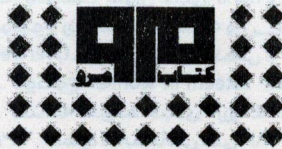


چیزهایی که هیچ کس به دختران چاق نخواهد گفت

جس بیکر / آرزو قبادی



فصل اول

بدن دوستی یعنی چه و چرا مهم است؟

اگر دارید به این فکر می‌کنید که چرا این همه وقت صرف نوشتن یک کتاب کامل درباره‌ی چیزهایی که هیچ‌کس به آدم‌ها درباره‌ی بدن‌شان نمی‌گوید کرده‌ام، باید بدانید اولین نفری نیستید که به این موضوع فکر می‌کند. و اگر به دلیل برای این همه تمرکز روی چیزی که در ظاهر بی‌مزه و خنک است بدبین هستید، باید بدانید که در داشتن این حس هم تنها نیستید.

مردم مدام می‌پرسند: «جسیکا، چرا این قدر سطحی هستی؟؟؟ چرا به زیبایی درون توجه نمی‌کنی؟ چرا نمی‌آی درباره نقش‌مان در عالم هستی صحبت کنیم؟ چرا نمی‌آی درباره اسرار آمیز بودن روح‌مان بحث کنیم؟»

استدلال شخصی‌ام چیزی شبیه به این است: احتمال اینکه دنیا به ما بگوید انسان‌های خوبی هستیم از هر صفت دیگری، مثل بامزه، خلاق، باهوش، اجتماعی، سخاوتمند و شاید حتی خارق‌العاده، بیشتر است. آنچه به ما گفته نمی‌شود این است: «جسم‌مان دقیقاً همان طوری که هست کامل است و هیچ عیبی ندارد». به ما یاد داده می‌شود که بیرون و ظاهرمان نواقص زیادی دارد و اینکه بخش عمده‌ای از ارزش‌مان در ظاهر فیزیکی‌مان نهفته است، که البته آن هم هیچ‌وقت طبق گفته جامعه‌مان «به‌اندازه کافی» خوب نیست. آن‌ها دوست دارند که به ما الگوهایی از کمال جسمی دست‌نیافتنی را نشان دهند، درحالی‌که تبدیل شدن به آن الگوها غیرممکن است و به همین دلیل جسم‌مان و رابطه‌مان با جسم‌مان روی هر بُعد دیگری از زندگی‌مان تا ابد تأثیر می‌گذارد.