ ആരെയും തൊടാതെ വീട്ടിൽ നിന്ന് മാറിയോ വീട്ടിൽ തന്നെ ഒറ്റക്കൊരു മുറിയിലോ താമസിക്കണം എന്ന നിബന്ധന കേരളത്തിൽ പലകുടുംബങ്ങളിലും ഇപ്പോഴും നിലനിൽക്കുന്നുണ്ട്. ക്ഷണം പാകം ചെയ്യരുത്, പുണ്യസ്ഥലങ്ങളിൽ പോകുകയോ പ്രാർഥിക്കുകയോ ചെയ്യരുത്. വെള്ളം കോരരുത്, ചില ചെടികൾ തൊടരുത്, ചില ഭക്ഷണങ്ങൾ കഴിക്കരുത്, സ്കൂളിലോ ജോലിക്കോ പോകരുത്, ആർത്തവകാലത്ത് സ്പർശിച്ച എല്ലാവസ്തുക്കളും വെള്ളത്തിൽ മുക്കി ശുദ്ധമാക്കണം തുടങ്ങി പലതരം നിയന്ത്രണങ്ങൾ കേരളത്തിലും ഇന്ത്യയിലെ പല ഭാഗങ്ങളിലും നിലനിൽക്കുന്നുണ്ട്. ആർത്തവാനുസാരികൾ മറച്ചുപിടിച്ച് മാത്രം കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ട അവസ്ഥയാണുള്ളത്. ആർത്തവം എന്ന വാക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നതിന് പോലും നിയന്ത്രണമുണ്ട്. ആർത്തവത്തെ ഒരു സ്വാഭാവിക ശാരീരിക പ്രവർത്തനമായി കാണാൻ കൂട്ടാക്കാത്ത സമൂഹം പുറത്താവുക, തീണ്ടാരിയാവുക തുടങ്ങിയ അയിത്തസൂചകമായ വാക്കുകളാണ് ആർത്തവത്തെ കുറിക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നത് എന്നത് യാദൃച്ഛികമല്ല.

ആർത്തവത്തിന്റെ പേരിലുള്ള അയിത്താചാരണങ്ങളും മാറ്റിനിർത്തലുകളും പിതൃകേന്ദ്രീകൃത വ്യവസ്ഥിതിയുടെ കേന്ദ്രബിന്ദുവായി പരിഗണിക്കാം. വിവിധ സംസ്കാരങ്ങളിൽ ആർത്തവത്തിന്റെ ഉത്ഭവത്തെപ്പറ്റി പലതരം കഥകളുണ്ട്. ഇന്ദ്രന്റെ ബ്രഹ്മഹത്യാപാപത്തിലൊരു പങ്ക് സ്ത്രീ ഏറ്റെടുത്തതിനാലാണ് ആർത്തവമുണ്ടായത് എന്ന് കഥയിൽ പറയുമ്പോഴും പാപം ചെയ്ത പുരുഷനേക്കാൾ അതേറ്റെടുത്ത സ്ത്രീക്കാണ് കൂടുതൽ കഷ്ടതകൾ പേറേണ്ടി വരുന്നത്. പുരുഷനില്ലാത്ത ഗർഭപാത്രം എന്ന ഒറ്റ അവയവം സ്ത്രീയോടുള്ള വിവേചനത്തിനുള്ള ന്യായമായി അവതരിപ്പിക്കപ്പെടുന്നു. വൃത്തി, ശുദ്ധത തുടങ്ങിയ സവർണ്ണ നിർമ്മിത ബോധ്യങ്ങൾ ആർത്തവത്തോടും രജസ്വലയായ സ്ത്രീയോടുമുള്ള അറപ്പിനും വിവേചനത്തിനും കാരണമാകുന്നുണ്ട്. മതപരമായ വിശ്വാസങ്ങളും ഈ അയിത്തത്തെ പിന്തുണയ്ക്കുന്നു.

ശബരിമല സ്ത്രീ പ്രവേശന വിഷയത്തിൽ സുപ്രീം കോടതി നടത്തിയ പരാമർശങ്ങൾ ആർത്തവായിത്തത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം ദൂരവ്യാപക ഫലങ്ങൾക്ക് കാരണമാകേണ്ടതാണ്. മനുഷ്യാവകാശ ലംഘനമായും, തൊട്ടുകൂടായ്മക്ക് തുല്യമായുമാണ് ആർത്തവ അയിത്താചരണത്തെ പരമോന്നത നീതിപീഠം പരിഗണിച്ചത്. ഇത് ആർട്ടിക്കിൾ പതിനേഴിന്റെ ലംഘനവുമാണ്. സമൂഹത്തിന്റെ ശ്രദ്ധ സുപ്രീംകോടതി വിധിയെ ചുറ്റിപ്പറ്റി നിൽക്കുമ്പോൾ ആർത്തവത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തെറ്റിദ്ധാരണകൾ ദൂരീകരിക്കാനുള്ള അവസരമായാണ് നാമിതിനെ കാണേണ്ടത്. ആർത്തവശുചിത്വവും ഗർഭാശയ ആരോഗ്യസംരക്ഷണവും ആർത്തവ ചർച്ചയുടെ കേന്ദ്രബിന്ദുവായി ഉയർത്തിക്കൊണ്ടുവരാനും കഴിയേണ്ടതുണ്ട്.

ശരീരമെന്ന കാൻവാസ്

പ്രത്യുല്പാദനപരമായ ആവശ്യങ്ങൾക്കപ്പുറമുള്ള പെണ്ണുടലിന്റെ ഉപയോഗത്തേയും ആവിഷ്കാരങ്ങളേയും സമൂഹം എന്നും ഭയപ്പാടോടെയും അവജ്ഞയോടെയുമാണ് നോക്കിക്കണ്ടിട്ടുള്ളത്. അഴിച്ചിട്ട മുടിപോലും പുരുഷാധിപത്യ ലോകക്രമത്തെ എത്രത്തോളം അസ്വസ്ഥമാക്കുന്നു എന്ന് സാറാജോസഫിന്റെ മുടിത്തെയ്യമുറയുന്നു എന്ന കഥയിൽ ആവിഷ്കരി

ക്കുന്നു. കഴിയുന്നത്ര ശരീരത്തിന്റെ സ്വാഭാവിക ചലനങ്ങളെ ചങ്ങലക്കിടാനാണ് ചെറുപ്പകാലം തൊട്ടേ പെൺകുട്ടിയെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നത്. കാലടി ശബ്ദം കേൾക്കാത്ത മന്ദഗതിയും, ഒരിക്കലും അകറ്റി വെക്കാൻ പാടില്ലാത്ത കാലുകളും ഉയരാത്ത മൃദുവായ ഒച്ചയുമൊക്കെയായി പെൺ ശരീരത്തെ പുരുഷന്റെ ദൃഷ്ടിയിൽ നിന്ന് നിഗൂഹനം ചെയ്തുവെക്കാനാണ് സമൂഹം സദാ ശ്രമിക്കുന്നത്. സ്വതന്ത്രമായി കൈകാലുകൾ ഇളക്കാനോ, ഇരിക്കാനോ, കിടക്കാനോ മനസ്സറിഞ്ഞ് ഒന്നുപൊട്ടിച്ചിരിക്കാനോ സാധ്യമല്ലാത്ത വിധത്തിൽ സമൂഹം സ്ത്രീശരീരത്തെ മെരുക്കിയെടുക്കുന്നു. ആർത്തവാരംഭത്തിൽ പ്രത്യുല്പാദന ശേഷിയുള്ള ഒരു സ്ത്രീയായി മാറുന്നതോടെ ഈ നിയന്ത്രണങ്ങൾക്ക് ആക്കം കൂടുന്നു. ഒളിച്ചുവെക്കേണ്ട ഒന്നായി സ്ത്രീ ശരീരം മാറുന്നു. കഴിയുന്നത്ര നെഞ്ചുള്ളിലേക്ക് വലിച്ച്, കുനിഞ്ഞ് ആൺ നോട്ടങ്ങളിൽ നിന്ന് സ്വന്തം ശരീരത്തെ സംരക്ഷിച്ചു നടക്കുന്ന കൗമാരക്കാരികളെ ഇപ്പോഴും ധാരാളം കാണാം. നമ്മുടെ നാട്ടിൽ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന വീട്ടമ്മവത്കരണത്തിന്റെ പോലും പിന്നിൽ

കാലടി ശബ്ദം കേൾക്കാത്ത മന്ദഗതിയും, ഒരിക്കലും അകറ്റി വെക്കാൻ പാടില്ലാത്ത കാലുകളും ഉയരാത്ത മൃദുവായ ഒച്ചയുമൊക്കെയായി പെൺശരീരത്തെ പുരുഷന്റെ ദൃഷ്ടിയിൽ നിന്ന് നിഗൂഹനം ചെയ്തുവെക്കാനാണ് സമൂഹം സദാ ശ്രമിക്കുന്നത്. സ്വതന്ത്രമായി കൈകാലുകൾ ഇളക്കാനോ, ഇരിക്കാനോ, കിടക്കാനോ മനസ്സറിഞ്ഞ് ഒന്നുപൊട്ടിച്ചിരിക്കാനോ സാധ്യമല്ലാത്ത വിധത്തിൽ സമൂഹം സ്ത്രീശരീരത്തെ മെരുക്കിയെടുക്കുന്നു. ആർത്തവാരംഭത്തിൽ പ്രത്യുല്പാദന ശേഷിയുള്ള ഒരു സ്ത്രീയായി മാറുന്നതോടെ ഈ നിയന്ത്രണങ്ങൾക്ക് ആക്കം കൂടുന്നു. ഒളിച്ചുവെക്കേണ്ട ഒന്നായി സ്ത്രീ ശരീരം മാറുന്നു. കഴിയുന്നത്ര നെഞ്ചുള്ളിലേക്ക് വലിച്ച്, കുനിഞ്ഞ് ആൺ നോട്ടങ്ങളിൽ നിന്ന് സ്വന്തം ശരീരത്തെ സംരക്ഷിച്ചു നടക്കുന്ന കൗമാരക്കാരികളെ ഇപ്പോഴും ധാരാളം കാണാം

ശരീരത്തിന്റെ ഈ രഹസ്യവത്കരണമുണ്ട്. എപ്പോഴും ശരീരത്തിലേക്ക് കടന്നുകയറാവുന്ന ഒരു പുരുഷനെ പേടിച്ചാണ് നമ്മുടെ നാട്ടിലെ പെണ്ണുങ്ങൾ കഴിയുന്നതെന്ന് പറഞ്ഞാലും അതിശയോക്തിയാവില്ല. വ്യക്തി എന്നതിനപ്പുറം സദാ പൊതിഞ്ഞുപിടിച്ച് സംരക്ഷിക്കേണ്ട ഒരു വസ്തുവായി സ്ത്രീ ശരീരം മാറുന്നു. ഈ വസ്തുവത്കരണത്തിന്റെ മറ്റൊരു മുഖം മാത്രമാണ് പരസ്യങ്ങളിലും സിനിമയിലും ആൺനോട്ടങ്ങൾക്കായി പാകപ്പെടുത്തിയ പെൺശരീരങ്ങൾ.

സമൂഹത്തിന്റെ ഈ ഒതുക്കിപ്പിടിക്കലുകളെ മറികടക്കുന്ന സ്ത്രീയെ എങ്ങനെയാണ് നോക്കിക്കാണുന്നത്? കുലസ്ത്രീയും പിഴച്ചവളുമെന്ന ദ്വന്ദ്വത്തെ സൃഷ്ടിച്ചിരിക്കുന്നത് തന്നെ ഇത്തരം സ്ത്രീകളെ അപമാനിക്കാനും ഇകഴ്ത്താനും വേണ്ടിയാണ്. ശരീരത്തെ തന്നെ ഒരു കാൻവാസ് ആയി ഉപയോഗിക്കുന്ന നർത്തകികളേയും അഭിനേത്രികളേയും കുറിച്ച് പൊതുസ്ഥലങ്ങളിൽ ഉൾപ്പടെ പ്രയോഗിക്കപ്പെടുന്ന വാചകങ്ങൾ ഇതിനുള്ള തെളിവാകുന്നു. നർത്തകി എന്നർത്ഥമുള്ള കൂത്തച്ചി ഒരു തെറിപ്പദമാകുന്നത് സ്വേച്ഛക്കനുസരിച്ച് അവൾ സ്വന്തം ശരീരത്തെ ആവിഷ്കരിക്കുന്നതിനാലാണ്. ആർക്കും ഏത് സമയത്തും കൈയേറാവുന്ന പൊതുമുതലാണ് അഭിനേത്രിയുടെ ശരീരം എന്ന ധാരണ ശ്വേതാമോഹനും സനൂഷയും അടക്കമുള്ള നടിമാർ പൊതുസ്ഥലങ്ങളിൽ നേരിട്ട ആക്രമണങ്ങളിൽ നിന്നും വ്യക്തമാണ്. സിനിമയുടെ ആൺനോട്ടങ്ങൾ മാറിടവും അരക്കെട്ടും പൊക്കിളും തുടകളുമായി പെൺശരീരത്തെ മുറിച്ചുപ്രദർശിപ്പിക്കുന്നു. ശരീരത്തെ സംബന്ധിച്ച ഈ തിട്ടൂരങ്ങളെ പൊളിച്ചെറിഞ്ഞു കൊണ്ട് തന്റെ ശരീരത്തെ അഴിച്ചിടാൻ, പൂർണ്ണമായും സ്വയം ആവിഷ്കരിക്കാൻ കലാകാരിയായ സ്ത്രീക്ക് സാധിക്കുന്നുണ്ടോ എന്ന അന്വേഷണങ്ങൾ അതിനാൽ തന്നെ പ്രധാനമാകുന്നു.

ഇരുപത്തൊന്നാം നൂറ്റാണ്ടിലും ശരീരം തീർക്കുന്ന തടവറക്കുള്ളിൽ നിന്ന് പുറത്തുകടന്ന് പൂർണ്ണ സ്ത്രീയായി, പൂർണ്ണ മനുഷ്യനായി സ്വയം ആവിഷ്കരിക്കാനും ജീവിക്കാനും അപൂർവ്വം സ്ത്രീകൾക്കേ സാധ്യമായിട്ടുള്ളൂ. ഉടലിനെ സംബന്ധിച്ച മിത്തുകളെ പൊളിച്ചെഴുതുക എന്നത് സ്ത്രീവിമോചനത്തിന്റെ ആദ്യപടവുകളിലൊന്നാണ്.. പെണ്ണുടലുകൾ അപ്പൂപ്പൻ താടികളെപ്പോലെ ഭാരമില്ലാതെ പറന്നുനടക്കുന്ന ഒരു വസന്തകാലം വരും വരെ കൂട്ടിലടക്കപ്പെട്ട കിളികൾക്ക് പോരാട്ടത്തിന്റെ പാട്ടുകൾ പാടിയേ മതിയാവൂ. ■

കുക്കു മാധവൻ
അഭിഭാഷക

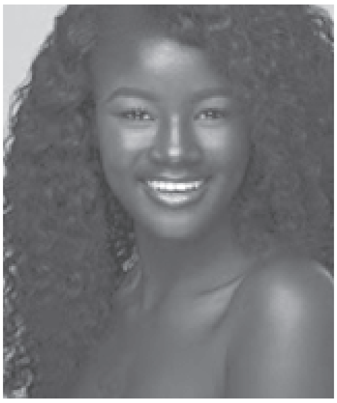
കറുത്ത ശരീരവും പൊതുബോധനിർമ്മിതികളും

ടി.വി.യിലെ കോമഡിഷോകളാണ് കറുത്തതും തടിച്ചതുമായ ശരീരങ്ങളെ അവഹേളിക്കുന്നതിൽ മുൻപന്തിയിൽ എന്നുതോന്നുന്നു. എത്ര കളിയാക്കിയാലും മതിവരാത്തപോലെ. പൊതുബോധത്തിന് അതു സന്തോഷം നൽകുന്നുണ്ടാവണം. എത്രമേൽ കറുപ്പിനെ പുച്ഛരിക്കുന്നോ അത്രമേൽ ഞാൻ എന്റെ കറുപ്പിനെ സ്നേഹിക്കുന്നു. ഞാൻ എന്റെ ശരീരത്തെ വൻ ആത്മവിശ്വാസത്തോടെയാണ് പ്രസന്റ് ചെയ്യാറ്. എന്റെ ശരീരത്തെ ഡിഗ്രേഡ് ചെയ്യുന്ന ഒന്നും ഞാൻ വെച്ചു പൊറുപ്പിക്കാറില്ല. നാട്ടിൽ ഒരു പറച്ചിലുണ്ട് 'മുളയൻ നിറം' എന്ന് അതായത് കുറച്ച് കടുത്ത മഞ്ഞനിറമുള്ള ഉടുപ്പാണ് ധരിച്ചിട്ടുണ്ടാവുകയെങ്കിൽ എന്നോട് നേരിട്ട് ചോദിച്ചവരുണ്ട് 'ഇതെന്താ മുളയൻ മഞ്ഞ ഇട്ടതെന്ന്' അതായത് കടുത്ത നിറങ്ങളെല്ലാം കറുത്തവർക്ക് മോശമാണെന്നും അത് ദളിതരുടെ നിറങ്ങളാണെന്നുള്ള പൊതുബോധം ഇവിടെ നിർമ്മിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. കറുത്തവർക്കും ദളിതർക്കും ഒരുതരത്തിലുമുള്ള കളർ സെൻസ് ഇല്ലയെന്ന് ഇതിലൂടെ പറയാതെ പറയുന്നുമുണ്ട്.

ഞാൻ അത്തരം ചിന്തകളെത്തന്നെ നിരന്തരം ചോദ്യം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കും. ഞാൻ ആ നിറങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക മാത്രമല്ല അതിൽ അഭിരമിക്കുകയും ചെയ്യും. ഞാൻ മന:പൂർവ്വമായി അത്തരം നിറങ്ങൾ സെലക്ട് ചെയ്യുക തന്നെയാണ് ചെയ്യാറ്. ഏതു നിറവും കറുത്ത ശരീരത്തിനോട് ഇണങ്ങുമെന്ന് ഒരുരീതി ഞാൻ ഉണ്ടാക്കിയെടുത്തിട്ടുണ്ട്. ഒരുപക്ഷെ മറ്റുള്ളവർക്ക് നെറ്റി ചുളിക്കാനും കളിയാക്കാനും അത് ഉതകുമെങ്കിലും അതെന്റെ രാഷ്ട്രീയ ശരിയാണ്.

ശരീരത്തിന്റെ സാധ്യതകൾ വളരെ വലുതാണ്. അത് പലപ്പോഴും വെളുത്ത ശരീരങ്ങൾക്ക് മാത്രമേ സാധ്യമാകാറുള്ളൂ. കറുത്ത ശരീരങ്ങൾ ആ ഒരു ഇടത്തു നിന്നും പിൻതള്ളപ്പെടുന്നത് കണ്ടിട്ടുണ്ട്. സിനിമകളിൽ മാധ്യമങ്ങളിൽ

പരസ്യങ്ങളിൽ എല്ലാം വെളുത്ത ശരീരത്തെയാണ് കൊണ്ടുവരാറ്. കറുത്ത ശരീരം പ്രസന്റബിൾ അല്ലായെന്ന് ഒരു മനോഭാവം എങ്ങനെയോ നമുക്കൊക്കെയുണ്ട്. ഭരതനാട്യം ചെയ്യുന്നതുകൊണ്ട് പലപ്പോഴും മേക്കപ്പ്



വേളകളിൽ എല്ലാം കറുത്ത ശരീരം പ്രസന്റബിൾ അല്ലയെന്ന് കേൾക്കേണ്ടിവന്നിട്ടുണ്ട്.

നമ്മുടെ കല്ല്യാണാലോചനകളിലെല്ലാം കറുത്ത ശരീരങ്ങൾ പിൻതള്ളപ്പെടുന്ന കാഴ്ചയാണ് കണ്ടിട്ടുള്ളത്. കറുത്തവരായതുകൊണ്ട് വിവാഹ മാർക്കറ്റിൽ നിന്ന് പുറത്താക്കപ്പെടുന്ന വളരെയേറെ പെൺകുട്ടികളുണ്ട്. പൊതുബോധ നിർമ്മിതികൾ കറുത്ത ശരീരക്കാരോട് കാണിക്കുന്ന സമീപനം എത്രമേൽ അപകർഷതാബോധം അവർക്കുണ്ടാക്കുമെന്ന് ആലോചിക്കാറേയില്ല. കറുത്ത പെൺകുട്ടിക്ക് വെറുതെ ഉണ്ടാകുന്നതാണ് അപകർഷത എന്നു പറഞ്ഞാൽ ഞാൻ സമ്മതിച്ചു തരില്ല. പൊതുബോധത്തിന്റെ ഭാഗമായി ഉണ്ടായിട്ടുള്ള സോഷ്യൽ കണ്ടീഷനിംഗിൽ ആ പെൺകുട്ടിക്ക് അങ്ങനെ തോന്നാതിരുന്നാൽ മാത്രമാണ് അത്ഭുതം. കറുത്ത് പോയതിനാൽ കാമുകനെ കിട്ടാത്ത പെൺകുട്ടിയെ കാണിക്കുന്ന പരസ്യം കണ്ട് ഒരുകറുത്ത പെൺകുട്ടിക്ക് അപകർഷതാബോധം തോന്നരുത് എന്ന് പറയാൻ സാധ്യമാണോ?

നിറത്തിനടിസ്ഥാനത്തിലല്ല സ്നേഹമെന്ന് പറയുമ്പോഴും വെളുത്ത ശരീരക്കാരോട് വിവേചനപരമായ സ്നേഹം കാണിക്കുന്ന സ്കൂൾ അധികൃതരും മറ്റുള്ളവരും വളരെ നീചമായ പ്രവൃത്തി തന്നെയാണ് ചെയ്യുന്നത്. ശരീരം വെളുക്കാൻ വേണ്ടി ക്രീം തേക്കുമ്പോൾ നമ്മൾ എന്തിനെയാണ് മനസ്സുകൊണ്ട് അംഗീകരിക്കുന്നത്. കറുത്ത ശരീരത്തെ അംഗീകരിക്കുമ്പോൾ ഒരിക്കലും വെളുക്കാനായി ക്രീം തേക്കേണ്ടിവരില്ല. ഉള്ളിന്റെയുള്ളിൽ വെളുപ്പിനോടുള്ള അഭിനിവേശവും പേറിനടക്കുന്നവർ എത്രയോയുണ്ട്. എപ്പോഴും ഒരു പുറത്താക്കൽ ഭീതിയുടെ വാൾ കറുത്തവരുടെ തലക്കുമീതെ തൂങ്ങിക്കിടപ്പുണ്ട്. പൊതുവായ ഏതിടത്തിൽ നിന്നും എപ്പോൾ വേണമെങ്കിലും പുറത്താക്കപ്പെടാമെന്നത് കറുത്ത ശരീരമുള്ളവർ ഫെയ്സ്ചെയ്യുന്നുണ്ട്.

പണ്ട് ഞാൻ ഡാൻസ് പഠിപ്പിക്കും കാലം ഒരു കോൺവെന്റ് സ്കൂളിൽ ഡാൻസ് പഠിപ്പിക്കാനായി ചെന്ന എന്നോട് ഡാൻസ് കളിക്കാനായി തെരഞ്ഞെടുത്ത കുട്ടികളിൽ നല്ലവണ്ണം കറുത്ത ഒരു മോളുണ്ടായിരുന്നു. സിസ്റ്റർ എന്നോട് ടീച്ചറെ ആ കുട്ടിയെ ഒഴിവാക്ക് എന്ന് പറഞ്ഞപ്പോൾ ഞാൻ സിസ്റ്ററോട് ആ കുഞ്ഞിനെ ഒഴിവാക്കാൻ പറ്റില്ല എന്നു ധാർഷ്ഠ്യത്തോടെ പറഞ്ഞത് ഇത്തരുണത്തിൽ പങ്കുവെക്കുന്നു. എനിക്ക് മകളുണ്ടായപ്പോൾ ഒരു ബന്ധു ഫോണിലൂടെ വിളിച്ച് കുട്ടി വെളുത്തിട്ടാണോ കറുത്തിട്ടാണോ എന്ന് അന്വേഷിച്ചതും

കുട്ടി വെളുത്തിട്ടാണ് എന്നറിഞ്ഞപ്പോൾ ആശ്വാസപ്പെട്ടതും മറക്കാൻ സാധിക്കുന്നതല്ല.

കറുത്ത ശരീരത്തെ പലപ്പോഴും ഒരു ഗ്രേസൈഡിലാണ് പൊതുബോധം പ്രതിഷ്ഠിച്ചിരിക്കുന്നത്. പണിയെടുക്കുന്നവരുടെ അല്ലെങ്കിൽ കാർക്കശ്യമുള്ളവരുടെ അല്ലെങ്കിൽ ആസുരതയുടെ ഭാഗത്താണ് കറുത്ത ശരീരത്തെ വെച്ചിരിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ട് തന്നെ കറുത്ത ശരീരം പേറുന്നവർ വളരെ പണിപ്പെട്ട് സൗമ്യതയുടെ ഒരു മൂടുപടം മുഖത്തേക്ക് വലിച്ചിടണം. എപ്പോഴും കളിയാക്കലുകളുടെ ഇരകളാണ് കറുത്ത ശരീരമുള്ളവർ. എന്തുചെയ്താലും കളിയാക്കലിന്റെ സംശയത്തിന്റെ ഓരത്താണ് കറുത്ത ശരീരം. വെറുതെ കറുത്ത ശരീരക്കാരെ സംശയിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കും. തീവ്രവാദികളായിട്ടോ വിധ്വംസക പ്രവർത്തനം ചെയ്യുന്നവരായിട്ടോ അവരെ പ്രതിഷ്ഠിച്ച് സന്തോഷിക്കുന്നത് കണ്ടിട്ടുണ്ട്. പല സിനിമകളിലും മറ്റും കറുത്തവരാണ് തമോഗുണങ്ങളെ റപ്രസന്റ്ചെയ്യുന്നത്. രാക്ഷസൻ എന്നത് കറുത്തവരാണെന്ന് സ്ഥാപിച്ചെടുക്കുക വരെ ചെയ്തുകഴിഞ്ഞു.

ഞാനെപ്പോഴും എന്റെ ശരീരത്തെ ആഘോഷിക്കുക തന്നെ ചെയ്യാറുണ്ട്. കറുത്തവർ വലിയ ആഭരണങ്ങളോ കടുത്ത നിറങ്ങളോ ഉപയോഗിക്കാൻ പാടില്ലയെന്ന അലിഖിത നിയമത്തെ ഞാൻ അതർഹിക്കുന്ന രീതിയിൽ തള്ളിക്കളയുന്നു. വലിയ പൊട്ട് വലിയ ആഭരണങ്ങൾ കടുത്ത നിറങ്ങൾ എല്ലാം എനിക്ക് ഏറെ പ്രിയങ്കരം.

■

കഥ

അവൾ

റാഷിദ നാസി

ന്യൂയർ ആഘോഷത്തിന്റെ ആലസ്യത്തിൽ പെട്ടെന്നുറങ്ങി പോയ മീര ഞെട്ടിയുണർന്നത് ഫോൺ നീട്ടിയിടക്കുന്ന ശബ്ദം കേട്ടാണ്. ബെഡ്ഡിൽ നിന്നെ ഴുന്നേറ്റ് ലൈറ്റിട്ടു. സമയം എപ്പഴോ നിന്നു പോയതാണ്. ഇതാരാ ഈ സമയത്ത് വിളിക്കാനെന്നോർത്ത് ഫോണെടുത്തു നോക്കി. സനലാണ് വിളിക്കുന്നത്. അവ ൾക്ക് സന്തോഷവും വേദനയും അനുഭവപ്പെട്ടു. ഒരു വർഷമായി അവനുമായിട്ടുള്ള ബന്ധം ഉപേക്ഷിച്ചിട്ട്. ഇതിപ്പോ വീണ്ടും എന്തിനായിരിക്കുമെന്നോർത്ത് കാൾ ബട്ടൺ അമർത്തി.

'താൻ ഉറങ്ങിയോ?'

ശബ്ദത്തിലെവിടെയോ അവൻ വിറക്കുന്നതായി അനുഭവപ്പെട്ടു അവൾക്ക്.

'ഇല്ല'

ഒരു നീണ്ട മൗനത്തിന് ശേഷം അവൾ മറുപടി പറഞ്ഞു:

'ഓർമിക്കുന്നു ഇപ്പോഴും ഈ നമ്പർ അല്ലേ?'

'നന്ദി ഒരുപാട് ഓർമ്മകൾ തന്നതിന്'

ഉള്ളിൽ പതഞ്ഞു പൊന്തിയ സന്തോഷം പുറത്ത് വരാതിരിക്കാൻ ശ്രമിച്ചു കൊണ്ട് നാളെ വിളിക്കാമെന്ന് പറഞവൾ ഫോൺ വെച്ചു. അതിനു ശേഷം ഫോൺ സൈലന്റ് മോഡിലാക്കി ബെഡി ലേക്ക് വീണു.

രാവിലെ റൂം മേറ്റ് അലമാര ശക്തിയായി വലിച്ചടക്കുന്ന ശബ്ദം കേട്ടാണ് മീര ഉണർന്നത്. അലസമായി ഫോണെടുത്ത് നോക്കി. സനലിന്റെ പത്ത് മിസ്സ്ഡ് കാൾ കണ്ടു

മീരക്ക് അത്ഭുതം തോന്നി. തിരികെ ഫോൺ മേശപുറത്ത് വച്ച് ബ്രഷിൽ പേസ്റ്റ് എടുത്ത് ബാൽക്കണിയിലേക്കു നടന്നു. റോഡിലൂടെ വേഗതയിൽ ഓടുന്ന വാഹനങ്ങൾ നോക്കി കുറേ നേരം അങ്ങനെ നിന്നു. എവിടേക്കാണി മനുഷ്യർ ഓടുന്നതെന്നവൾ അതിശയോടെ ഓർത്തു.

ചില ദിവസങ്ങളിലേക്ക് പിറക്കുമ്പോൾ വല്ലാത്ത ഏകാന്തത അനുഭവപ്പെടാറുണ്ട് മീരയക്ക്. സനൽ എന്തിനായിരിക്കും വിളിച്ചിട്ടുണ്ടാവുമെന്നവൾ ഓർത്തു. ഒരു കാലത്ത് ഏറ്റവും കൂടുതൽ കൂടെ ഉണ്ടാവണമെന്ന് ആഗ്രഹിച്ച ഒരാളാണ് സനൽ. പ്രണയം നിലക്കുന്നതിന് മുമ്പേ തന്റെ അടുന്ന് ഓടി രക്ഷപെട്ടവൻ. എപ്പോഴും ചിരിക്കുന്ന അയാളുടെ തിളങ്ങുന്ന കണ്ണുകളാണ് അവനെ തന്നിലേക്കാകർഷിച്ചത്.

ആകസ്മികമായി തുടങ്ങിയ സൗഹൃദം പിന്നീട് പ്രണയമായി മാറാൻ അധിക കാലം വേണ്ടി വന്നില്ല. എല്ലാ തരം വ്യവസ്ഥിതിയെയും തള്ളി പറയുന്ന, ജീവിതം ആഘോഷിക്കുന്ന അവന്റെ സാമീപ്യം പുതിയൊരു സ്വതന്ത്ര ലോകത്തേക്കാണ് തന്നെ എത്തിച്ചത്. കിരണുമായിട്ടുള്ള വിവാഹത്തിന് ശേഷമാണ് താൻ സനലിനെ പരിചയപ്പെടുന്നതെങ്കിലും അതൊന്നും തങ്ങളുടെ ബന്ധത്തെ ബാധിച്ചിരുന്നില്ല. കിരണിന്റെ കൂടെ ജീവിക്കാൻ തുടങ്ങിയിട്ട് വർഷം പത്ത് കഴിഞ്ഞെങ്കിലും അയാൾക്ക് തന്നോടുള്ള അടുപ്പത്തിന്റെ ആഴമറിയാൻ തനിക്കൊരിക്കലും സാധിച്ചിരുന്നില്ല. അയാളുടെ പ്രകടിപ്പിക്കാത്ത സ്നേഹത്തിന്റെ പേരിൽ താൻ അയാളോട് വഴക്കിടുക പതിവായിരുന്നു.

‘ സ്നേഹം എന്ന് പറഞ്ഞാൽ ഇരുപത്തിനാലു മണിക്കൂറും കൂടെ ഉണ്ടാവലല്ല മീര...’ എന്നിടക്കിടെ അയാൾ തന്നെ ഓർമിപ്പിച്ച് കൊണ്ടേ ഇരിക്കും. എന്നാൽ അയാളുടെ മാറിൽ പൂച്ച കുഞ്ഞിനെ പോലെ ചുരുണ്ട് കിടക്കാൻ കൊതിച്ച തന്റെ മനസ്സിന് അതുൾകൊള്ളാൻ പ്രയാസമായിരുന്നു. കിരണുമായി വഴക്കിടുമ്പോഴാക്ക താൻ സനലിനെ വിളിക്കും.സനൽ തന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾക്കൊരു പരിഹാരം നിർദ്ദേഷിച്ചിരുന്നില്ലെങ്കിലും അവനുമായിട്ട് സംസാരിച്ച് തീർന്നാൽ വല്ലാത്തൊരാശ്വാസം അനുഭവപ്പെടാറുണ്ടായിരുന്നു തനിക്ക്. സനൽ നല്ലൊരു കേൾവിക്കാരനായിരുന്നു. ഒരു പക്ഷേ കേൾക്കാൻ ഒരു ചെവിയുണ്ടായിരുന്നെങ്കിൽ സകലമാന വിശയവും തങ്ങൾക്കിടയിൽ തർക്കത്തിന് വരുമായിരുന്നു. സനൽ തനിക്കൊരു വ്യത്യസ്തനായ കാമുകനും സുഹൃത്തുമൊക്കെ ആയിരുന്നു. ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചും, ഇടപെടുന്ന ആളുകളെ കുറിച്ചും അങ്ങനെ ലോകത്തിലെ സകലമാന വിശയങ്ങളും തങ്ങൾക്കിടയിൽ സംസാര വിശയമായിരുന്നു. പറഞ്ഞും കേട്ടും തങ്ങളുടെ ബന്ധം ദൃഢപ്പെട്ടു. സനലുമായിട്ടുള്ള ബന്ധം തുടങ്ങിയതിന് ശേഷം തന്റെ ജീവിതവും മാറിയിട്ടുണ്ടാരുന്നു. ഏതു നേരവും കിരണിനെ വിളിച്ച് ബുദ്ധിമുട്ടിച്ചിരുന്ന താൻ വിളിക്കാതെ തന്നെയായി.

തന്നിൽ വന്ന മാറ്റങ്ങൾ ഒരർത്ഥത്തിൽ കിരണിന് അനുഗ്രഹമായിരുന്നെങ്കിലും അത് വേറൊരാളോട് ആവശ്യത്തിലധികം അടുത്തു കൊണ്ടാണെന്ന ചിന്ത അയാളെ അസ്വസ്ഥനാക്കിയിരുന്നു. എന്നിട്ടും താൻ സനലിനെ കുറിച്ചു കിരണിനോട് പറഞ്ഞ് കൊണ്ടിരുന്നു.

വിവാഹ ജീവിതം എന്ന് പറഞ്ഞാൽ പരസ്പരമുള്ള പ്രച്ഛന്ന വേഷക്കളിയാണെന്ന് പറഞ്ഞയാൾ ചിരിക്കുമ്പോഴൊക്കെ തനിക്കയാളോട് സഹതാപമാണ് തോന്നാറ്. അയാളുമായി വഴക്കിടുമ്പോഴൊക്കെ അയാൾ തന്റെ ആൺ സുഹൃത്തുക്കളെ കുറിച്ചും അതിന്റെ തിരഞ്ഞെടുപ്പിനെക്കുറിച്ചും തന്നോട് തർക്കിച്ചു കൊണ്ടിരുന്നു.

സനലിനെ പോലെ തന്നെ കേൾക്കുന്ന ആശ്വസിപ്പിക്കുന്ന ഒരു സുഹൃത്തിനെ കണ്ടെത്താനും തനിക്ക് കഴിഞ്ഞതുമില്ല.

നീ ഇന്ന് ക്ലാസിൽ വരുന്നില്ലേന്ന ഇന്ദുവിന്റെ ചോദ്യം അവളെ ചിന്തയിൽ നിന്നുണർത്തിയത്. വരുന്നില്ലെന്ന് തലയാട്ടി അവൾ ഒന്നും മിണ്ടാതെ റൂമിൽ കയറി വാതിലടച്ചു. ഫോൺ വിണ്ടും അടിച്ചു.ഇത്തവണ കിരണാണ് വിളിക്കുന്നത്. ഫോണെടുത്ത് വീണ്ടും ബെഡിൽ കിടന്നു. അക്കൗണ്ടിൽ പൈസ ഇട്ടിട്ടുണ്ടെന്ന് പറഞ്ഞവൻ പോൺ വച്ചു.സാധാരണ ഗതിയിൽ കിരൺ വിളിച്ച് പെട്ടെന്ന് കാര്യങ്ങൾ അവസാനിപ്പിക്കുന്നത് അവൾക്ക് വല്ലാത്ത വേദന ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. എന്നാൽ ഇത്തവണ അവൾക്ക് പ്രതേകിച്ചൊന്നും തോന്നിയില്ല. ഒരു പക്ഷേ ഈ അകൽച്ച ശീലമായിട്ടുണ്ടെന്നവൾ ഓർത്തു.ചിന്തകളുടെ ഭാരം സഹിക്കാൻ വയ്യാതാവുമ്പോൾ മീര ഇടക്കിടെ ശാന്തമാവാൻ ശ്രമിക്കാറുണ്ട്. മീര സ്വയം കണ്ണടച്ച് ഉള്ളിലേക്ക് നോക്കി ഇരിക്കും. പുറത്തെ ഇരുട്ട് തന്നെ അകത്തും.പെട്ടന്നാണ് മേശയാകെ പുസ്തകങ്ങൾ വലിച്ചു വാരിയിട്ടിരിക്കുന്നത് അവളുടെ ശ്രദ്ധയിൽ പെട്ടത്. എല്ലാം അടുക്കി പെറുക്കി വെച്ച് അവൾ അലമാര തുറന്ന് മുകളിലെ ഒരു വസ്ത്രം എടുത്ത് ബാത്ത് റൂമിലേക്ക് നടന്നു . കുളി കഴിഞ്ഞ് വസ്ത്രം ധരിച്ച് റൂം പൂട്ടി ധൃതിയിൽ ബസ്റ്റോപ്പ് ലക്ഷ്യമാക്കി നടന്നു. പഴയ ഏതോ പൂമണക്കുന്ന വഴി അവൾക്കു തന്നെ അറിയാതെ അവളെ നയിക്കുകയിരുന്നു. എന്തിനെന്നോ എങ്ങോട്ടെന്നോ അവൾ അപ്പോൾ ആലോചിച്ചില്ല.

■

പുസ്തകപരിചയം

ജി ഉഷാകുമാരി
മലയാളം അദ്ധ്യാപിക
കെ.കെ.ടി.എം. കോളേജ്,
കൊടുങ്ങല്ലൂർ

ആകാശവും ഭൂമിയും തൊട്ട് അടുപ്പിൻ മീതെ തിളച്ചു പാകമാകുന്ന വചനം

പാഠഭേദത്തിന്റെ മുൻകയ്യിൽ പുറത്തുവരുന്ന സ്ത്രീകവിതകളുടെ ഈ പുതിയ സമാഹാരം ഉണർവു പകരുന്ന ഒന്നാണ്. സ്ത്രീകൾ എഴുതുന്ന രചനകൾ സ്ത്രീവാദപരമായിരിക്കണം എന്ന പൊതുബോധ മുൻവിധികളെ ചെറുക്കുന്ന സർഗാത്മക പരിസരത്തുനിന്നാണ് ഈ കവിതകൾ പുറപ്പെട്ടുവരുന്നത്. എന്നാൽ എഴുത്തിന്റെ പ്രതലത്തിൽ സ്ത്രീയനുഭവത്തിന്റ അടയാളങ്ങളെ വ്യത്യസ്തതകളോടെ മുദ്രിതമാക്കാനും ഈ സമാഹാരം ശ്രദ്ധിക്കുന്നു. സ്ത്രീയനുഭവങ്ങളാൽ പ്രചോദിതരും പ്രബുദ്ധരുമായിരിക്കുമ്പോൾതന്നെ, സ്ത്രീപക്ഷ രാഷ്ട്രീയത്തിന്റെ ബാധ്യതകളിൽ നിന്നൊഴിഞ്ഞ് എഴുതുന്ന ഡോണ മയൂരയെപ്പോലെയുള്ള ധാരാളം കവികൾ ഇവിടെ എഴുതുന്നു. മലയാള കവിതാപാരമ്പര്യത്തെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അകത്തുനിന്നു പുറപ്പെട്ട് അകത്തേക്കു തന്നെ സഞ്ചരിക്കുന്ന ആത്മനിഷ്ഠവും ഏകാന്തവുമായ 'അഹം'ബോധ സ്വരത്തെ വീണ്ടും വീണ്ടും തോറ്റുന്ന ഒരു പ്രവണത പലപ്പോഴും കാണാറുണ്ട്. അപ്പോഴെല്ലാം കാല്പനികമായ മാഴ്കലിന്റെ സ്വരമായി കവിത നിലക്കൊള്ളുന്നു. ഭാഷയാകട്ടെ, അധികം വെയിലേറ്റു വാടിയോ അല്ലെങ്കിൽ അധികം വെള്ളം വലിച്ചു ചീയാൻ തുടങ്ങുകയോ ചെയ്യുന്ന തണ്ടു പോലെയും. അതിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി അനിവാര്യം തന്നെയായിരുന്നു. എഴുത്തിന്റെ മാധ്യമത്തെ തിരിച്ചറിയാതെയുള്ള ഭാഷാപരമായ വാചാലതയോ ധൂർത്തോ ആയ അത്തരം കവിതകൾ ഇന്നില്ലെന്നല്ല. അവയുടെ മുഷിഞ്ഞ മണം ഈ കൃതിയിൽ എന്നാൽ കുറവാണ്. കാലം, പ്രകൃതി, ഉടൽ, രതി, മരണം, സ്വപ്നം, എഴുത്ത്, അധികാരം, സ്വാതന്ത്ര്യം തുടങ്ങിയ പ്രമേയങ്ങളെ പരിചരിക്കുകയും ഒപ്പം കവിതയെന്ന മാധ്യമത്തെ മുന്നോട്ടു നയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവയാണീ കവിതകൾ. രണ്ടു ദശാബ്ദമായി മലയാളത്തിന്റെ പുതുകവിതാകാഹളത്തെ മുഴക്കത്തോടെ കേൾവിപ്പെടുത്തുന്നതിൽ ഇവർക്കുള്ള പ്രാധാന്യം ചെറുതല്ല.

സ്ത്രീകവിതകൾ ചരിത്രപരമായി വായിച്ചെടുക്കാൻ നോക്കുമ്പോൾ നേരിടുന്ന ഒരു പ്രശ്നം ചരിത്രഗതിയുടെ രേഖീയമായ അനുക്രമണികതയിൽ അവയിലെ ഭാവുകത്വ വ്യതിയാനങ്ങളെയോ വിച്ഛേദങ്ങളേയോ കണ്ണി ചേർത്തെടുക്കാൻ കഴിയില്ല എന്നതാണ്. സ്ത്രീജീവിതത്തിന്റെ ഒരിക്കലും അവസാനിക്കാത്ത പോരാട്ടം, അലച്ചിൽ അവയിൽ തുടരുന്നു. അനുഭവങ്ങളുടെ സമാനത നിലനിൽക്കുമ്പോഴും കവിതകൾ ആഖ്യാനത്തിന്റേയും ഭാഷയുടെയും വ്യത്യസ്ത പ്രകാരഭേദങ്ങളിലൂടെ വിച്ഛേദങ്ങളാക്കി മാറ്റുന്നു. കവിതയുടെ ഭാഷ അതിന്റെ പുറം തൊലിയല്ല, അതിലെ കാമ്പും ചോരയും നീരും അതൊഴുകുന്ന ദിശയും ഓശയുമാണ്. പുതിയൊരു ഭാഷ അതിൽത്തന്നെ ഒരു കവിതയെ തേടുന്നുണ്ട്. മലയാളത്തിനകത്തെ പെൺഭാഷയുടെ മാനങ്ങളെ തുരന്നെടുക്കാനായുന്ന ശ്രമങ്ങൾ ഈ രചനകളിലുണ്ട്. താവഴിയെന്ന അമ്മുദീപയുടെ കവിത അന്യം നിന്നുപോയ താവഴിയെക്കുറിച്ചല്ല. ഒരേ അധ്വാനവും

ഒരേ പാരമ്പര്യത്തിന്റെ ഭാരവും പകരുന്ന സ്ത്രീത്തുടർച്ചകളുടെ വിഫലതകളെക്കുറിച്ചാണ്. അവ അന്യം നിന്നു പോകേണ്ടതിന്റെ അനിവാര്യതയെക്കുറിച്ചാണ്. പരമ്പരയായി കിട്ടിയ അമ്മിക്കല്ല് മകളുടെ തലയ്ക്കിട്ടുകൊണ്ട് താവഴി അവസാനിപ്പിക്കുന്നു. അതിലെ ക്രൗര്യമോ നർമമോ എന്നുറപ്പില്ലാത്ത ഭാഷയെക്കൊണ്ടാണ് കവിത വഴി തേടുന്നത്. അമ്മിക്കല്ലിന്റെ സ്ഥാവരതയെ നിലനിർത്താൻ അമ്മേടമ്മേടമ്മയും അമ്മേടമ്മയും അമ്മയും അതിനെ ഒന്നു ചലിപ്പിക്കാനായി താനും. രണ്ടിലും ബലി തന്നെ എന്ന വിപര്യയം, രണ്ടിന്റെയും തകർച്ച എന്ന പര്യവസാനം. ഒക്കെ ഭാഷയുടെ മുറുക്കത്തിലും 'ചുരുക്ക'ത്തിലും കുടിയിരിക്കുന്നു. ആശാലതയുടെ 'മഹാദേവിയക്കൻ മീൻ വെട്ടുമ്പോൾ' അസാധാരണമായൊരു ഭാഷ നാം അറിയുന്നു. ക്ഷുരസ്യധാര, മോക്ഷമാർഗം, സമഷ്ടിവാദം എന്നിങ്ങനെ തത്വചിന്തയുടെ പദകോശങ്ങൾക്കപ്പുറം അത് (സ്ത്രീയുടെ) ദൈനംദിനജീവിതത്തിന്റെ സർവസാധാരണതയെ എടുത്തു പെരുമാറുന്നുണ്ട്. അടുപ്പിൻ മീതെ തിളച്ചു പാകമാകുന്ന വചനം. പാകമായി, എന്നിട്ടും തിളച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അടുക്കള തിരിച്ചുപിടിക്കാൻ വേണ്ടിയല്ലാഞ്ഞിട്ടും മീൻവെട്ടലിന്റെയും (വെട്ടപ്പെടലിന്റെയും) സാധാരണതകൾക്കകത്തെ പെട്ടുപോകലിന്റെയും സൂക്ഷ്മ ഗ്രഹണതയാണിവിടെ ഭാഷ. കലിപ്പിൽ നിന്നു വിരക്തിയിലേക്കുള്ള വിഴികളിലാണ് മ്യൂസ് മേരിയുടെ അടയാളവും കവിത നെയ്യുന്നത്. പി.പി.രാമചന്ദ്രന്റെ 'ലളിത'ത്തോടുള്ള പാഠാന്തരത്വം നിലനിൽക്കുമ്പോൾതന്നെ സ്ത്രീ എഴുത്തു വിധ്വംസകമാവേണ്ടതിന്റെ പ്രേരണകളും കവിത ഉള്ളടക്കുന്നു. കൂവലും തൂവലുമില്ലാതെ തൂറ്റൽ കൊണ്ടടയാളം തീർത്ത് വിച്ഛേദമാകുന്നു.

രക്ഷകനെയോ നായകനെയോ ചെറുക്കുന്ന സ്വതന്ത്രഭാവനയാണ് കീഴാള പെൺകവിത പൊതുവേ മുന്നോട്ടുവെയ്ക്കുന്നത്. മോളിയുടെ ആദികാവ്യം ഇതിഹാസത്തിന്റെ സ്ത്രീവിരുദ്ധതയിലൂന്നുമ്പോൾ ധന്യ വേങ്ങച്ചേരിയുടെ രാമായണം രാമന്റെയും രാമായണത്തിന്റെയും അപ്രസക്തിയും കീഴാള പരിസരങ്ങളിൽ അവയേല്പിക്കുന്ന ഹിംസയും എഴുതുന്നു. കീഴാളമായ ഉന്നയിക്കലായി കവിതയെ മാറ്റിത്തീർക്കുന്നു. മലയാളത്തിലേക്ക് മുദ്രിതപ്പെടുന്ന ഗോത്രവവർഗ ഭാവനയായി നാമതിനെ തിരിച്ചറിയുന്നു. എം.ആർ.രാധാമണി ചിട്ടിബുക്കിൽ അനുഭൂതികളുടെ കുറുകലിനെ മുറുക്കിയെടുത്ത ധ്വനിഭാഷയിൽ വേറിട്ട ദുരിതാനുഭവങ്ങളെ, 'ചട്ടിയും ചടന്തിയും നടന്നുതീർത്ത വഴികളെ' പകർത്തിയെഴുതുന്നു. മൃദുലാദേവി ശശിധരന്റെ സുജാതയും ദൈവവും എന്ന കവിത കീഴാളർക്ക് അപരിചിതനായ ദൈവത്തോടുള്ള കലിപ്പായി, ദൈവ ഭാവനകളോടുള്ള അന്യത്വമായി കലഹിക്കുന്നു. സ്വന്തം വംശത്തിന്റെ തന്നെ ബലിയുടെയും കൊലയുടെയും ചോരമണമുള്ള ഒറ്റിനെക്കുറിച്ചാണ്, ചരിത്രാതീതകാലം മുതല്ക്കുള്ള കീഴടങ്ങലിന്റെയും കീഴടക്കലിന്റെയും ബലതന്ത്രങ്ങളെക്കുറിച്ചാണ് സതി അങ്കമാലിയുടെ 'ഞാനും നീയും' സംസാരിക്കുന്നത്. കറുപ്പിന്റെ വംശീയമായ ഐക്യപ്പെടലിലാണ് അംബികയുടെ 'കാക്കകൾ' വായിക്കപ്പെടുന്നത്.

സ്ത്രീവിവേചനത്തിന്റെ സമകാലികതകളോടും ചരിത്രപരതയോടും അകമേ സംവദിക്കുകയും പുറമേക്ക് അധികം വാചാലമാകാതെ തന്നെ പുതുഭാഷയിലവയെ എഴുതുകയാണീ കവിതകൾ. പി.ഇ.ഉഷ 'മലകളി'ലും ഉഷ ആനിക്കോട് 'മണ്ണി'ലും ചെയ്യുന്നതതാണ്. പോയ കാലത്തെ ചരിത്രസ്മൃതികളിൽനിന്ന് അതിരുകളില്ലാത്ത അതീതലോകങ്ങളെ തേടിയലയുന്നു, 'ഉമ്മ'യിൽ വി.എം.ഗിരിജ. പെരുമഴയുടെ ഉന്മാദഭീതികളെ, ശൈശവസ്മരണകളെ തിരിച്ചുപിടിക്കാനായുന്നു, ഒ.വി.ഉഷ.

വീട് സ്ത്രീകവിതകളിലെ ഒഴിയാബാധയായി ഇവിടെയല്ലാം കാണാം. അഭയവും തടവുമായി ഏറെ കവിതകളിലുമത് നിറയുന്നു. ഏകാന്തതക്കു കൂട്ടിരിപ്പായും പണിത്തിരക്കായുമൊക്കെ വീടു നമുക്കു പരിചിതം. എങ്കിലും വീട് ശരീരം തന്നെയായി മാറുന്ന പെൺവാസ്തു ആർ.സംഗീതയെഴുതുമ്പോൾ അതിൽ നിഹിതമായ സൂചനകളേറെ. കിണറാഴങ്ങളിലെ നിഗൂഢ സൗഹൃദമായും കൂട്ടാൻരുചികളായും പഴകിയ ഓർമകളായും ഉറക്കം വരാത്ത രാത്രകളായുമത് പെണ്ണിനെത്തന്നെ പരാവർത്തനം ചെയ്തെഴുതുന്നു. വീടാഴങ്ങൾക്കകത്തു പിടികിട്ടാതെ, അടയാളങ്ങളില്ലാതെ സ്വയം നഷ്ടപ്പെടുന്നതിനെക്കുറിച്ചു ചിത്തിര എഴുതുന്നു. ജിസാജോസിന്റെ മുറ്റമടിക്കുന്നവൻ, ഗിരിജാ പാതേക്കരയുടെ പെൺകോന്തൻ തുടങ്ങിയ കവിതകൾ ആണത്തത്തിന്റെ വ്യവസ്ഥകളെ, അതിന്റെ സങ്കീർണതയെ അഴിച്ചു പണിയുന്നുണ്ട്. സേതുലക്ഷ്മിയുടെ 'നാഗരൂപി' സ്ത്രീ-പുരുഷബന്ധങ്ങൾക്കകത്തെ വ്യവസ്ഥാധികാരങ്ങൾ സ്വാഭാവികമെന്നവണ്ണം വിഷം വമിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ചു പറയുന്നു. നാല്പതു കഴിഞ്ഞവളുടെ ഉള്ളിലെ മുല്ലപ്പൂന്തോട്ടം പ്രസരിപ്പിക്കുന്ന അധൃഷ്യമായ ജീവിതോർജ്ജങ്ങളോടാണ് ബദറുന്നിസ സംസാരിക്കുന്നത്.

പ്രണയഭാവനകളിലെ തരളമായ ഏകാകിതയുടെ മടുപ്പിക്കുന്ന സ്വരം ഒട്ടേറെ കവിതകളിലുണ്ട്. എങ്കിലും വിധു വിൻസെന്റിന്റെ ആസക്തം, രതി പതിശ്ശേരിയുടെ എന്തിന്റെ കേടാ?, രഗില സജിയുടെ വണ്ടിയോടിക്കലും ഇണചേരലും, വിജയരാജമല്ലികയുടെ ദ്വീപ് തുടങ്ങിയ കവിതകളിൽ രതികാമനകളുടെ പരാഗം പുതുമണം ചൊരിയുന്നു. തരളതകൾക്കപ്പുറത്ത് പൂർണതയും ആധികാരികതയുമുള്ള മാദകമായ സ്ത്രൈണതകളെയാണ് ഈ കവിതകൾ തേടുന്നത്. എന്തായാലും ഇരവാദത്തിന്റെ വഴുവഴുപ്പിനു പുറത്തുകടന്ന്, ആഹ്ലാദസീമകളെ കൺപാർത്തുകൊണ്ട് ഉന്മേഷത്തോടെ പുതിയ തന്മകളെ വരച്ചു ചേർക്കുകയാണീ കവിതകൾ.

സന്ധ്യ ഇ.
അദ്ധ്യാപിക,
പ്രജ്യോതി വിദ്യാനികേതൻ,
തൃശ്ശൂർ

ഗ്രേസി ഫിലിപ്പ് മിണ്ടുന്നു

ഒരു സുപ്രഭാതത്തിൽ
ഗ്രേസി ഫിലിപ്പ്
പൂച്ചയോട് സംസാരിക്കാൻ തുടങ്ങിയപ്പോൾ
എല്ലാവരും ചിരിച്ചു
അങ്ങ് പാലായിൽ
കട്ടിലീന്ന് എഴുന്നേൽക്കാമ്മേലാത്ത ചാച്ചനും
അങ്ങനേം ഇങ്ങനേം ഒന്നു ചിരിക്കുകേലാത്ത അമ്മച്ചിയും
പിന്നെ ഭർത്താവ് ഫിലിപ്പും, മക്കളും.
പൂച്ചയോടു മാത്രമല്ല
അണ്ണാനോടും കിളികളോടും
തിളയ്ക്കുന്ന അരിയോടും വേവുന്ന കോഴിയോടുമൊക്കെ
മിണ്ടാറുണ്ടെന്നു കണ്ടു പിടിച്ചത് ജോലിക്കാരി സാറായാണ്.
കല്യാണം കഴിഞ്ഞാപ്പിന്നെ മിണ്ടിപ്പറയാനെന്തോന്നെന്ന്
ചാച്ചനും അമ്മച്ചീം
അവളെ ഞാനങ്ങ് ഒതുക്കിയതല്ലേയെന്ന് ഫിലിപ്പ്
അല്ലേലും മമ്മിക്കെന്നാ ഒണ്ടെന്ന് പിള്ളേര്
ഒന്നു സൂക്ഷിച്ചേക്കണമെന്ന് പള്ളിക്കാര്
ബെൽറ്റ് വെച്ചടിച്ചിട്ടും മുറിയിലിട്ടടച്ചിട്ടും
പട്ടിണിയിട്ടിട്ടും ഗുളിക തീറ്റിച്ചിട്ടും
മതിലേ പോയ പൂച്ചയോട് ചോദിക്കുവാ
കറുപ്പീ വെള്ള കുത്തൊള്ളതോ, മഞ്ഞയി ചൊമല ബോർഡറുള്ളതോ
ഏതു സാരിയാ ചേരുന്നതെന്ന് !
അരിക്കലത്തോട് ചോദിക്കുവാ
അന്ന് നമ്മള് പത്തീപ്പടിച്ച മൂന്നാമത്തെ പദ്യത്തിന്റെ തൊടക്കമെന്തുവാന്ന്
ജനാലക്കടുത്തു വന്ന അണ്ണാനോട് ചോദിക്കുവാ
എവിടുന്നാ മുല്ല പൂത്ത മണമെന്ന് !
അന്നേരം ഞാൻ മടുത്തെന്ന് പറഞ്ഞ് ഫിലിപ്പ്
രണ്ടെണ്ണമടിയ്ക്കാൻ പോയി
ടീവിലെ കോമഡിഷോ കാണട്ടെന്നു പറഞ്ഞ് മോനും
എഴുതാനൊണ്ടെന്ന് പറഞ്ഞ് കോളേജീ പഠിക്കുന്ന മോളും പോയി
എല്ലാവരും പോയപ്പോൾ
പുറമെയുള്ളതിലേറെ വിസ്തൃതവും
ചിറകൊതുക്കിയതിലേറെ പറന്നതും
തിരിയെ, പിന്നോട്ടു വഴിയടഞ്ഞതുമായ ആകാശത്തെയോർത്തും
ഭൂമിക്കന്യമായ അതിന്റെ ഭാഷയെക്കുറിച്ചുമോർത്ത്
ഗ്രേസിഫിലിപ്പ് ഒറ്റയ്ക്ക് പൊട്ടിപ്പൊട്ടിച്ചിരിച്ചു
പിന്നെ കുളികഴിഞ്ഞു വന്ന്
തലമുടി ഗ്യാസടുപ്പു കത്തിച്ച് ഉണക്കിക്കൊണ്ടിരുന്നു
അപ്പോഴേയ്ക്കും മോള്
സിൽവിയാ പ്ലാത്തിന്റെ ഡിപ്രഷൻ വീട്ടിലാർക്കും മനസ്സിലായില്ലെന്ന
അവസാന വരിയെഴുതിച്ചേർത്ത്
അസൈൻമെന്റ് തീർത്ത് പുസ്തകമടച്ചിരുന്നു

വഴിത്താരകൾ

ജാനകി
കോഴിക്കോട് സർവ്വകലാശാല
ഇംഗ്ലീഷ് വിഭാഗം അദ്ധ്യാപിക

ഉറക്കെ വായിച്ചു കേൾക്കുന്ന കത്തുകൾ

ഈമെയിലുകൾക്കും മൊബൈൽ സന്ദേശങ്ങൾക്കും മുൻപുള്ള കാലഘട്ടത്തിലെ ഒരു ചീരുവിനെ ഒന്നു സങ്കൽപിച്ചു നോക്കൂ. വേനലവധിക്ക് അവൾ അമ്മൂമ്മയുടെ നാട്ടിൻപുറത്തെ വീട്ടിലേക്ക് യാത്ര പോകുന്നതും, നഗരത്തിൽ നിന്നെത്തുന്ന അച്ഛന്റെ കത്തുകൾക്കായി ആ പത്തു വയസ്സുകാരി അക്ഷമയോടെ കാത്തിരിക്കുന്നതും ഒന്നു വിഭാവനം ചെയ്യാം.ആദ്യമൊക്കെ വീട്ടിൽ പോസ്റ്റ്മാന്റെ സൈക്കിൾ ബെല്ല് കേൾക്കുമ്പോൾ പടിക്കലേക്ക് ഓടിയെത്തിയിരുന്ന ചീരു, പിന്നീട് പോസ്റ്റാപ്പീസ് സന്ദർശനം പതിവാക്കി തുടങ്ങി. ടാറിടാത്ത നാട്ടുവഴികളിലൂടെയും, ചുവന്ന മൺപാതകളിലൂടെയും, ഒഴിഞ്ഞ പറമ്പുകളിലൂടെയുമുള്ള ദിവസേനയുള്ള ഈ ചെറുയാത്ര അവൾക്ക് ബഹുരസമായി അനുഭവപ്പെട്ടു. കാരണം കൈ നിറയെ കത്തുകളുമായി ആ കൂട്ടുകുടുംബത്തിലെക്കു അവൾ എത്തുമ്പോൾ ഒരു താരത്തിനു കിട്ടുന്ന വരവേൽപ്പാണു കിട്ടിയത്. അതിനെക്കാൾ കൗതുകം അവൾക്കു തോന്നിയതു ആ മുത്തശ്ശിമാർ കത്തുകളെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്ന രീതിയായിരുന്നു. മക്കളും, മരുമക്കളും, പേരക്കുട്ടികളും, വലിയമ്മചെറിയമ്മ മക്കളും, അമ്മാവന്മാരും, ചേട്ടന്മാരും ദൂരദേശത്തിൽ നിന്നെഴുതിയെത്തുന്ന കത്തുകൾ. രോഗാവസ്ഥകൾ, കഷ്ടപ്പാടുകൾ, ആവശ്യങ്ങൾ, വാഗ്ദാനങ്ങൾ, പരിഭവങ്ങൾ, പിണക്കങ്ങൾ, പരദൂഷണങ്ങൾ, പരിദേവനങ്ങൾ, സാന്ത്വനങ്ങൾ, നിർദ്ദേശങ്ങൾ, താക്കീതുകൾ എല്ലാം ആ കത്തുകളിലുണ്ടാവും. ഇതിലെന്തു പുതുമ എന്ന് നിങ്ങൾക്ക് തോന്നാം. പക്ഷെ ചീരുവിന്റെ കൗതുകം കത്ത് വായിക്കൽ എന്ന പ്രവൃത്തിയിലായിരുന്നു. അതൊരു ചെറിയ പെർഫോമൻസ് തന്നെയായിരുന്നു. എല്ലാവരും വിശ്രമിക്കാൻ ഒത്തുകൂടുന്ന തളത്തിൽ ഒരു പൊതു അവതരണമായി, ഒരു പ്രകടനമായി കത്ത് വായന മാറി.അതിനൊരു വിനോദത്തിന്റെ സ്വഭാവം ഉണ്ടായിരുന്നു.മികച്ച വായനക്കാർക്കു കാണികളും ശ്രോതാക്കളും കൂടി വന്നു.

അത്യാവശ്യം സ്ഫുടമായി നല്ല ശബ്ദത്തിൽ മലയാളം വായിക്കാൻ അറിയുന്ന ഒരാൾ (ആണോ പെണ്ണോ ആകാം)കത്തുകൾ ഓരോന്നോരോന്നായി ഉറക്കെ വായിക്കുന്നു. ഇടതടവില്ലാതെ ഓരോ കത്തും വായിക്കാൻ പറ്റില്ല. കാരണം ഓരോ വാചകത്തിനും കമന്റുകളും വിമർശനങ്ങളും ശകാരങ്ങളും അഭിനന്ദനങ്ങളും ഉണ്ടാകും. മണി ഓർഡറുകളുടെ പിന്നിലുള്ള ഒറ്റ വരി സന്ദേശങ്ങൾ തുടങ്ങി, നാല് പുറങ്ങളോളം വരുന്ന നവവധൂവരന്മാരുടെ കത്തുകൾ വരെ ഉറക്കെ വായിക്കണമത്രേ.ഭർത്താക്കന്മാരുടെ കത്തുകൾ പോലും ഒരു സ്വകാര്യ സംഭവമല്ല. അത് വായിക്കേണ്ടി വരുന്ന ഭാര്യമാരുടെ അവസ്ഥ വലിയ സങ്കടമാണ്. ചെറുപ്പക്കാരായ അമ്മായിമാരുടെ മുഖത്തെ സങ്കോചം കാണുമ്പോൾ പത്തു വയസ്സുകാരിയായ ചീരുവിനു പോലും കാരണവന്മാരോടും മുത്തശ്ശിമാരോടുമൊക്കെ നീരസം തോന്നി തുടങ്ങും.

കാരണം അവൾ നഗരത്തിൽ വളരുന്ന കുട്ടിയായിരുന്നു. കത്തെഴുതുക എന്നത് സ്കൂളിൽ കോമ്പോസിഷൻ ക്ലാസിൽ ആഴ്ച തോറും ചെയ്തിരുന്ന ഒരു അഭ്യാസമായിരുന്നു. രണ്ടു വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള തീർത്തും സ്വകാര്യമായ ഒരു ആശയവിനിമയമായിട്ടാണ് അവൾ കത്തുകളെ മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നത്. മറ്റൊരാരാൾക്കു വന്ന കത്ത് വായിക്കുന്നത് വളരെ മര്യാദ കെട്ട, തരം താണ ജിജ്ഞാസയായിട്ടാണ് അവൾക്കു തോന്നിയിട്ടുള്ളത്. അതാണവളെ ആധുനികവിദ്യാഭ്യാസം പഠിപ്പിച്ചത്. ഭാഗ്യത്തിന് ചീരുവിന്റെ അച്ഛൻ അവൾക്കു ഇംഗ്ലീഷിലാണ് കത്തെഴുതിയിരുന്നത്.

അതവളെ ഭാഷ പഠിപ്പിക്കുന്നതിന്റെ ഭാഗം കൂടിയായിരുന്നു.അതുകൊണ്ടു അവളോട് ആരും കത്ത് ഉറക്കെ വായിക്കാൻ പറഞ്ഞില്ല.അച്ഛന്റെ കത്ത് അവൾ ആസ്വദിച്ചു വായിക്കുന്നത് കണ്ടു അവരെല്ലാം അഭിമാനിക്കുന്നതും അവൾക്കു കാണാമായിരുന്നു. ഇംഗ്ലീഷ് അറിയുന്ന പെൺകുട്ടിയായി അവൾ മുത്തശ്ശന്റെ വരെ ആരാധന പിടിച്ചു വാങ്ങി.

കുറച്ചു വർഷങ്ങൾ കഴിഞ്ഞപ്പോൾ അവധിക്കാലത്തും സ്കൂൾ സുഹൃത്തുക്കളും കത്തുകൾ അയച്ചു തുടങ്ങി. കസിൻസിന്റെ ഇടയിൽ അവളുടെ പത്രാസ് കൂടി. പക്ഷെ കത്തുകളുടെ വരവിനൊപ്പം മുതിർന്നവരുടെ സമീപനത്തിലും മാറ്റങ്ങൾ കാണപ്പെടാൻ തുടങ്ങിഎന്നത് മറ്റൊരു അത്ര രസകരമല്ലാത്ത തമാശയാണ്.

ആ കൂട്ടായ കത്ത് വായനയിൽ മാഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു കാലം സ്പന്ദിക്കുന്നുണ്ടായിരുന്നു. ചീരുവിന്റെ 'മൈ ഡിയർ' എന്ന് തുടങ്ങുന്ന കത്തിൽ നിന്നും ഏറെ വ്യത്യസ്തമായ 'എത്രയും സ്നേഹം നിറഞ്ഞ ഏടത്തി അറിയുന്നതിന് എന്ന് തുടങ്ങുന്ന കത്തുകൾ. സ്വകാര്യത അത്ര വലിയ പ്രശ്നമല്ലാത്ത ഒരു ലോകം. വ്യക്തിബോധത്തിൽ അഭിരമിക്കാത്ത ഒരു വികാരസന്ദർഭം.

കൂട്ടുകുടുംബത്തിൽ നിന്നും അണുകുടുംബത്തിലേക്കുള്ള പരിണാമം,നാടൻ ശീലങ്ങളിലേക്കു ആധുനിക പരിഷ്കൃത രീതികളുടെ പടർന്നു കയറ്റം കുട്ടികളും എല്ലാവരുടെയും മക്കളാണ്. എല്ലാ അമ്മമാർക്കും ഏതു കുഞ്ഞിനേയും ശിക്ഷിക്കാം, രക്ഷിക്കാം, സ്നേഹിക്കാം ശകാരിക്കാം. പലപ്പോഴും സ്വന്തം അമ്മയോ അച്ഛനോ ആയിരിക്കില്ല ഒരു കുഞ്ഞിനെ വളർത്തുക; ചെറിയമ്മയോ ചെറിയച്ഛനോ ആയിരിക്കും. അതൊന്നും വലിയൊരു നഷ്ടമായി ആരും കണ്ടിരുന്നില്ല. ദൂരദേശങ്ങളിൽ പോയി ജോലിയെടുക്കേണ്ടിവന്ന അച്ഛനമ്മമാർക്ക് ആ താങ്ങു വലിയൊരു ആശ്വാസമായിരുന്നു.

ഉറക്കെ വായിക്കപ്പെട്ടിരുന്ന കത്തുകൾ അത്തരമൊരു ഭാവുകത്വത്തിന്റെ വികാരലോകത്തിന്റെ ബഹിർസ്ഫുരണമായിരുന്നു. ചീരു വളരുംതോറും കത്തുകളുടെ വായനാരീതികൾ, അവ എഴുതപ്പെടുന്ന ശൈലികൾ, അവ കൊടുക്കപ്പെടുന്ന രീതികൾ മാറി വന്നു. അവ്യക്തമായ ഒരുദുരൂഹതയും ഭയവും ഊമക്കത്തുകളെ ചൂഴ്ന്നുനിന്നു. അതിനിടയിൽ ആ പഴയ വീട് പല വീടുകളായി. കത്തുകൾ ഉറക്കെ വായിക്കപ്പെടാതെയായി. മറ്റവരുടെ കാര്യങ്ങളിൽ വലിയ ആകാംക്ഷ കാണിക്കാതെ എല്ലാവരും പരിഷ്കൃതരായി. വലിയ ഉദ്യോഗസ്ഥർ ആയി. കത്ത് വായനയുടെ ഈണവും താളവും മാറി, പക്ഷെ ചീരുവിനെ ആ പഴയ ഓർമകൾ പൊട്ടിച്ചിരിപ്പിച്ചകൊണ്ടിരുന്നു.

വര: **സംഗീത**

സീമ ശ്രീലയം

പ്രമുഖ ശാസ്ത്ര ലേഖിക, നിരവധി ബഹുമതികൾക്ക് ഉടമ

പ്രാണവായുവും കുപ്പിയിലെത്തുന്ന കാലം

കുടിവെള്ളക്കുപ്പികൾ പോലെ ശുദ്ധവായു നിറച്ച കുപ്പികളും വിപണിയിൽ നിറയുന്ന കാലം! അങ്ങനെയൊരു കാലം ഇങ്ങെത്തിക്കഴിഞ്ഞു. വായു മലിനീകരണം അതിരൂക്ഷമായ ചൈനീസ് നഗരങ്ങളെയും ഇന്ത്യൻ നഗരങ്ങളെയും ലക്ഷ്യമിട്ട് ഒരു കനേഡിയൻ കമ്പനി വൈറ്റാലിറ്റി എയർ എന്ന പേരിൽ ശുദ്ധവായു നിറച്ച സിലിണ്ടറുകളുമായി രംഗത്തെത്തിക്കഴിഞ്ഞു. ആസ്ട്രേലിയൻ കമ്പനിയായ ഓസെയ്ർ, ഇന്ത്യൻ ബ്രാൻഡ് ആയ പ്യുവർ ഹിമാലയൻ എയർ എന്നിവയും ഇതേ സംരംഭങ്ങൾ തന്നെ. ശുദ്ധജലവും ശുദ്ധവായുവും വരെ കാശു കൊടുത്തു വാങ്ങേണ്ടി വരുന്ന വല്ലാത്ത കാലത്തിൽ എത്തിനിൽക്കുന്നതിന്റെ പൂർണ്ണ ഉത്തരവാദിത്തം മനുഷ്യനു തന്നെ. കാടും മേടും കുന്നും തണ്ണീർത്തടങ്ങളും ജലാശയങ്ങളുമൊക്കെ നശിപ്പിച്ച് ലാഭം മാത്രം ലഭ്യമാക്കി നടത്തിയ വിവേചനരഹിതമായ വികസന പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ ബാക്കിപത്രമാണിത്. സുസ്ഥിര വികസനത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം ഇനിയെന്നാണ് നാം മനസ്സിലാക്കുക?

വായു മലിനീകരണം തടഞ്ഞില്ലെങ്കിൽ നമുക്കും വരുംതലമുറകൾക്കും നിലനില്പില്ല എന്ന മുന്നറിയിപ്പുമായാണ് ഇത്തവണ പരിസ്ഥിതിദിനം കടന്നുവരുന്നത്. 'പ്രതിരോധിക്കാം വായുമലിനീകരണം' എന്നതാണ് ഈ വർഷത്തെ ദിനാചരണ സന്ദേശം. ലോകാരോഗ്യ സംഘടനയുടെ റിപ്പോർട്ട് അനുസരിച്ച് ഇന്ന് ലോകത്ത് പത്തിൽ ഒമ്പത് പേരും ശ്വസിക്കുന്നത് ഗുണനിലവാരമില്ലാത്ത വായുവാണ്. വായുമലിനീകരണം കാരണം ശ്വാസകോശകാൻസർ അടക്കമുള്ള ശ്വാസകോശരോഗങ്ങൾ, ഹൃദ്രോഗം, പക്ഷാഘാതം എന്നിവയുടെയൊക്കെ നിരക്ക് കൂടിക്കൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. പ്രതിവർഷം എഴുപതുലക്ഷത്തോളം മനുഷ്യജീവനാണ് വായുമലിനീകരണം കാരണം അകാലത്തിൽ പൊലിയുന്നത്.

ജീവവായുപോലും അന്യമാവുംവിധം അന്തരീക്ഷവായുവിനെ വിഷലിപ്തമാക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ പലതാണ്. ഫോസിൽ ഇന്ധനങ്ങളുടെ അമിത ഉപയോഗം, ഫാക്റ്ററികളുടെ പുകക്കുഴൽ തുപ്പുന്ന വിഷപ്പുക, മോട്ടോർ വാഹനങ്ങളിൽ നിന്നുള്ളപുക, വീടുകളിലെ ഇന്ധനജ്വലനം കൊണ്ടുള്ള മലിനീകരണം, കൽക്കരിനിലയങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മലിനീകരണം, പ്ലാസ്റ്റിക്കും മറ്റു മാലിന്യങ്ങളും കൂട്ടിയിട്ടു കത്തിക്കൽ, അമിതമായ കീടനാശിനി പ്രയോഗം ഇങ്ങനെനീളുന്നു ആ പട്ടിക. വീടുകൾക്കുള്ളിലെ വായുമലിനീകരണം കൊണ്ടുണ്ടാവുന്ന ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ ലോകത്ത് ഓരോവർഷവും മുപ്പത്തെട്ട്

ലക്ഷത്തോളം പേരുടെ ജീവനെടുക്കുന്നുണ്ടെന്നാണ് ഞെട്ടിപ്പിക്കുന്ന കണക്ക്. വായുമലിനീകരണം ഒരു നിശ്ശബ്ദകൊലയാളിയായി നമ്മെ പിന്തുടർന്നു കൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. അന്തരീക്ഷത്തിൽ ഹരിതഗൃഹ വാതകമായ കാർബൺ ഡൈഓക്സൈഡിന്റെ അളവാണെങ്കിൽ കഴിഞ്ഞ എട്ടുലക്ഷം വർഷങ്ങളിലെ റെക്കോർഡ് തോതായ 415 പിപിഎമ്മിൽ എത്തിക്കഴിഞ്ഞിരിക്കുന്നു.

ഏറ്റവും പുതിയ പഠനറിപ്പോർട്ടുകൾ അനുസരിച്ച് ലോകത്തിൽ വായുമലിനീകരണം അതിരൂക്ഷമായ പത്തുനഗരങ്ങളുടെ പട്ടികയെടുത്താൽ അതിൽ ഏഴെണ്ണവും ഇന്ത്യയിലാണ്. ഇതിൽ ഇപ്പോൾ ഒന്നാം സ്ഥാനത്തുള്ളത് ഗുരുഗ്രാം ആണ്. ഘാസിയാബാദ്, ഫരീദാബാദ്, ഭിവണ്ടി, നോയിഡ, പാറ്റ്ന, ലക്നൗ എന്നിവയാണ് മറ്റ് ആറുനഗരങ്ങൾ. വായുമലിനീകരണം തടയാൻ കൃത്രിമമഴ വരെ പെയ്യിക്കേണ്ടിവന്ന ചൈനയെയും കടത്തിവെട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ് ഇന്ത്യ. ഡൽഹിയിൽ വർഷംതോറും സ്മോഗ് കൊണ്ടുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ കൂടിക്കൂടി വരികയാണ്.

ഫോസ്സിൽ ഇന്ധനങ്ങളുടെ ഉപയോഗം പരമാവധി കുറയ്ക്കുക, തികച്ചും ഹരിതമായ ബദൽ ഊർജസ്രോതസ്സുകൾ കണ്ടെത്തുക, ഹരിതഗൃഹ വാതകങ്ങളുടെ ഉൽസർജനം കുറയ്ക്കുക, കഴിയുന്നത്ര മരങ്ങൾ വച്ചുപിടിപ്പിക്കുക, നിലവിലുള്ള കാടുകൾ സംരക്ഷിക്കുക, ഫാക്റ്ററികളിൽ നിന്നുള്ള മലിനീകരണം ഒഴിവാക്കാൻ ഹരിതരസതന്ത്രത്തിലെ നേട്ടങ്ങൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്തുക, സുസ്ഥിര വികസനപാഠങ്ങൾ പ്രാവർത്തികമാക്കുക തുടങ്ങി വായുമലിനീകരണം കുറയ്ക്കാനായി ചെയ്യാൻ കാര്യങ്ങൾ ഒരുപാടുണ്ട്. വൃക്ഷത്തൈകൾ വച്ചുപിടിപ്പിക്കുക, യാത്രയ്ക്ക് കഴിയുന്നതും പൊതുഗതാഗതത്തെ ആശ്രയിക്കുക, സൈക്കിളും നടത്തവും ശീലമാക്കുക, പ്ലാസ്റ്റിക്കും ചപ്പുചവറുകളും കൂട്ടിയിട്ടു കത്തിക്കാതിരിക്കുക തുടങ്ങി നമുക്കോരോരുത്തർക്കും ജീവിതശൈലിയിൽ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്താം. സർവ്വ ജീവജാലങ്ങളുടെയും വരുംതലമുറകളുടെയും രക്ഷയ്ക്കായി, അവർക്ക് ഇവിടെത്തന്നെ വാസം സാധ്യമാക്കാൻ, പ്രാണവായുപോലും കാശുകൊടുത്തു വാങ്ങേണ്ട ദുരവസ്ഥ ഉണ്ടാവാതിരിക്കാൻ നാം ഇനിയെങ്കിലും ഉണർന്നു പ്രവർത്തിച്ചേ തീരൂ. ■

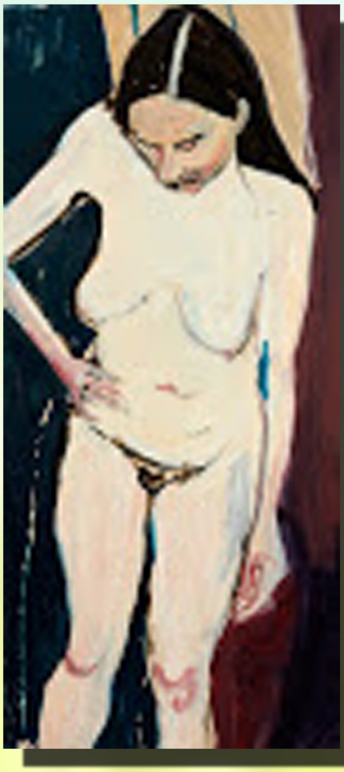
കാർട്ടൂൺ

കടപ്പാട് : ഇന്റർനെറ്റ്

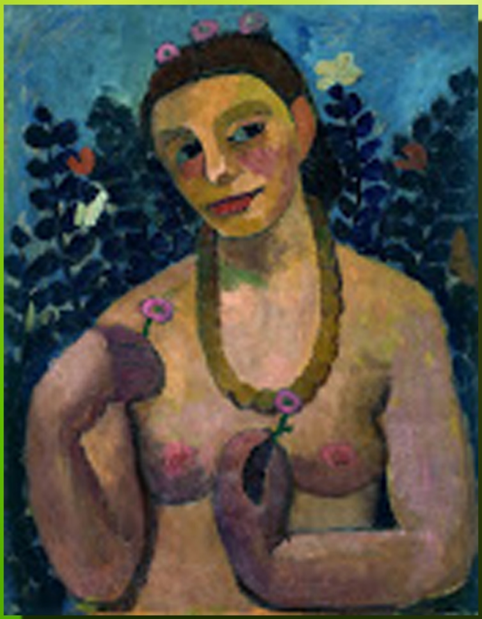
ഡോറിസ് കെ. എൽട്സൻ
ബ്രെയ്ൻ സർജൻ, പ്രൊഫഷനൽ മോഡൽ,
കലാകാരി, അഭിഭാഷക
കൂടാതെ
നാലു കുട്ടികളുടെ അമ്മ

Printed, Published and Owned by K.Ajitha, Harithakam, Kozhikode-17
Editor : Sheeba K.M., Trishna, Ashramam Road, Kalady-683574, EKM
Email : sanghadithacalicut@gmail.com, Printed at A-one Offset Prints, Ramanattukara

അമൃത ഷെർഗിൽ(1913 – 1941) ന്റെ
'ന്യൂഡ് വുമൺ സ്റ്റാൻഡിങ്ങ്'



ചിത്രകാരികളുടെ



പൗള മോഡേസോൺ – ബെക്കർ(1876 – 1907) ടെ
'ന്യൂഡ് വിത് ദ് എമ്പർ നെക്ലസ്

എൽനാസ് റോസ്റ്റമിയുടെ
'പ്രഗ്നൻസി'

ഷന്റാൽ ജോഫ്(1969) ന്റെ
'വുമൺ വിത് ഹാൻഡ് ഒൺ ഹിപ്'

ഒൾഗ ബഖ്തിനയുടെ 'ന്യൂഡ്'

സ്വശരീരചിത്രങ്ങൾ

ആലിസ് നീൽ (1900 – 1984) ന്റെ 'ന്യൂഡ്'