

ንስንስ

ትኩረቷን በLBTQ ላይ አድርጋ በየሩሰ ዓመቱ የምትታተም መጽሔት
Nisnis - quarterly magazine focusing on LBTQ issues

ሰውነቶቻችን



የራስዎን ደምፅ ያደምጡ

www.soundcloud.com/ethioqueer

ንስንስ

ቅጽ ፪ ቁጥር ፫

በየኛ-ብ ዓመቱ የምትታተሙ ንስንስ በኢትዮጵያ እና በዳያስፖራ የሚገኙ LGBQ ጉዳዮች ላይ የምትተኩር መጽሄት ናት።

ለጥያቄዎች፡
etqueerfamily@gmail.com

በኩዌር ኢትዮጵያ የታተመ
አዲስ አበባ፣ ኢትዮጵያ
© ጎዳር 2015

ማውጫ

- 3 የአርታዲያን መልዕክት
- 4 ሰውነቶቻችንን ኩዌር ማድረግ
- 9 ስለሰውነቱ ደስታ የሚሰጠኝ ምንድነው?
- 10 ነጸብራቅ፣ እራሴን መቀበል
- 17 ስለሰውነቱ ደስታ የሚሰጠኝ ምንድነው? (የቀጠለ)
- 18 ስነ - ምግብን በራሳችን መንገድ መቀበል
- 24 ደብዳቤ ለወጣት እራሴ
- 28 ማሸነፍ ፡ የአመጋገብ መዛባት ችግር እና በራሳችን ሰውነት ላይ ያሉ አሉታዊ አስተያየቶች
- 32 አለመስማማት ፡- መመርመር እና መግለፅ
- 35 የህይወት መስመር፡- በመደጋገፍ ላይ ያሉ ትምህርቶች
- 38 ከቡችቴ ጋር የያዘኝ ፍቅር
- 40 ቡችነትን መመርመር
- 42 የፍቅር ማስታወሻ፡ ሰውነቱን እንዴት መውደድ እንደጀመርኩ
- 46 “ዛሬስ አምሮብኛል” የምትሉት መቼ ነው?





ሰውነቶቻችንን

ከዊር መደረግ

ዐንጻር
ከግራም



ሴቶች የውበት መስፈርት በደንብ ስለሚያውቁ ኪጠኩኝ ይችላኩ በማለት ይህንን ማንነቴን ወደኋላ አደርገዋለሁ ... አንዳዛ አይነት ችግሮች ስለነበሩኝ ያ ማንነቴን መኩ ከመኩ ተቀብዬ በመኩ ጌታ አንዳዛ አይነት አደርገኝ ነበር።

በጠኩት

በጠኩት ከተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ ሴቶች ጋር በፌስቡክ ላይ እያወራች ሰዓታትን ታሳልፋለች። ወሬው አሪፍ ይሆንና በመጨረሻም በአካል የመገናኘት ጥያቄ ይነሳል። ከ-ዊር ሴቶችን የማግኘት ሃሳብ ያስደስታታል ምክንያቱም ወደፍቅር ግንኙነት ባይቀየርም ከተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ ሴቶች ማህበረሰብ ጋር ሊያገናኛት ስለሚችል ነበር። የእውነት ኩዊር ሴቶች መሆናቸውን ታረጋግጥና እንዴት እንደሚገናኙ በዝርዝር ያውሩበታል። ነገር ግን በመጨረሻው ደቂቃ ላይ ሃሳቧን ስትቀይር እራሷን ታገኘዋለች።

“በሰውነቴ አፍራላሁ። ያው በሰዓቱ የነበረኝ አቋም በጣም ወፍራም ስለነበር እፈራ ነበር። እኛ ኮሚኒቲ ውስጥ ያሉ ሴቶች ሲያዩኝ ምን ይሉኝ ይሆን? ላይወዳኝ ይችላሉ ወይ ደግሞ ያገሉኛል የሚለው ስሜት የለም? ራስን አለመውደድ ነገር ስለነበረ እርቅ ነበረ” ብላለች በጠኩት።

አንዳንድ ሴቶችን በድፍረት ባገኘችበት አጋጣሚ ሆኗን የሚደብቁ ልብሶች ትለብሳለች ምክንያቱም እነዚህ ሴቶች ገላዋን ይጠሉታል የሚል ስጋት ስላላት ነው።

በህብረተሰባችን ውስጥ የተንሰራፋው ጠባብ የውበት መስፈርት በተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ ሴቶች የሰውነት እይታ ላይ ተጽእኖ ያሳድራል እናም ሰዎች ከልጅነታቸው ጀምሮ ቆንጆ ለመባል አንድ አይነት የሰውነት ቅርፅ ሊኖራቸው እንደሚገባ ይማራሉ።

“ለአብዛኛዎቹ የልጃገረድ ዘመናቹ ጥሩ የሴት ቅርፅ ተብሎ የሚገለጽ ነገር የነበረኝ” አሌክስ በአዲስ አበባ የምትኖር ባይሴክሹዋል ሴት ተናግራለች። “በ20ዎቹ መጀመሪያ አካባቢ ግን በከፍተኛ የመንፈስ ጭንቀት ተይዜ ነበር እናም ከብደቴ ጨመረ። ከዚያ በኋላ ለራሴ ያለኝ ግምት ወደቀ፣ እናም ማንነቴን አጣሁ። ከዚያን ጊዜ ጀምሮ በራስ መተማመን፣ ቆራጥነት ወይም የብቁነት ስሜት አይሰማኝም።”

አሌክስ ህብረተሰቡ ቆንጆ ነው ብሎ የተሰማማበት የውበት መለኪያ

ማሟላት ህይወትን እንደሚያቀል ተረድታለች እናም ከብደቷ በሚቀንስበት ጊዜ ሰዎች የሚሰጧት ቦታ እና አስተያየት ይህንን አንጻርቋል። የሚወዷት ዘመዶቿን ጨምሮ ውስጣዊ ማንነቷን ሊያዩ የሚገባቸው ሰዎች አስተያየት ከሷ ከብደት መቀነስ ጋር አብሮ ሲሻሻል በመወፈሯ ሰዎች አሳንሰው ያዩዋታል የሚለውን ፍርሃቷን አረጋግጦላታል።

እንደዚህ አይነት ህህብረተሰቡ የሚመጡ መልእክቶች የተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ ሴቶች የወሰባዊ ዝንባሌያቸውን የሚረዱበት እና የሚቀበሉበት መንገድ ላይ ትልቅ ተጽእኖ አለው።

“ሴቶች የውበት መስፈርት በደንብ ስለሚያውቁ ሊጠሉኝ ይችላሉ በማለት ይህንን ማንነቴን ወደኋላ አደርገዋለሁ” ብላለች በጠኩት.

“አብዛኛውን ጊዜ ለወንዶች ሴት መሆንሽ ብቻ በቂ ነው እና ለዛች ጊዜ ብቻ ቢፈልጉሽም ‘ዎው ቆንጆዬ እኮ ነሽ’ እያሉ ያደንቁኛል እናም የኔ ፍላጎት የሆነውን ነገር ከማድረግ ይልቅ እነሱ ስላደነቁኝ ወደነሱ ማዘንበል ይቀለኝ ነበር። ምክንያቱም እሱ እኮ ይወደኛል ከሷ ጋር ብሄድ ግን ተገምተኛለች ብዬ ስለማሰብ ነው። እንደዚህ አይነት ችግሮች ስለነበሩኝ ያ ማንነቴን ሙሉ ለሙሉ ተቀብዬ በሙሉ ልብ እንዳልኖር አድርገኝ ነበር።”

እንደ ራሄል (አዲስ አበባ ውስጥ የምትኖር ኩዊር ሴት) ያሉ አንዳንድ ሰዎች ሰውነታቸው እንዳለ መቀበል ስለወሰባዊ ዝንባሌያቸውን በተመለከተ ራሳቸውን ለመቀበል በር ይከፍታል። የሁለተኛ ደረጃ ትምህርቷን መጨረሻ አካባቢ ደርሳ በነበራት ሰውነት የሚሰማትን ደስታ ማጣት እስከምትጋፈጥ ድረስ “መደበኛ ወይም ቆንጆ” የሚባለውን አይነት የሰውነት ቅርፅ እንዲኖራት ትፈልግ ነበር። ይህ ማለት በዚህ ረገድ ቢያንስ ወሰባዊ ዝንባሌያን መቀበል በሰውነት ደስታ ማጣት አልተነካም ማለት ነው።

ነገር ግን ወሰባዊ ዝንባሌያችንን መቀበላችን ላይ በሰውነት ደስታ ማጣት ተጽእኖ ባይኖረውም ብዙውን ጊዜ

ከማህበረሰቡ ጋር እንዴት እንደምንገናኝ ይቀርጻል።

“የሰውነቴ እይታ በወሰባዊ ዝንባሌዬ ላይ ተጽዕኖ አላሳደረብኝም ወይም ከማንነቴ ጋር መስማማትን አልነሳኝም። ቀጭንም ልሁን ወፍራም አሁንም ኩዊር ነኝ። ወሰባዊ ዝንባሌዬንም መግለፅ ከባድ አልነበረም።

“ዴት ማድረግ ግን ትንሽ ከባድ ነበር ምክንያቱም ብዙ የውፍረት ጥላቻ በውስጡ እይዝ ስለነበር ራሴን ቆንጆ ነኝ ብዬ ማሳመን ይከብድኝ ነበር። ይህንንም አስተሳሰብ ያጠናከረው የመጀመሪያውን እርምጃ እኔ ካልወሰድኩኝ ብዙ ሴቶች እኔን እንደደገፉኝ ብቻ ሊያዩኝ ስለሚፈልጉ ነው። ግን ደግሞም ሴታዊ አቋም ስላለኝም ሊሆን ይችላል” ስትል አሌክስ

ተናግራለች። ለአሌክስ ከክብደቷ መጠን እና ከሰውነቷ ቅርፅ አንጻር የህብረተሰቡን የውበት መስፈርቶች ማሟላት አለባት የሚለው ግምት እራሷን በኩዊር ማህበረሰብ ውስጥ ለማቅረብ የምትመርጥበትን እንዲሁም ጾታዊነቷን የምትገልፅበት መንገድ ላይ ዘላቂ ተጽእኖ አሳድሯል።

“ይቼ ትንሽ ሞገድ በተሳሰረ መንገድ ማዕበል ፈጥራለች። ወፍራም ስለሆንኩኝ እሱን ለመካስ ስል ስለመልኬ እና አለባበሴ በጣም እጠባባላለሁ። ሁልጊዜ ማለት ይቻላል ፀጉሬን ተሰርቼ፣ ሙሉ ሜክአፕ ተቀብቼ እና አሪፍ ልብስ ለብሼ ነው የምውለው። አቀራረቤ ሴታሴት በሆነቁጥር የሚደርስብኝ ትችት እየቀነሰ



ነገር ግን ይህ አቀራረብ ቢያንስ በተመሳሳይ ያታ አፍቃሪ ሴቶች ማህበረሰብ ውስጥ ኩዊርነትን ገፈፈኝ። ብዙ ጊዜ የኔን ኩዊር ማንነት ጥርጥር ውስጥ አንዳይገባ ሰዎችን ማሳመን አንዳከብኝ ይሰማኛል አንዳይም ማንም አንዳይጠራጠር ሴቶችን አጠቀማለሁ።

አሌክስ



እንደሚሄድ ይሰማኛል።

“ነገር ግን ይህ አቀራረብ ቢያንስ በተመሳሳይ ይታዩ አፍቃሪ ሴቶች ማህበረሰብ ውስጥ ኩዊርነትቴን ገፈፈኝ። ብዙ ጊዜ የኔን ኩዊር ማንነት ጥርጥር ውስጥ እንዳይገባ ሰዎችን ማሳመን እንዳለብኝ ይሰማኛል አንዳይም ማንም እንዳይጠራጠር ሴሰኝነት እጠቀማለሁ። ይህ ግን አስቀድሞ እየታገለ ያለውን ለራሴ ያለኝን ግምት እና በራስ መተማመን ጭራሽ የበላሽዋል” ትላለች። ምንም እንኳን የተመሳሳይ

ይታዩ አፍቃሪ ሴቶች ማህበረሰብ እና ትልቁ የኢትዮጵያ ማህበረሰብ ሁሉም ሰው ሰውነታቸውን እንዳለ የሚቀበሉበትን ቦታ መፍጠር ቢገባቸውም አንዳንድ የተመሳሳይ ይታዩ አፍቃሪ ሴቶች ሰውነታቸውን እንዳለ በመቀበል ረገድ እድገት አሳይተዋል።

ራሄል ይህን ማግኘት የቻለችው የሌሎች አስተያየት ምንም ይሁን ምን ጥሩ ስሜት እንዲሰማት በሚያደርጋት ነገር ላይ በማተኮር እና ጉድለቶች እንዳሉባቸው የሚሰማቸውን ክፍሎች ጨምሮ ሰውነቷን መውደድ በመማር ነው። በፀሎት በዙሪያዋ ያሉት የተመሳሳይ ይታዩ አፍቃሪ ወንዶች ተቀባይነት ማግኘቷ አበረታቷታል፤ እነሱም ሰውነቷን እንድትቀበል ከመገፋፋት በተጨማሪ

በሰውነታቸው የሚሰማቸው ምቹት እና ራስ መተማመን በማሳየት ምሳሌ ሆነዋታል።

አሌክስ ሰውነትን መቀበል የተስተካከለ ጥቅል ሳይሆን ያለማቋረጥ ልንሰራበት የሚገባ ጉዞ መሆኑን ታስታውሰናለች።

“እራሴን እስካሁን የተቀበልኩት አይመስለኝም። ሁለት እርምጃዎችን ወደ ፊት አንድ እርምጃ ግን ወደኋላ እንደምወስድ ይሰማኛል። አንዳንድ ጊዜ በመስታወት ስመለከት የረገቡት ጡቶቼን ፣ የተነፋው ሆዴን እና ሽንተረር የሚመስኩትን የቆዳ መለጠጥ ምልክቶቼን አልጠላቸውም። ሌላ ጊዜ የሰጋ ቤት ቢላዋ ወስጄ ሁሉንም ነገር መቁረጥ ሳልፈልግ ራሴን ማየት አልችልም። አንዳንድ ቀን እንኳን ተቀምጬ የአመጋገብ መታወክ ወይም የጨጓራ በሽታ ቢይዘኝ ምን እንደሚሰማኝ ሳስብ አስባለሁ” ትላለች አሌክስ። “ራሴን ለመታገስ እሞክራለሁ እና ከጊዜ በኋላ ነገሮች ወደ ቦታቸው እንደሚወድቁ ተስፋ አደርጋለሁ።”

“**እኛ ኮሚኒቲ ውስጥ ያኩ ሴቶች ካይወዱኝ ይችላኩ ወይ ይገባሉ ያገኘኩ የሚከው ሰማት የክም? ... ራስን አከመውደድ ነገር ስከነበረ እርቅ ነበረ።**

በፀኩት



ስለሰውነቱ ደስታ የሚሰጠኝ ምንድነው?

አነ

ጤናማ፣ ንቁ እና ሚዛናዊ ህይወት እንደኖር በመፍቀድ ሰውነቱ ደስታን ይሰጠኛል። በፈለኩት መንገድ መንጠራራት (ስፕሊት መስራት ባልችልም) እና ትልቅ ተራራ (የኤቨሪስት ተራራ ባይሆንም) መውጣት መቻሌ ያስደስተኛል። ስጦግብ እና ሲርብኝ ይነግረኛል፤ ቸኮሌትም ሆነ የፍራፍሬ ሰላጣ እንድባላ ይፈቅድልኛል። አጭር በመሆኔ በቀላሉ አውሮፕላን ውስጥ ተመቸቶኝ መቀመጥ እችላለሁ። ጡቶቼ ትንንሽ ስለሆኑ የጀርባ ህመም አይሰማኝም፤ ስፖርት ለመስራትም አይከብደኝም። የኖርኩባቸው ዓመታት ሲጨምሩ ለሰውነቱ እና ሊያደርጋቸው ለሚችላቸው ነገሮች ሁሉ ያለኝ ምስጋና አብሮ ይጨምራል። ጊዜ እያለፈ በሄደ ቁጥር ሰውነቱ ላይ ላሉት ትንንሽ ጉድለቶች የምሰጠው ትኩረት አብሮ ያልፋል።

ዶሚኒክ

እውነት ለመናገር አስቤበት አላውቅም ነገር ግን አሁን እየተጠየኩ ስነልሆነ ፤ እኔ እንደማስበው ሁሉም የሰውነቱ ክፍሎች ሙሉ በሙሉ ጤነኛ እና ተግባራዊ በመሆናቸው የተባረኩ መሆኔ ስለ ሰውነቱ ደስታን የሚሰጠኝ ይመስለኛል።

ጆ

ሰውነቱ ወደምፈልገው ቦታ ሄጄ ማድረግ የምፈልጋቸውን ነገሮች ሁሉ እንዳደርግ (ከሞላ ጎደል) ስለሚፈቅድልኝ እወደዋለሁ። ጠንካራ እንደሆንኩኝ እና በራሴ ላይ ውክልና እንዳለኝ ይሰማኛል።

ፅዮን

ስለ ሰውነቱ (ወይም ሰውነቶች በአጠቃላይ) በጣም የሚገርመኝ ሁል ጊዜ ሰውነቱ ራሱን የቻለ አካል እንደሆነ ነው የሚሰማኝ። አንዳንድ ጊዜ በተመሳሳይ መስመር ላይ እንገኛለን፤ ሌላ ጊዜ ግን አይደለንም። አብረን እንደሆንን ብናስብም ሰውነቶቻችን ግን ያስደምሙናል። በአደጋ ጊዜ ወይም በህመም ላይ ስሆን ሰውነቱን እንዳከብረው፣ እንድረዳው እንድንሞክር እና እንድወደው ያስገድደኛል። በሰውነቱ በጣም የምመስጥበት ጊዜ ከበሽታ ካገገምኩ በኋላ ነው ፤ የዕጩታው ስሜት፣ ምንም ህመም አለመኖሩ፣ ጠጥታው እና ብርታት ማግኘቱ። ይህ በጣም ይደንቀኛል። ሰውነቱ የመፈወሱ ሁኔታ። ተጎድቶ ቢሆንም በእራሱ ማገገም ችሏል። ሁልጊዜም እየተቀየረ ነው፤ ወደ ሰውነት ሲመጣ ምንም የማይለወጥ ነገር የለም። ስለ ሰውነቱ የማደንቀው ነገር ሰውነቱን ስለተሰማኝ እና ልጠቀምበት ስለምችል ነው።



ኅዳብሌቅ

ንኡሴን መቀበካ

“እንደውም እየቆየሁ ስመጣ ራሴን
እየወደድኩት ነው የመጣሁት። ፕራይቪት
ፓርቲዎችም ሲኖሩ የማደርጋቸው አለባበሶች፣
የምስካው ጸጉር ምናምንን እየወደድኳቸው
መጣሁ እንጂ ብዙ ፈተና አላጋጠመኝም።
ወሲባዊ ዝንባሌሽን ስትቀበይ የጾታ
አገላለፅሽን እና ማንነትሽን የመቀበልን ጉዞ
እያቀለለው ነው የመጣው።”





**በተከይሄ ሃይለኩኤ
እና ኤክሙኒቲስት
ካይ ያጋጠሙኝ
ጥቃት እና ጥካቻ
በጣም ከባድ
ነበሩ። ስልጠና
የሰጠኝ ጉምህርት
ቤት መሄድ
አስከፊና ብረኝ
ድረስ “ሴቱ ሴቱ”
አየተባኤሱ ነው
አጠራ የነበረው
የው አነጋገሪያም
አወራሪም ወደሴት
አደላ ነበር።**

በኒ ኡዲስ አበባ ውስጥ የሚኖሩ የጾታ ሁለትዮሽን የማይቀበሉ ኩዊር ሰው ሲሆኑ አንቱ/እሳቸው የሚለውን ተውላጠ ስም ይመርጣሉ። የጾታ ሁለትዮሽን የማይቀበሉ ግን የሴት ወጫዊ አምሳል ያላቸው ሰዎች ምን ዓይነት ልምድ እና ተሞክሮ እንዳላቸው እንዲሁም በአካል እና በስነ-ልቦናዊ ስሜታቸው ላይ ምን ተጽዕኖ እንደሚፈጥር ለመማር ንስንስ ከእሳቸው ጋር ቃለ መጠይቅ አድርጓል። እንዲሁም የLGBTQ+ ማህበረሰብ የጾታ ሁለትዮሽን ለማይቀበሉ እና ትራንስ ሰዎች የበለጠ ድጋፍ መስጠት የሚችሉባቸውን መንገዶች እንቃኛለን። ቃለ-መጠይቁ ግልፅ እንዲሆን በትንሹ ተስተካክሏል።

ንስንስ፡ በምን ተውላጠ ስም መጠራት ይመርጣሉ?

በኒ፡ በእንግሊዘኛ ሲሆን አንቱ/እሳቸው (they/them) ምናምን እየተባለ ማለት ነው። በአማርኛ ሲሆን ግን ሞር «አንቺ» የሚለው ይቀለኛል ፤ «አንቺ» የሚለውን እወደዋለሁ።

ንስንስ፡ የስነ-ጾታ ጉዞ ምን ይመስል ነበር?

በኒ፡ የጾታ ጉዞዬ እንግዲህ ፈታኝ ነው ምንም ጥያቄ የለውም፤ አሁን ያለሁበት ሁኔታ ይሻላል። በተለይ ሃይስኩል እና ኤለመንተሪ ላይ ያጋጠሙኝ ጥቃት እና ጥላቻ በጣም ከባድ ነበሩ። እጩክቅ ነበር፤ ትምህርት ቤት መሄድ አስከፊና ብረኝ ድረስ “ሴቱ ሴቱ” እየተባልኩ ነው አጠራ የነበረው ያው አነጋገሪያም አወራሪም ወደሴት አደላ ነበር። የሰውነት አካሌ ደሞ ወንድ ነኝ ግን የበለጠ ፀባዬ የሚያደላው ወደሴት ነው ወንዶች የሚያደርጉትን ነገር አጠላ ነበር። ኳስ በቃ ይጨንቀኛል። ሲጫወቱ ኳሱ እንዳይመታኝ ነበር የምፈራው እና አሁንም እንደዛ ነኝ። ግን ሃይስኩል እና ኤለመንተሪ ሲሆን የልጅነት ባህሪ አለ አይደለ፤ ከተማሪዎች ጋር ከልጅነት ባህሪያቸው ጋር ማስተናገድ አልቻልኩም። በጣም ይጨንቀኝ ነበር፤ በጣም ይከፋኝ ነበር፤

የማለቅስበት ጊዜ ሁሉ ነበረ እና ያንን ነገር አሳልፌያለሁ። አሁን መስሪያ ቤት አካባቢ ደሞ ያው ሰው እንግዲህ የሚያየው ነገር አይቶ የመጋፈጥ ነገሩ አናሳ ነው ምክንያቱም በእድሜ ከፍ ከፍ ያለ ስለሆነ እንደ ሃይስኩሉ የማብሽቅ፣ የመስደብ የማድረግ እና የማንጻጠጥ አይነት ሙከራ ብዙ አይገጥምሽም። ሰቀቀኑ ደሞ ይሄኛው የከፋ ነው። ምክንያቱም አብረውኝ የሚሰሩት ሰዎች በእድሜ እኩሎቼ ወይም ከኔ በላይ ያሉ ትላልቅ ሰዎች ናቸው እና አነዚህ ሰዎች እያዩኝ ዝምብለው ነገ ህይወቴ ላይ ምን ሊያመጡ ይችላሉ ፣ ስራዬ ላይ ምን ሊያመጣ ይችላል የሚለው ነገር ሌላ የጭንቀት የቤት ስራ ሆኖብኛል። ይህን ይመስላል እንግዲህ ጉዞው።

ንስንስ፡ አሁን የምትሰራበት መስሪያ ቤት የሚጨንቅሽ ነገር ስለኔ ቢያውቁ ሊመጡ ይችላሉ ብለሽ የምታስቢው ነገር ነው?

በኒ፡ኩዊር መሆኔን ማወቅ ይችላሉ የሚል ፍርሃት የለብኝም፤ ያለብኝ ፍርሃት እኔ ወንዶች እንደሚረመዱት ለመራመድ ወይም ያንን ለማስምሰል እሞክራለሁ። አኳኋኔንም፣ እጄንም እንደሴት ላለማድረግ እሞክራለሁ ግን ያው ተፈጥሮ አይደለ ሙሉ ለሙሉ አትደብቂውም። ማስመሰሉም ወደዛኛው ለመጠጋት የምትሞክረው ነገር ሁልጊዜ አይሳካም። ንዴት፣ ደስታ ምናምን ይኖራል እና መስሪያ ቤት ንዴትን የምገልፅበት ወይም የምስቅበት መንገድ እንደሴቶች ሊሆን ይችላል፤ ስሜታዊ ስትሆኚ ምትሆኚውን ነገር በደንብ ለማስተዋል ይከብዳል። እና እነዚህን ነገሮች ሰዎች እያስተዋሉት በሄዱ ቁጥር ይታወቃል እያልኩ ያስጨንቀኛል።

ንስንስ፡ በአየለት ህይወትሽ ውስጥ ከአለባበስ ከአረማመድ ጋር ያለው ተጽዕኖ ምን ይመስላል?

በኒ፡ ብዙም ለወጥ ያለ ነገር አላደርግም ምክንያቱም ራሴን ማትረፍ ስላለብኝ ብቻ ማለት ነው። ግን ቤቴ

ውስጥ ወይም የራሴ ፕራይቪሲ የማገኘባቸው ቦታዎች ሁሉ የሚመቸኝን አይነት አለባበስ እለብሳለሁ። ያው የስራዬም ባህሪ ያለባበስ ህግ ስላለው በኖርማል ራሱ እንደ ስትሬት ወይም ማስኩሊን የሆኑትም ሰዎች ቢሆኑ እንደፈለጉ መልበስ የሚችሉበት የስራ ሁኔታ አይደለም ያለው። ስለዚህ የትኛውም ቦታ ማስኩሊኖች እንደሚለብሱት ነው የምለብሰው ነገር ግን ካለባበሱ ባለፈ ልብስ የማይሸፍናቸው ብዙ ነገሮች አሉ ፣ ውስጤ አሳሳቅ ፣ የእጅ እንቅስቃሴ ወይም የአቀማመጥ ሊሆን ይችላል። ለምሳሌ እግርን ቆልፎ መቀመጥ ሊሆን ይችላል፤ እነዚህን የመሳሰሉት ነገሮች ሰው በደንብ ያስተውላቸዋል ብዬ አስባለሁ ግን አለማወቅ ይሆናል፤ ወይ ደግሞ ከመልካምነት አንጻር እያለፉት አልያም አጠራቅመውት የሆነ ነገር ሊያረጉኝ ይችላሉ የሚል ስጋት አለኝ። ከእነዚህ ስጋቶች ውጪ ያው እንዳልኩሽ አለባበስ ላይ ብዙም አልደፍርም። እኔ በነፃነት ራሴን መግለጽ የምችልበት እና ያለጥቃት ነፃ መሆን የምችልባቸው ቦታዎች ካልሆኑ በስተቀር እንደዚህ አይነት ነገር አልደፍርም።

ንስንስ፡ ቅድም ነከተሸዋል በእርግጥ ግን ህይወትሽ ውስጥ እንደልብ ራስን በስርዐተ ጾታ መግለጽ አለመቻል ስነ ልቦና እና አካላዊ ተጽእኖ ከድሮ ጀምሮ እስከ አሁን ስላለው በበለጠ ብታብራሪልን።

በኒ፡ ያው ስነ-ልቦናዬ ላይ በጣም ተጽእኖ አለው። ለእኔ እንግዲህ ሰው በቃ ራሱን ካልሆነ መደበቂያ ይፈልጋል፤ ብቻውን ሲሆን ነፃ ራሱን የሚያገኘው እና ብቸኝነትን ባላለፍሽ ቁጥር ከሰዎች ጋር ያለሽን ግንኙነት ትቀንሻለሽ እና ያን ግንኙነት ስትቀንሽ ራሱ ብቸኛ ትሆኛለሽ፤ ሰው ለሰው ምንም ቢሆን መድሃኒቱ ነው እና የሚደብርሽ ነገር ሊኖር ይችላል ያ ድብርት (ዲፕረሽን) እና አብዝቶ ሱስ ሊያመጣ ይችላል። ሙሉ ለሙሉ ባይባልም በተወሰነ ያህል



**መቶ ፐርሰንት
ባይሳካም መንገድ
ካይ የተከየ
አካባቢዎችን
ካከመከበስ
አሞክራክሁ፤
አርግጥ ምቹት
ካይሰጠኝ ይችካኤ
ግን የምንኖረው
የክሰከጠኝ
ማህበረሰብ ውስጥ
አደመሆኑ መጠን፤
ከየት ያኩ ነገሮችን
ስከማይቀበኩ ራሴን
መገድብ የግድ ነው።**

ድብርት የሚያጋጥመኝ ጊዜ አለ ያው ራሴን ለማፅናናት እሞክራለሁ፤ ተስፋ ጥሩ ነው። በዛ ላይ ደሞ ሁሉም ሰው የኔን የጾታ አገላለፅ ጠል ነው ብዬ አላምንም፤ ጥቂት ቢሆኑም ያው የተወሰኑ ሰዎች አሉ እና እነሱን አግኝቼ ራሴን ለማደስ እሞክራለሁ። በርግጥ ድብርት ያጋጥመኛል፤ ሰዎች ሁሉ የሚጠሉሽ ይመስልኛል፤ በጣም ፈታኝ ነው። ይህን ስል ኩዊር የሆኑት ሰዎችም ጭምር የማይቀበሉት እና የማይወዱት ነገር ነው።

የኔ ዓይነት የጾታ አገላለፅ ያላቸው ወይም እኔን የሚመስሉ ሰዎችም ደሞ አሉ። ይህን ነገር የሚቀበለው ሰው ወጣ ያለ ነው። አብዛኛው ሰው የሚያስበው አንድ ወንድ ግዴታ ወንዳወንድ መሆን አለበት ብሎ ነው፤ እንደ ጄም መስራትና ጡንቻ መገንባት ወይ ኳስ መጫወት የሆኑ ነገሮች ውስጥ መካተት አለበት ነው የሚሉት። ይህንን የሚያስቡ እና የኔ ዓይነት የጾታ አገላለፅ የሚጠሉት ስትሬት የሆኑ ሰዎች ብቻ አይደሉም። ስለዚህ ያ በራሱ የበለጠ ድብርት ውስጥ ይከትሻል፤ የፍቅር ግንኙነቶች በተደጋጋሚ ይበላሽብኛል፤ በቃ ብዙ ነገር አለውና ራሱን የቻለ በጣም ትልቅ ድብርት ውስጥ የመግባት ሁኔታዎች ያጋጥማሉ። ያው በቀናነት ለመኖር እየሞከርኩ ነው እንጂ!

ንስንስ፡ ከኩዊር ማህበረሰብ የሚመጣው ነቀፌታ ወይም ፍረጃ እና ከተቃራኒ ጾታ አፍቃሪያን ማህበረሰብ የሚመጣው ፍረጃ አንቺ ላይ የተለየ ተጽእኖ አለው?

በኒ፡ አዎ የተለየ ተጽእኖ አለው። ከስትሬት ሰዎች የሚመጣው አካላዊ ጉዳትም ሊኖረው ይችላል። ጤናሽ ሊቃወስ፣ ልትደበደቢ ወይም ሌላ አደጋ ሲደርስብሽ፣ ጨርሶ አካልሽንም ልታጩ እና እስከ ሞት ድረስም ልትደርሻ ትችያለሽ። በእሱ መልኩ ያለውን ነገር እንደነገርኩሽ ለማስተናገድ እየሞከርኩ ነው። መቶ ፐርሰንት ባይሳካም መንገድ ላይ የተለየ አለባበሶችን ላለመልበስ እሞክራለሁ፤ እርግጥ ምቹት ላይሰጠኝ ይችላል ግን የምንኖረው ያልሰለጠነ ማህበረሰብ ውስጥ እደመሆኑ መጠን፤ ለየት ያሉ ነገሮችን ስለማይቀበሉ ራሴን መገድብ የግድ ነው። አሁን ለምሳሌ የስትሬት ማህበረሰብ ናይት ክለቦች ላይ አንዳንዴ ከኛ ማህበረሰብ ውስጥ ካሉ ሰዎች ጋር ለመዝናናት የምወጣበት ጊዜ አለ ፤ እና በግድ እንደ ወንድ እየደነሰን ምናምን ነው የምናመሽው ምክንያቱም ነፃነት ስለሌለ ዝምብለን ራሳችንን ሪፍሬሽ ለማድረግ እንወጣለን እንጂ



ያው ተጨንቀን የበለጠ አዝናኝ ነው የምንገባው። ራሳችንን ትንሽም ቢሆን ነጻ ለማድረግ ስንሞክር የሚወረወረው ነገር ሃይለኛ ጥቃት ስለሆነ ያ ደግሞ ብዙ ነገራችንን ስለሚያበላሽ በጣም ተጥንቅቀን። ያው አካላዊ ጥቃቱን ለማምለጥ እንሞክራለን ወይም ያ ነገር እንዳይደርስብን ለመጠንቀቅ

እንሞክራለን። በእኛ ማህበረሰብ ውስጥ ስትመጧ ግን የሚያሳዝነው ነገር ስነ-አእምሮዊ ጥቃት ነው የሚሆነው። ብዙ ሰው ሴታሴት ሆንክ ብሎ እስከ መምታት አይደርስም ግን መጠቃቱ አለ በተለይ ደግሞ በጣም የሚሳዘንሽ ነገር ማስኩሊኒቲን በጣም በሚያሞግስ ሁኔታ ነው የሚገልፁት። እኛ ማህበረሰብ

ውስጥ ያሉ ሰዎች እንደ “ወንድ ሆነች”፣ “ወንድ ሆነ” ሲሉም የጀግንነት ምልክት ማስኩሊኒቲ ነው ብለው ስለሚያስቡ ነው። ብዙም ተቀባይነት የለም። እንደኔ አይነት ፊም ወደሆኑ ሰዎች ስትመጧ ብዙም ተፈላጊ አይደሉም፤ በጣም ጥቂት ሰው ነው ለፍቅር እና ለወሲብ የሚፈልገን፤ የሚፈልጉንም ለአንድ ግዜ ነው። ያኛን ግዜ አሳልፈው፣ ተደብረውብን ለመለየት ነው እንጂ፤ ለረጅም ግዜ የሚቀጥል የፍቅር ግንኙነት ለመመስረት ጥሩ ልብ ይዞ የሚመጣ ሰው የማግኘት እድላችን በጣም የወረደ ነው። ይህ በጣም ስነ አእምሮችንን ይጎዳናል። ያው እኔ እንደነገርኩሽ ለራሴም ስል እጠነቀቃለሁ ግን ሰዎችም እኛን በአደባባይ ለማግኘት ይፈራሉ። ያስፈራል ይገባኛል በተወሰነ መልኩ ግን ቢሆንም [መጎዳቱ አይቀርም]።

ልብሽ በጣም ነው የሚሰበረው ለምሳሌ እኔ ባለፈው አንድ ያስደነገጠኝ ነገር አጋጥሞኛል። ልጅቷ ለኔ ጓደኛዬ ነች እና ሌዝቢያን ነች ፤ ከተወሰኑት ጋር እግባባለሁ። ከእሷ እንዲህ አይነት ነገር ይመጣል ብዬ ጠብቄ አላውቅም ግን እንዲህ አይነት ነገሮች በተደጋጋሚ ያጋጥማሉ። ለምሳሌ ይህ በሴታሴትነት በሚያሳዩው አክት ወይም በሚለብሰው ሊሆን ይችላል የመቀለድ እና እንደማላጋጫ ማድረግ ወይም የፌስቡክ ጓደኛ ተከታይ ለማሰባሰብ የሚደረግ ዝምብሎ ሚሊጠፍ ነገር አለ። ቢቃ ሰው ውስጡ ያለውን ነገር ድንገት ሲወጣው ትደነግጫለሽ ምክንያቱም አብረሽ ሆነሽ አብረሽ በልተሽ አብረሽ ጠጥተሽ ፣ ተዝናንተሽ እንደዚህ አውቀዋለሁ የምትይውም ሰው አንዳንድ ግዜ የሚያወጣው ነገር ውስጡ ያፈነው ነገር አለ ስላንቺ እና “እንዴ ይህ ነገር እንዴት ነው?” ስትይው አንቺን ለማለት አይደለም ምናምን ብለው ሊያደባብሱ ይፈልጋሉ ለኔ ብቻ ለየት ያለ አመለካከት ሊኖረው አይችልም። ስሜ ቦኒ ብሎ ጠርቶ እንደዚህ እንዲላገጥብኝ ድረስ አልጠብቅም በሚያስበው መንገድ ነው የምፈርጀው። አስተሳሰብ አስተሳሰብ

ነው። ሰዎች የሚያስቡበት መንገድ በጣም ያሳዝኛል። አጠገብሽ ያለው ሰው ድንገት ነው ቢቃ እንደዚህ የሚያስደነግጥሽ እና እስካሁን ድረስ ለካ ይህ ሰው ከእኔ ጋር ምላሽ ሳይሰጣው ነበር የሚገናኘው፣ የሚያወራው፣ የማወራውንም ነገር (ሚስጥርም ሊሆን ይችላል እኮ) ከልብ ባልሆነ ለይምሰል ነው የሚያዳምጠው ወይም እየታዘበ ነበር ማለት ነው። ከአንገት በላይ ነበር ሁሉም ነገር ብለሽ የምታዘኝበት ሁኔታ ነው ያለው። እና ይህ በጣም ያስደነግጣል።

ንስንስ፡ ፍርሃቱ አይን ውስጥ ይከተናል በሚል መንገድ ሊሆን ይችላል? ቦኒ፡ አዎ ባንድ በኩል ያው እረዳቸዋለሁ፤ ሰዎች ሙሉ በሙሉ በመጥፎ አይተውት አይደለም፤ በእኛ የተነሳ የሚመጣቸውን ጥቃት እና ዘለፋ ስለሚፈሩት ነው። ያው ይህንን ያደረገው ያለንበት ሃገር ነው ብዬ አስባለሁ። ከዛ ባለፈ ግን አብዛኛው ሰው እኔ “ወንዳ ወንድ” የሆነ ሰው ነው ምርጫዬ ነው የሚልሽ፤ ለምሳሌ ቅድም ሰውነቴ የወንድ ነው ብዬሻለሁ ከእሱ አንጻር “ምንድን ነው ወንድ ከሆነ ወንድ ነው እንጂ እኔ ለምን ወንድ ካልሆነ ሴታሴት ከሆነ [ጋር ከምሆን] ሴቶቹ ጋር ለምን አልሄድም?” የሚል ሰው ነው ያለው። ስለ የታዘቀው የዚህን ያህል ዕውቀት የለም ስለዚህ እንደዚህ አይነት ነገሮች ስንልባናሽን ይጎዳል፤ ሰው ነንና እንደማኝኛውም ሰው በፍቅር ህይወት ውስጥ ያለውን ነገር ማድረግ እንፈልጋለን ምክንያቱም ይህ ተፈጥሮ ነው። ሰዎች አብረውሽም የፍቅር ግንኙነት ይጀምሩና የሆነ ሰዓት ላይ ቅይር ምናምን ይላሉ። “ይህ እንዲህ ሴታ ሴት መሆኔ ነው እንደዚህ እንድጠላ የሚያደርገኝ፣ ሰዎች ልብ ላይ እንዳልከብር የሚያደርገኝ ነገር አሉ ነው” የሚል ስነ አእምሮዊ ጫና አለ ልዩነቱ ይህ ነው። አካላዊ ጥቃት ለማድረግ ሞራሉ አይኖራቸውም ግን በቃላት፣ በተግባር፣ ባለመፈለግ ስሜት ስነ አእምሮዊ ጥቃት የሚደርስብሽ ሁኔታ ሰፊ ነው።

ንስንስ፡ ስነ አእምሮዊ ጫናሽን በምን መንገድ ነው የምትጠብቁው? ቦኒ፡ እኔ የቻልኩትን ለማድረግ እሞክራለሁ እና እሱም ነው ተስፋ እንዲኖረኝ የሚያደርገኝ። ስራ ላይ መሆኔም ጠቅሞኛል ብዬ አስባለሁ ምክንያቱም ምንም ቢሆን አንዳንዴ ለድብርት ቦታ አትሰጧቸውም፤ ሰውነትሽ ይሰራል፣ ትንቀሳቀሻለሽ፣ ጭንቅላትሽ ሌላ ነገር ያስባል እና እነዚህ የሚደርሱብሽን ጥቃቶች የማብሰልሰል እና የመተከዝ ነገሩ በጣም እንዲቀንስ አድርጎልኛል ብዬ አስባለሁ። አሁን ባለው ሁኔታ ከጓደኛዎ ምርጫ በላይ አንዳልወድቅ ያደረገኝ ያ ነገር ይመስለኛል፤ ራሴን ተንከባክቤአለሁ ብዬ አስባለሁ። በዚህ ችግር ምክንያት በጣም ድብርት ሲበዛባቸው ሕይወታቸውን የማጥፋት እርምጃ የሚወስዱ ሰዎች አሉ። የታዘቀው አገላለጭ ይመዘዝብኛል የሚለው ጭንቀት ቢኖርም በተመሳሳይ ደግሞ ጭንቅላቱ ስራ ላይ ትኩርት ስለሚሰጥ ብቸኝነቴ የመሰማት እና እኔን የሚረዳኝ ሰው የለም ብሎ የመተከዝ ነገሩን የተወሰነ ቀንሶልኛል ብዬ አምናለሁ። ስራ ላይ ወዬ ማታ ስገባ ደክሞኝ ነው የምገባው እና ለማረፍ ነው የምፈልገው እና ያ ነገር የበለጥ ድድቶኛል። ግን ብቻውን በቂ አይደለም። ትርፍ ግዜዬን እኔን ከሚመስሉ ሰዎች ጋር ለማሳለፍ እሞክራለሁ፤ ባይቀበሉትም ቢያንስ የማያላግጡ አሉ። ኢትዮጵያ ውስጥ ከባህል እና ከሃይማኖት አንጻር መቶ ፕርሰንት ኃጢአት ነው የሚሉ ይበዛሉ ግን ቢያንስ የማያላግጡ አንተ አንቺ እየተባባልን ጓደኝነት መስርተን ጊዜ የምናሳልፋቸው አይነት ልጆች አሉ። ማህበረሰቡ ውስጥ ሆነው ከሚጥላሉት ጋር ራቅ ብዬ ትንሽም ተመሳሳይ ለመኖር እሞክራለሁ። በጣም ጠንካራ ሃይማኖት ካለበት ቤተሰብ ነው የመጣሁት እና ራሴን ሳቀው እንዲህ ነኝ ብዬ ራሴን እስክቀበለው በጣም ተረብሻለሁ። እና ሰዎች በአንድ ግዜ ወደዚህ መንገድ እንዲመጡ አልጠብቅም። ባለው መጠን ግን አጠጋግተሽም ቢሆን ብዙ የማይረብሽ

“
ዞር ዞር የሰው ነገር አስኪገባኝ መጠበቅ የከብኝም ሰውን ከመቀበል። ያ ሰው ይህንን ነገር ወደጄዋክሁ ካክ መብቱ ነው አንደኛዎ ስብሬው መሆን አችካክሁ።

ነገር ካለው ሰው ጋር ግዜ እያሳለፍኩኝ እያባበልኩ ነው የምኖረው።

ንስንስ፡ የወሲብ ዝንባሌሽን እና ይታወቅ ማንነትሽን የምቀበል ሂደቱ እንዴት ነበር?

ቦኒ፡ ያው እኔ የወሲብ ዝንባሌዬን የማደርገው የምገልፀው እንደ ኔይ ነው። ግን በነገራችን ላይ በጣም ፈታኝ ነው እንደነገርኩሽ ፊሚኒን መሆን በራሱ የሚፈጥረው ጫና አለ ግን ተፈላጊ ለመሆን ብዙ ፍላጎት የሌላቸው የወሲብ ድርጊቶች ውስጥ ይገባሉ። እኔ አሁን ስብሚሲቭ የሆነው ነገር ነው የሚያስደስተኝ አንዳንድ ሰዎች ተፈላጊ ለመሆን ሲሉ በእኔ አይነት ሁኔታ ውስጥ እያሉ ግን ደሚናንት ለመሆን ወይም ቶፕ ነው የሚባለው እንደዚህ ለመሆን ጥረት ደርጋሉ። ከዛ ሙሉ ፍላጎተኛ አይሆኑም፤ ያገኙትንም ሰው ወይም አብሯቸው የሚሆነውንም ሰው አስከፍተውት ነው የሚያልፉት፤ እና ይህ ፈታኝ ነው ግን እኔ ራስ ወዳድ ነኝ፤ ደስታዬን እፈልገዋለሁ ከምንም በላይ ከጥላቻው ጋር ወይም

ደግሞ ካለመፈለግ ስሜቱ ጋር ግብግብ መግጠም አልፎልግም። ተሸንፎ ሰዎች ወደሚወዱት ነገር ለመሄድ ብዬ [እራሴ ወደማልወደው ነገር] መሄድ አልፎልግም፤ በዛ መንገድ ራሱን ወይም ሰውን ተስማሚ ሊያረጋቸው ወደሚችለው ነገር ራሴን ለማጠጋጋት ሞክሮ አላውቅም፤ እንደዛ አይነት ተፈጥሮ ስለሌኝ።

ንስንስ፡ ሴክሹዋሊቲን የመቀበል እና ቦዲ ኢሜጅ እንደዚህ በመሆኑ ምንም የገጠመሽ ቀውስ የለም ?

ቦኒ፡ መጀመሪያ ወሲባዊ ማንነቴን ነው የተቀበልኩት። ግንዛቤ ማጣቱ ይመስለኛል፤ መጀመሪያ ኤልጂቢቲኪዩ ነኝ የሚለውን ራሳችን ካሳመንሽው በሁዋላ ነው ቀጣይ ሰውነትሽን ማየት የምትጀምራው። ስለዚህ መጀመሪያ ጌይ መሆኔን ነው የተቀበልኩት ከዛ በሁዋላ ያለውን ነገር ለመቀበል ለኔ ብዙ አላስቸገረኝም ምክንያቱም ዞር ዞር በጣም የተጠላ ነገር ነው። በዚህ ሃገር በሃይማኖቱም በባህሉም ይሄንን ነገር መቀበል የቻለ ሰው፤ ራሱን እኔ እንደዚህ ነኝ እና ፈጣሪን ደሞ አመሰግነዋለሁ እንደዚህ አድርጎ ስለፈጠረኝ ብሎ ከፈጣሪ ጋ ያለውንም ጸብና ግብግብ መፍታት ከቻለ ይሄ የሰውነትን ተፈጥሯዊ እንቅስቃሴዎች እንደ አሳሳቅ የምንላቸው የጾታ አገላለፅን

የሚያጠቃልሉ ነገሮችን ለመቀበል ፈታኝ አይሆንም። ከዛ በሁዋላ የሚቀጥለው ያው አስታርቀሽ ከማህበረሰቡ ጋር ራሳችን ከጥቃት ተከላክለሽ መሄድ ነው ፈታኝ ነገር እንጂ ራሴን መቀበል አልከበደኝም። እንደውም እየቆየሁ ስመጣ ራሴን እየወደድኩት ነው የመጣሁት። ፕራይቪት ፓርቲዎችም ሲኖሩ የማደርጋቸው አለባቸው፤ የምሰካው ጸጉር ምናምንን እየወደድኳቸው መጣሁ እንጂ ብዙ ፈተና አላጋጠመኝም። ወሲባዊ ዝንባሌሽን ስትቀበይ የጾታ አገላለፅሽን እና ማንነትሽን የመቀበልን ጉዞ እያቀለለው ነው የመጣው።

ንስንስ፡ መጨመር የምትፈልገው ሃሳብ አለ?

ቦኒ፡ እንደሃሳብ መጨመር የምፈልገው ነገር እዚህ [ህይወት] ውስጥ እስካለን ድረስ የኢትዮጵያውያን ኤልጂቢቲኪው ማህበረሰብ ከተለምዶ ለየት ያሉ ነገሮችን ለመቀበል መጣር አለብን ብዬ አስባለሁ። በዚ ነገር ዙሪያ ግንዛቤ ቢፈጠር ደስ ይለኛል። እዚህ ውስጥም ሆኖ በሃይማኖት የሚከፋፈል አለ። እኔ ትግሬ ነኝ፤ እኔ አሮሞ አማራ እያለ በብሄር የሚከፋፈል እና ግሩፕ ፈጥረው የሚቀመጡ አሉ። ግን ማሰብ ያለብን ነገር ማንኛቸውም ከኤልጂቢቲኪው ማህበረሰባችን ውጪ

ያሉ ሰዎች የእኛን ትክክለኛ ማንነታችን ማለት ባይ፣ ትራንስ፣ ሌዝቢያን፣ ጌይ መሆናችን ቢታወቅ ማንም ብሄራን ብሎ የሚከላከልን ሰው የለም። በእርግጠኝነት አብዛኛው እኛን ለመውገር የሚነሳ ነው፤ ስለዚህ መከፋፈል አያስፈልግም። ከዛ በተረፈ ደግሞ ሰዎች ምንም አይነት የራስ አገላለፅ ሊኖራቸው ይችላል። እኔ አሁን የምወዳቸው ጌይ እና ሌዝቢያን ጓደኞች አሉኝ። ለእኔ ለወሲብ አይጋብዙኝም፤ ሴታሴት የሆኑ ሌዝቢኖች አሉ ጓደኞቼም ናቸው አኩብራቸዋለሁ። ያ ሰው ለእኔ ስሜት አልሰጠኝም ማለት ለማጥቃት መነሳት አለብኝ ማለት አይደለም። ለእኔ ለወሲብ እንደምትሰበኝ ሆነህ ለምን አልቀረብክም በሚል ብቻ ያንን ሰው ማንጓጠጥ አያስፈልግም። ሁሉም ሰው እኔ እንደምወድው መሆን አለበት ብዬ አላሰብም። እኔ ለምሳሌ ማስኩሊን የሆኑ ወንዶችን ነው የምፈልገው። የሚሰቡኝ ማስኩሊን አልፋ የሆኑ ናቸው ያ ማለት ግን ሴታሴት የሆኑ ወንዶችን፣ ትራንስጎችን ወይም ሌዝቢያኖችን ማጥቃት አለብኝ ማለት አይደለም። ከጥንቃቄ ጋር መቀበልና በፍቅር መኖር የሚባለው ነገር ያስፈልጋል። ያው የምንኖርበት ማህበረሰብ አጥቂ ነው እናም ኢትዮጵያ ውስጥ የጅምላ ፍርድ አለ፤ ያ የጅምላ ፍርድ ጠቦ ጠቦ እዚህ እኛም ማህበረሰብ ጋር መጥቷል። በጣም በሚገርም ሁኔታ እኔ አሁን ጌይ ጓደኞቼ ሌዝቢኖች ቆይ እንዴት ነው፤ የእነሱ ነገር ትርጉም አይሰጠንም የሚሉ አሉ። አንተስ አናል ሴክስ ማድረግ እንዴት ይገባሃል? ብዬ ነው እራሱን እንዲፈትሽ የማደርገው። በነገራችን ላይ ከአጥራችን ውጪ ስናየው እኮ የማንኛችንም እንቅስቃሴ ትርጉም አይሰጥም፤ እንደሃጥያት ነው አይተው የሚሰድቡን። ዞር ዞር የሰው ነገር እስኪገባኝ መጠበቅ የለብኝም ሰውን ለመቀበል። ያ ሰው ይሄንን ነገር ወድጄዋለሁ ካለ መብቱ ነው እንደጓደኛ አብሬው መሆን እችላለሁ። መከፋፈሉ ትልቅ ችግር ነው የሆነው ብዬ አስባለሁ። ሰዎችም ራሱን ማጥፋት ላይ የሚደርሱት በዚህ ምክንያት ይመስለኛል።



ስለሰውነቴ ደስታ የሚሰጠኝ ምንድነው?

ሃያት

ከቦርጩ ጋር መጫወት ደስ ይለኛል። ለሰላሳ እና ክብ ነው ፤ ልክ እንደ ምጫወቻ ሊጥ። በተለይ ብዙ ምግብ ከበላሁ በኋላ። ሆዴን አቅፌ ስለምተኛ አንድ ጊዜ እናቴ ነፍሰ ጡር ነኝ ብላ አስባ ነበር። አነስ ያለም ስለሆነም ጠበቅ ያለ ልብስ ስለብስ ወደውስጥ መሳብ እችላለሁ።

ዮዴ

ጡቶቼ የበለጠ ደስታን ይሰጡኛል! በእጆቼ ስነካቸው በጣም ለሰላሳ ናቸው፤ በመስታወት ስመለከታቸውም በጣም ወዳቸዋለሁ። በዛላይ አሪፍ የወሲብ ስሜት ቀስቃሽ እና የወሲብ ደስታን ጥንካሬ ለመጨመር አሪፍ መንገድ ነው።

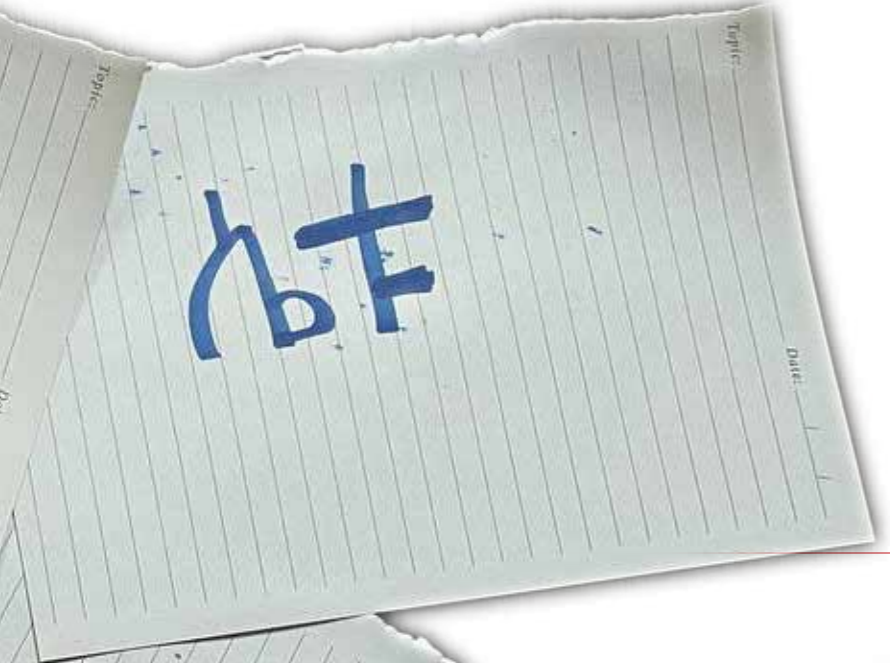
አቢሲኒያ

እኔ እራሴን በአጠቃላይ እንደ ቆንጆ ሰው እመለከተዋለሁ ግን ወደ ዝርዝሮች ውስጥ ለመግባት በአካል ምንም ሳልነካ በእነሱ አማካኝነት ሁሉንም ነገር መቃኘት ስለምቸል ዓይኖቼን እወዳቸዋለሁ። በተጨማሪም የምፈልጋቸውን ሰዎች አይን ስመለከት በጣም አማላይ መልክ እንዳለኝም ተነግሮኛል።

ጥርሶቼን እና በአጠቃላይ ፈገግታዬን እወደዋለሁ። ለምን እንደሆነ ሙሉ በሙሉ እርግጠኛ ባልሆንም ስስቅ ስሜቴን በሙሉ ይበራል እና የሚሰማኝን ደስታ ያስታውሰኛል። በዛላይ የጥርሶቼ ውብ አደራደር በደምብ እንድስቅ በራስ መተማመን ይሰጠኛል።

ቂጤን እና ጡቶቼን እወዳቸዋለሁ ምክንያቱም ለእኔ ተስማሚ መጠን እና ቅርፅ ስለሆኑ ለእኔ በሚሰጠው መልኩ መልበስ እንድቸል ያደርገኛል።

ሰውነቴን ከላይ እስከታች እወዳለሁ ፤ ከቆዳዬ ልሰላሴ ጀምሮ እስከ እያንዳንዱ የነብር ግርፋት ድረስ ምክኛቱም በሁሉም የህይወት ክፍሎቿ እያደገች እና እያንፀባራቀጭ ያለች ሴት ስለምያስመስለኝ ነው። በዛላይ የፍቅር ጓደኛዬ ሙሉ ሰውነቴን በፍቅር ስለምትዳብሰኝ የተሻለ ሰውነቴን እንድወደው ያደርገኛል።





ሰነ - ዳታን በሌሎችን መንገድ መቀበል

“የሰውነቴ ቅርጽ እንዳይታይ ከማደርጋቸው ሰፋፊ ጅንሰት ውስጥ ጥብቅ ታይቶችን እሉብስ ነበር። ባንዳና፣ ፋሻ፣ ኩርሲ ከመሳሰሉ ጨርቆች የራሴን የጡት መወጠሪያዎችም እሰራ ነበር። ኩርሲውን እገለብጠውና ጭንቅላቴን የሚያስገባ ቀዳዳ አበጅቼለት እንደ ቲሸርት እሉብሰው ነበር። በጣም ጠንካራ ከሆነ ጨርቅ ስለሆነ የሚሰራው ሁሉንም ነገር ጥብቅ አድርጎ ይይዝልኝ ነበር።” ብለው ሜላት የወጣትነት ገጠመኛቸውን ያስታውሳሉ።

“እሳቸው” የሚለውን ተውላጠ ስም የሚመርጡት ሜላት በወጣትነት ዘመናቸው የስርዓተ ስታ አለመጣጣም ኢጋጥሚቸዋል። የስርዓተ ስታ አለመጣጣም (Gender dysphoria) ማለት በአሁኑ ጊዜ የሚሰማን የስታዊ ማንነት እና ስንወለድ በተሰጠን ስታ መካከል አለመጣጣም ወይም መለያየት ስሜት ተብሎ ይገለጻል።

ሜላት ከልጅነታቸው ጀምሮ እንደ ሴት ብቻ ሳይሆን ወንድ እና ሴት መሃል (androgynous) ሆነው መቅረብ ስለፈለጉ የሰውነታቸውን ቅርፅ “መደበኛ” እንደሚያስፈልጋቸው የተሰማቸውን ስሜት ገልጸዋል። ይህ የአመጋገብ መዛባትን ጨምሮ ብዙ የሰውነት እይታ ችግሮችን አስከትሏል።

“የስታዊ እና ወሲባዊ ማንነቴን በተመለከተ ከብዙ ሰውነት እይታ ችግሮች ጋር ታግያለሁ” ብለዋል። “የስታ ማንነቴን ማግኘት በራሱ እራሱን የቻለ ጥያቄ ነበር። እናም እሱን መጠየቅ ስጀምር የስርዓተ ስታ አለመጣጣም አጋጠመኝ። ጡቶቼ እና ቂጤ እንዲታይ አልፈልግም ነበር።”

ጥናቶች እንደሚያሳዩት በLGBTQ+ ማህበረሰብ ውስጥ ያሉ ሰዎች ከሰውነቶቻቸው ጋር ልዩ እና ውስብስብ ግንኙነቶችን ይጋፈጣሉ። የስታ ሁለትዮሽን የማይቀበሉ (non-binary) እና ትራንስ ሰዎች በተለይ ከሌሎች የበለጠ በሰውነት ደስታ ማጣት ያጋጥማቸዋል። የማንነት አገላለጽ እና አቀራረባቸውን እንዲጠራጠሩም ይደረጋሉ።



የስታ ማንነቴን ማግኘት በራሱ እራሱን የቻለ ጥያቄ ነበር። እናም እሱን መጠየቅ ስጀምር የስርዓተ ስታ አለመጣጣም አጋጠመኝ። ጡቶቼ እና ቂጤ እንዲታይ አልፈልግም ነበር።

ሜላት

እሳቸው ወይም እሷ የሚሉትን ተውላጠ ስም የሚመርጡት በኒ የስታ ታሪካቸው አስቸጋሪ እንዲሆን ያደረገው ህብረተሰቡ በሚጠብቀው መልኩ እራሳቸውን ማቅረብ ስላልቻሉ እንደሆነ ይገልጻሉ።

“ሰውነቴ የወንድ ቢሆንም ባህሪዬ እና አኳኋኔ ከሴት ጋር ይመሳሰላል፤ ሌሎች ወንዶች የሚወዷቸው ነገሮች አያስደስቱኝም” ብለዋል ቦኒ። “በአንደኛ እና ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት እያለሁ ብዙ ጥላቻ እና ማገታብር አጋጥሞኝ ስለነበር በጣም ይጨንቀኝ ነበር፤ እናም አንዳንድ ጊዜ ትምህርት ቤት መሄድ እንኳን አልፈልግም ነበር።”

እ.ኤ.አ. በ2016 ኢትዮጵያ ውስጥ የተደረገ የማህበረሰብ አቀፍ ጥናት “LGBTI ሰዎች ከፍተኛ የአዕምሮ ጤና ችግር፣ ጥቃት እና የጤና አገልግሎት ለማግኘት እንቅፋት እንደሚያጋጥማቸው ይታያል” ብሏል።

እንደ ጥናቱ ከሆነ ሌዝቢያን፣ ጌይ፣ ባይሴክሹዋል፣ ትራንስጅንደር ወይም ስታዊ ልዩ (gender diverse) የሆኑ ወይም መሆናቸው የሚያስታውቁ ሰዎች ጤና ላይ ጭፍን ጥላቻ ፣ መገለል እና መድልዎ የሚያስከትለውን ሰፊ አሉታዊ መዘዞች ግንዛቤ እያደገ መጥቷል።

የኢትዮጵያ ህብረተሰብ የሚቀበለውን የስታ ማንነት እና አገላለፅ እንዲከተሉ በመገደዳቸው ምክንያት ቦኒ ቀለል ያለ የመንፈስ ጭንቀት ይዟቸው ነበር። ከአለባበሳቸው ጀምሮ፣ ሳቅ እና ንዴትን አገላለጹን ጨምሮ ስታዊ ማንነታቸውን በፈለጉበት መንገድ መግለጽ አለመቻላቸው በአእምሮ ጤንነታቸው ላይ አሉታዊ ተጽእኖ አሳድሯል። እርዳታ ለመጠየቅ ማንንም መቅረብ አለመቻላቸው የአእምሮ ጤና ጉዳያቸውን አባብሶታል። ትምህርታቸውን ጨርሰው ወደ ሥራ ከገቡ በኋላ ነበር ያለማቋረጥ የሚደርስባቸውን ጫና በተሻለ መንገድ መቋቋም የቻሉት።

“በእኔ ላይ ከፍተኛ ስነ-ልቦናቅደ ተፅእኖ አለው። እራሱን መሆን የማይችል

ሰው መደበቂያ ቦታ ይፈልጋል ምክንያቱም እራሱን የሚያገኘው ብቻውን ሲሆን ብቻ ነው። ብቻችንን ብዙ ጊዜ ባጠፋን ቁጥር ከሰዎች ጋር የመገናኘት እድሉን እየቀነሰ ይሄዳል፤ ይህም ወደ ብቸኝነት ይመራል።

“ይህ መስተጋብር አለመኖር ወደ ድብርት፣ የአደንዛዥ እፅ አላግባብ መጠቀምን እና ሱሰኝነትን ያስከትላል። ብዙ ጊዜ ባይሆንም የመንፈስ ጭንቀት የሚሰማኝ ጊዜ አለ፤ እናም እንዲሻሻኝ በተቻለኝ አቅም አጥራለሁ።” ሲሉ ቦኒ ተናግረዋል።

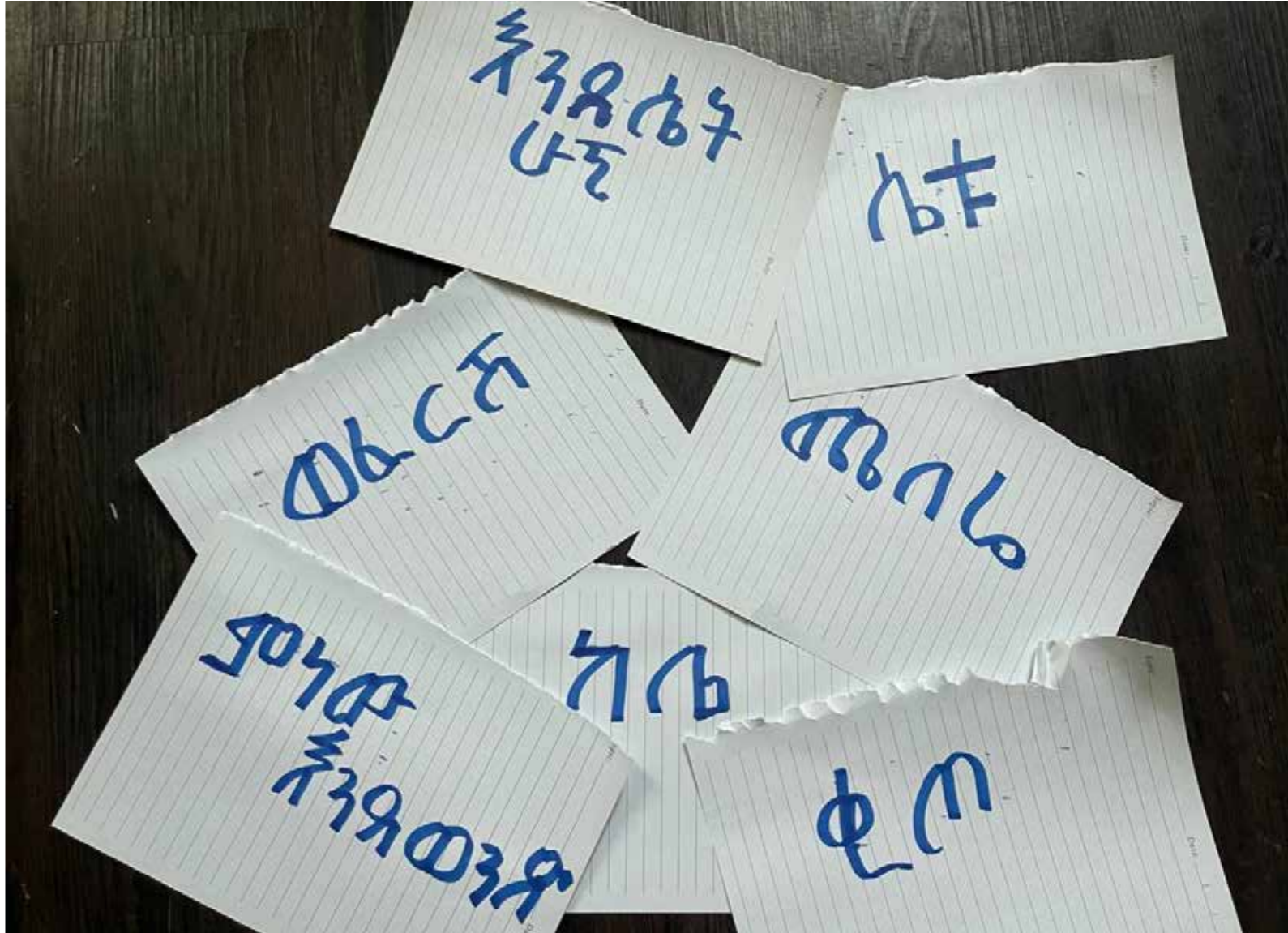
ሜላት እንደ ቡሊሚያ እና አኖሬክሲያ ያሉ የአመጋገብ መዛባት ችግሮች ቢያጋጥሟቸውም የባለሙያ እርዳታ አልጠየቁም እንዲሁም ለቤተሰባቸው አልተናገሩም። በስታዊ ማንነታቸው እና አገላለጻቸው ዙሪያ የነበራቸውን ጥያቄዎች ለመመለስ

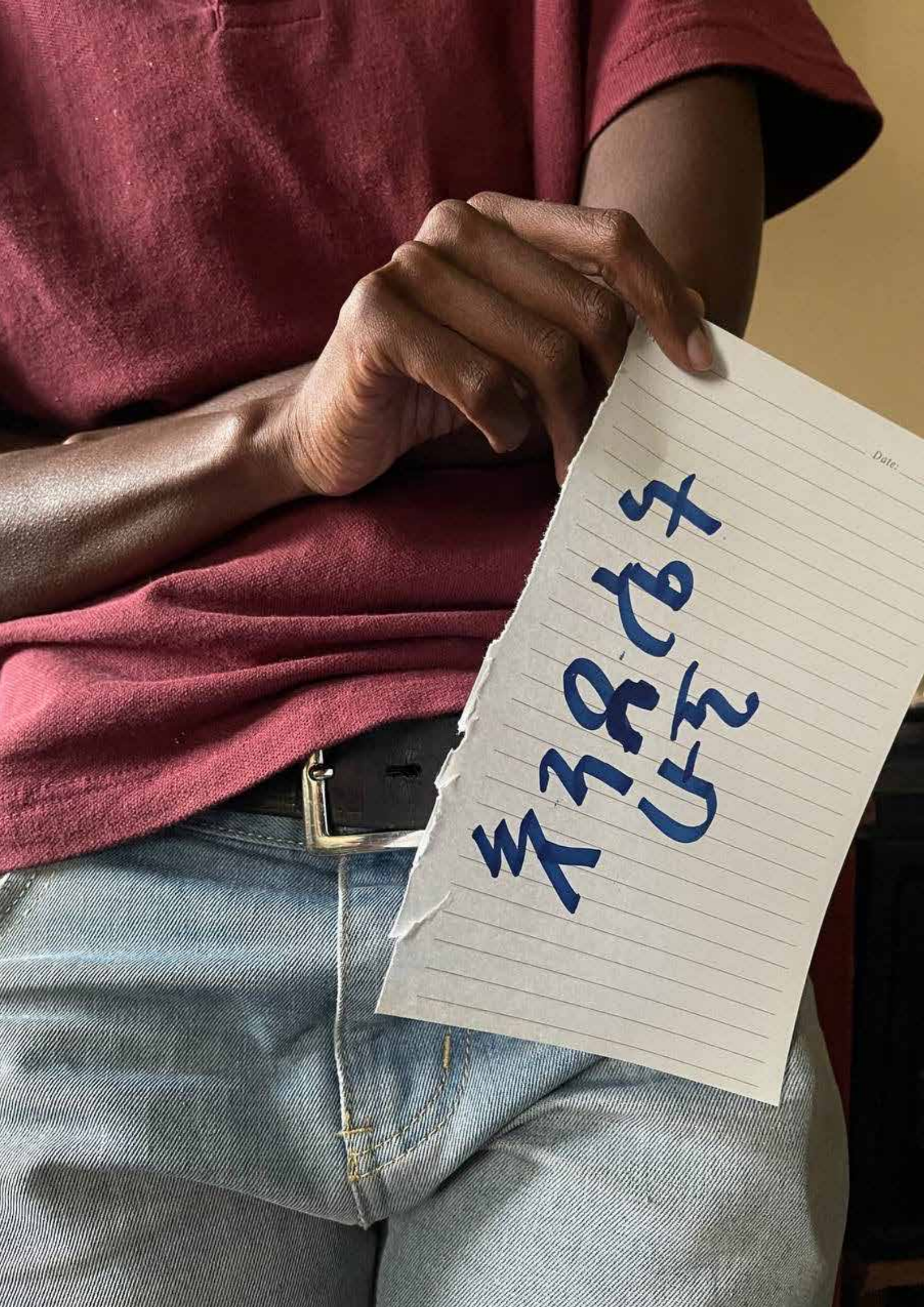
ወደውስጣቸው መመልከት ነበረባቸው። ሜላት ያጋጠማቸውን የስርዓተ ስታ አለመጣጣም ለመቋቋም የተለያዩ ዘዴዎችን በመጠቀም “ሴት” ላለመምሰል ሞክረዋል። የተጠቀሙባቸው ቤት ውስጥ የተሰሩ ሰውነታቸውን መወጠሪያ ልብሶች ምሽት መንሳት ብቻ ሳይሆን ጤናቸውን እና የህይወት ጥራታቸውን የሚጎዱ እውነተኛ መዘዞች ህይወታቸው ላይ አስከትለዋል። የሚለብሷቸው የጡት መወጠሪያዎች በጣም ከመጥበቃቸው የተነሳ እራሳቸውን እስከመሳት በመድረሳቸው እሱን ለማውለቅ አቅራቢያ ወዳለ መጸዳጃ ቤት መሮጥ ይኖርባቸው ነበር። እሱን ሲያወልቁት ደግሞ የሚሰማቸው የስርዓተ ስታ አለመጣጣም ስሜት ተመልሶ የመጣል። ስታዊ ማንነታቸውን ከማረጋገጥ እና ከአካላዊ ጤንነታቸው መካከል በተደጋጋሚ ለመምረጥ መገደዳቸው ለሜላት በጣም



ከኔ የሚመቸኝን የጾታ ማንነት በማግኘቴ ወንድወንድ ከመምሰኔ ጡት መወጠሪያ መጠቀም ሆነ የሰውነቴን ቅርፅ መሸፈን አያስፈልገኝም።

ሜላት





አጣብቂኝ የሆነ ሁኔታ ነበር።

በኒ አክለውም እንደተናገሩት በህብረተሰቡ ተቀባይነት ያላቸውን የጾታ መግለጫዎችን እና ማንነቶችን እንዲቀበሉ የሚመጣው ጫና አንዳንዴ ከተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪው ማህበረሰብ ነው፤ ይህም መጽናናትን እና አስተማማኝ ቦታ ማግኘትን በጣም አስቸጋሪ ያደርገዋል።

“መጀመሪያ ሰሞን ተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ ሰዎች በተሰበሰቡበት ቦታዎች ላይ ስሄድ “አንቺ” ብለው ይጠሩኝ ነበር፤ ይህም እንደ ኃጢአት ሆኖ ስለሚታየኝ ምቹት ይነሳኝ ነበር። በዚህ ተውላጠ ስም መጠራትን ለመልመድ የተወሰነ ጊዜ ወስዶብኛል። አሁን ግን እንዲያውም እንደዛ መጠራትን ነው ደስ የሚለኝ” ብለዋል ቦኒ።

በኒ ያንን ተውላጠ ስም ቢወዱትም የመረጡት ነገር አልነበረም። ይህ ተውላጠ ስም ለቦኒ የተመረጠላቸው አሳቸው የሚመርጡት ተውላጠ ስም ላይ ያተኮረ ንግግርን ተመርኩዞ ሳይሆን በተለምዶ የተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪው ማህበረሰብ የቦኒን ጾታዊ ማንነት እንደ “ሴት” አድርጎ በመረዳቱ ምክንያት ነው። ይህም በአንደኛ እና ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት እያሉ ተማሪዎች እየተከተሏቸው እና ወደላቸው እየጠቆሙ “ሴት፣ ሴት” እያሉ ማሸፋቸውን ያስታውሳቸው ነበር።

በኒ እንዳሉት በተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ ማህበረሰቡ ውስጥ ካላቸው ሌሎች ተሞክሮዎች መካከል ከወሲብ ጋር የተያያዙ የሚጠበቁባቸው ነገሮች ይካተታሉ። “በተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ ማህበረሰብ ውስጥ ያሉ ሴታዊ አቀራረብ ያላቸው ሰዎች የማይፈልጉትን ወሲባዊ ድርጊቶች እንዲፈፀሙባቸው ይገደዳሉ ምክንያቶቹም ከወሲባዊ አጋሮቻቸው የሚመጣው ጫና እና ተፈላጊነት እንዲሰማቸው ሲሉ የሚያደርጉት ጥረት ናቸው። እነዚህ ከማህበረሰቡ የሚጠበቁ ነገሮች አንዳንዶች ከማንነታቸው ጋር የማይሄድ ኑሮ እንዲኖሩ ስለሚያስገድዷቸው በአእምሮ

ጤንነታቸው ላይ አሉታዊ ተጽእኖ እንዲፈጠር ያደርጋሉ” ብለዋል። እነዚህ ተፈታታኝ ሁኔታዎች ቢኖሩም እራሳቸውን የመቀበል መንገድ የቀለላቸው የወሲባዊ ማንነታቸውን ከተቀበሉ በኋላ ነበር። እንደ ተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ እራሳቸውን መግለጽ ጾታዊ ማንነታቸውን እና አቀራረባቸውን በመቀበል እራሳቸው በፈጠሯቸው ሰላማዊ ቦታዎች ላይ የበለጠ ግልጽነት ባለው መልኩ ሕይወታቸውን እንዲኖሩ ጥንካሬን ሰጧቸዋል።

“እራሴን ከተቀበልኩ በኋላ (በወሲባዊ ማንነት አንጻር) በግል ድግሶች ላይ እንደፈለኩ መልበስ እና ዊግ ማድረግ ጀመርኩ፤ እራሴን መውደድም ጀመርኩ” ብለዋል ቦኒ።

ራሳቸውን በመቀበል ረገድ ማላትም ተመሳሳይ ተሞክሮ አጋጥሟቸዋል። ለራሳቸው እና በጾታዊ ማንነታቸው ትክክለኛ ሆኖ ለተሰማቸው አቀራረብ ቦታ መስጠት ከጀመሩ በኋላ ነው በስተመጨረሻ እራሳቸውን መቀበል የቻሉት። እራሳቸውን መቀበላቸው የሰውነታቸው ቅርፅ የቸግሮ መንስኤ እንዳይሆን አድርጎታል።

“በአሁኑ ጊዜ ኩዊር እና የጾታን ሁለትዮሽ የማልቀበል ሰው ነኝ። ለኔ የሚመቻኝን የጾታ ማንነት በማግኘቴ ወንዳወንድ ለመምሰል ጡት መወጠሪያ መጠቀም ሆነ የሰውነቴን ቅርፅ መሸፈን አያስፈልገኝም። አብዛኛውን ጊዜ ወንድ እና ሴት መሃል አቀራረብ ሲሆን ያለኝ የጾታን ሁለትዮሽ ስለማልቀበል እንደቀኑ ወጫዊ አቀራረቤ ሊቀያየር ይችላል።”

“እራሳችንን ለመጀመሪያ ጊዜ ሙሉ በሙሉ ከመቀበል ጋር አብሮ የሚመጣ ነፃነት አለ። የተለየ ወኔ ነው የሚሰማን፤ እናም ወደጣሪያ ላይ ሮጠን ወጥተን “ተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ ነኝ!!!” ብለን መጮህ ነው የምንፈልገው። ይህ ማንነቴ መሆኑ ሲገባኝ እራሴን እንድሆን እና እንድኮራ በራስ መተማመንን ሰጠኝ። “ምን አባቱ ይመጣል” እያልኩኝ ህይወቴንም መኖር ጀመርኩ።

“አራሴን ከተቀበልኩ በኋላ (በወሲባዊ ማንነት አንጻር) በግል ድግሶች ላይ እንደፈለኩ መልበስ እና ዊግ ማድረግ ጀመርኩ፤ እራሴን መውደድም ጀመርኩ” ብለዋል ቦኒ።

ቦኒ

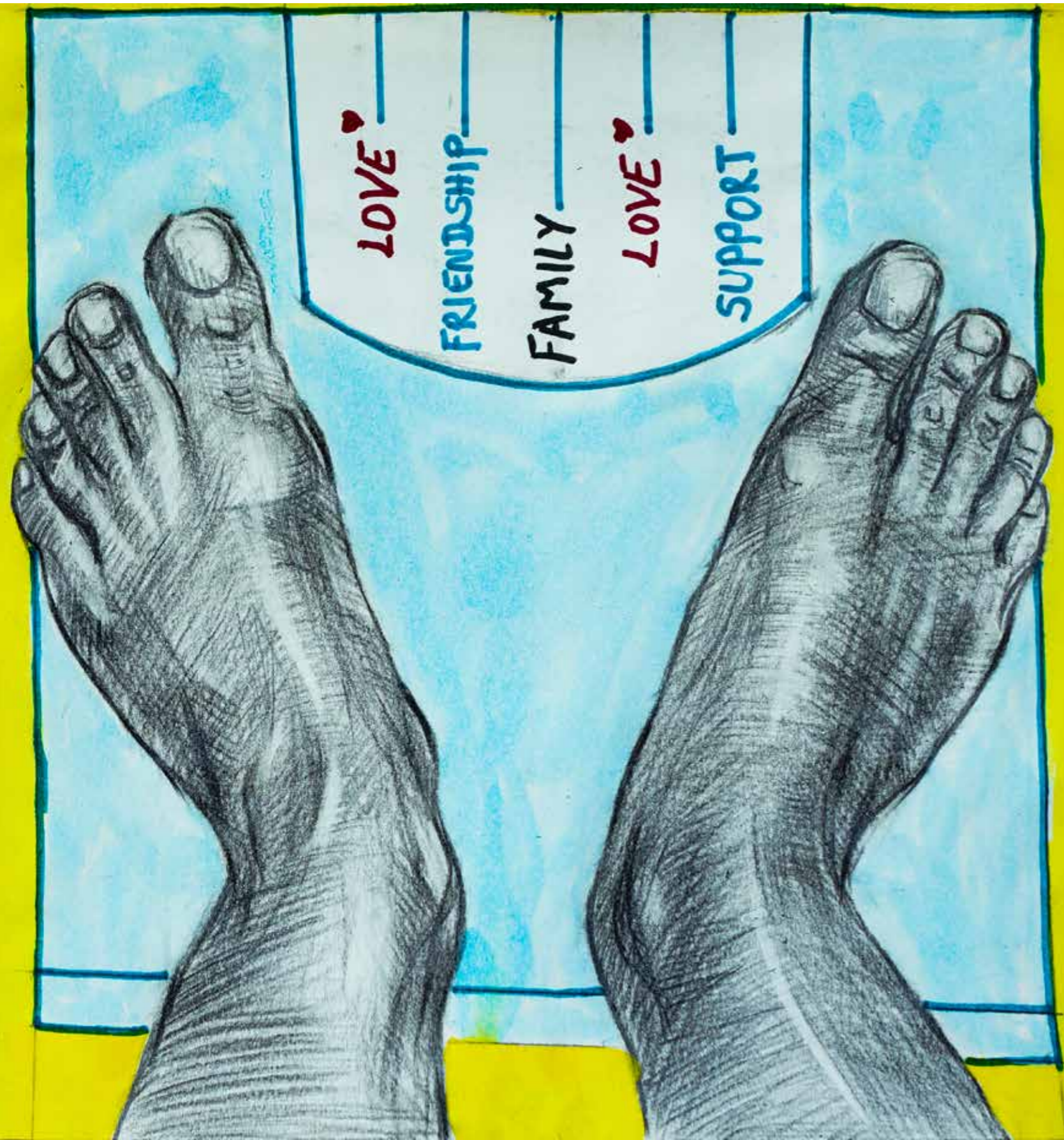
ደብዳቤ ሰወጣት ክራሴ



“ብቻሽን
ብታሆኒም
ብቸኛ
ክጠነብርሽም።”

ማሸነፍ

የክመጋገብ መዘገብ ችግር ከና በራሳችን ሰውነት ላይ ያሉ ክብታዊ ክስተቶች



ይህ ሁሉ ከመጀመሩ በፊት ከደብርት ፣ ከጭንቀት ከና በራስ የመተማመን ችግሮች ጋር ከየተገጠኑ ነበር። በተስፋ ያታወቁ ከና ወሲባዊ ማንነቴን መጠየቅ ስጀምር ከሰውነቴ ገጽታ ጋር የተያያዙ ችግሮችን ማየት ጀመርኩ።

ከቤተሰቦቼ ጋር ስለነዚህ ነገሮች በይፋ ስላልተነጋገርኩኝ በምርመራ አላረጋገጥኩም። የአእምሮ ጤና ባለሙያም አላማከርኩም ነገር ግን ከአራሴ ተሞክሮ እና ባደረኩት ጥናት ከአኖሬክሲያ እና ቡሊሚያ (የአመጋገብ መዛባት) ጋር እንደታገልኩ እገምታለሁ፤ ከአኖሬክሲያው የበለጠ ቡሊሚያው። የምችለውን ያህል ላለሙበላት እና የምግብ ፍላጎቴን ለመግታት መንገዶችን እፈልግ ነበር። ጥያቄዎች ሲነሱ የቻልኩትን ያህል ምግብ እንደምበላ አስመስልና ወይም ትንሽ እበላና ከዚያም መፀዳጃ ቤት ገብቼ አስወጣዋለሁ (ማለትም ከበላሁ በኋላ በግዴታ እንዲያስመልሰኝ ማድረግ)። የማደርገውም ቀለል ያለ ስሜት እንዲሰማኝ እና እንዳልወፍር ነው።

ይህ ሁሉ ከመጀመሩ በፊት ከድብርት ፣ ከጭንቀት እና በራስ የመተማመን ችግሮች ጋር እየታገልኩ ነበር። በተለይ የታዊ እና ወሲባዊ ማንነቴን መጠየቅ ስጀምር ከሰውነቴ ገጽታ ጋር የተያያዙ ችግሮችን ማየት ጀመርኩ። መፍትሄው ፍጹም መሆን ነው ብዬ ባሰብኩበት ጊዜ እራሴ ላይ ጨክኜ ነበር፤ በዛን ጊዜ ለኔ ፍጹም ማለት ቀጭን እና ለአይን ቀለል ያለ ሞሆን ነበር። መከላከትም የፈለኩት ቁጥ እንዳይኖረኝ እና ጡቶቼ እንዳይታዩ ስለምፈልግ ነበር። ወንድም ሴትም ሳይሆን መሃከለኛ ሆኜ መቅረብ እፈልግ ነበር፤ ልብስ ስለብስ ያለእብጠቶች እና ኩርባዎች ቀጥ ብሎ እንዲወርድ ነበር የምፈልገው። በራሴ እና በቁመናዬ ስለተጸየፍኩኝ ሰፋፊ ልብሶችን መልበስ ጀመርኩ።

ወሲባዊ ማንነቴን መጠየቅ የጀመርኩበት ወቅትም ነበር። ከወንዶች ጋር እየተወዛገብኩ እና ከሴቶች ጋር መሆንን ገና እየጀመርኩ ስለነበር ይህ ጊዜ ለእኔ በጣም ግራ የሚያጋባ ነበር። ከወንዶች ጋር ስሆን እራሴን ሴታሴት፣ ለሰላሳ፣ ቀጭን እና ቀለል ያለ ለማድረግ እሞክር ነበር ምክኒያቱም እንዚህን ባህሪያት ይፈልጓቸዋል ብዬ ማሰቤ ነበር፤ ከሴቶች ጋር ስሆን ደግሞ እራሴን ፈታ



አንደበካሁ ከማስመሰኔ አሞክራክህ ወይም ትንሽ ትንሽ አበካካሁ ግን ትንሽ አንደጎረሰኩኝ ይዘጋጃል። ወደፊት የሚቀከሽሽ አና የኅብደት ሰሜት ስከሚሰማኝ ወደ መጸዳጃ ቤት ሄጄ ለማውጣት መንገድ አገኝ ነበር። ከዚያ የተረፈው ነበር ቀኑን ሙሉ የሚያቆዩኝ። በህይወቴ ውስጥ ብዙ ሰዎች አስተውለዋል ብዬ አስባለሁ ነገር ግን ይህ ህክምና የሚያስፈልገው ችግር እንደሆነ ግንዛቤ አልነበራቸውም። እኔ ለራሴ እንኳን አልተገነዘብኩም ነበር እና ራሴ ያልገባኝን ነገር እንዲረዱኝ አልጠበኩም። ቤተሰቦቼ የምግብ ፍላጎት የላትም ብለው ነበር የሚያስቡት። ለምን እንደማልበላ እና ጤናማ እንዳልሆነም በጭቅጨቃ ይነግሩኛል። አንዳንዴም ምን ሙብላት እንደምፈልግ ጠይቀውኝ “ረሳ!” ስላቸው ይደሰታሉ ግን ትንሽ እበላና እሱንም አስወጣዋለሁ። ጓደኞቼም አንዳንድ ጊዜ በአዎንታዊ ድምጽ “አ! በጣም ቀጭን ሆነሻል!” ይሉኝ ነበር። በእውነቱ ያንን ስሰማ ደስ ይለኛል። አንዳንዶች ምናልባት ማጨስ ስላበዛሁ ሊሆን ይችላል ብለው ገምተው እሱን እንድቀንስ ይመክሩኝ ነበር።

የለ እና ወንዳወንድ ማድረግ እፈልግ ስለነበር ብዙ ግራ መጋባት ነበረበት። እዚህ ላይ ነው የሚዲያ ተጽዕኖ የሚታየው። በአብዛኛው የምናያቸው ፊልሞች እና ቪዲዮዎች ውስጥ ያሉት ወንዳወንድ

ሌዝቢያኖች ረጅም፣ ቀጭን እና ማራኪ ናቸው። እኔም እንደዚያ መሆን እፈልግ ነበር። እነዚህ ሁሉ አስተሳሰቦች እና ስሜቶች እርስ በርሳቸው እየተላተሙ ነገሮችን የበለጠ ከባድ እንዲሆኑብኝ አደረጉት።

ቀድሞውንም የጠዋት ሰው ስላልነበርኩ ቁርስ መዝለል ቀላል ነበር፤ ከሲጋራ ጋር ሻይ/ቡና ብቻ እጠጣለሁ። የምግብ ፍላጎቴን ለመቆጣጠር እንዲረዳኝ ብዙ ሲጋራ አጨስ ነበር። በተጨማሪም የምግብ ፍላጎትን እና ማቅለሽለሽን እንደ የጎንዮሽ ጉዳት ያለውን የመድኃኒት ኪኒን እወስድ ነበር። እውነት ለመናገር በአብዛኛው ረሃብ አይሰማኝም፤ ሳልበላ ከቆየሁ ግን በጣም ድካም ይሰማኛል። በጣም ከከበደኝ ትንሽ ኦቾሎኒ ወይም ሳንቸፕስ እበላለሁ። ምሳ በጣም አስቸጋሪው ነገር ነበር ምክንያቱም ሁሉም ሰው ከእነሱ ጋር እንድመገብ ይጠብቃል። እንደበላሁ ለማስመሰል እሞክራለሁ ወይም ትንሽ ትንሽ እበላለሁ ግን ትንሽ እንደጎረሰኩኝ ይዘጋጃል። ወድያው የማቅለሽለሽ እና የከብደት ስሜት ስለሚሰማኝ ወደ መጸዳጃ ቤት ሄጄ ለማውጣት መንገድ አገኝ ነበር። ከዚያ የተረፈው ነበር ቀኑን ሙሉ የሚያቆዩኝ።

በህይወቴ ውስጥ ብዙ ሰዎች አስተውለዋል ብዬ አስባለሁ ነገር ግን ይህ ህክምና የሚያስፈልገው ችግር እንደሆነ ግንዛቤ አልነበራቸውም። እኔ ለራሴ እንኳን አልተገነዘብኩም ነበር እና ራሴ ያልገባኝን ነገር እንዲረዱኝ አልጠበኩም። ቤተሰቦቼ የምግብ ፍላጎት የላትም ብለው ነበር የሚያስቡት። ለምን እንደማልበላ እና ጤናማ እንዳልሆነም በጭቅጨቃ ይነግሩኛል። አንዳንዴም ምን ሙብላት እንደምፈልግ ጠይቀውኝ “ረሳ!” ስላቸው ይደሰታሉ ግን ትንሽ እበላና እሱንም አስወጣዋለሁ። ጓደኞቼም አንዳንድ ጊዜ በአዎንታዊ ድምጽ “አ! በጣም ቀጭን ሆነሻል!” ይሉኝ ነበር። በእውነቱ ያንን ስሰማ ደስ ይለኛል። አንዳንዶች ምናልባት ማጨስ ስላበዛሁ ሊሆን ይችላል ብለው ገምተው እሱን እንድቀንስ ይመክሩኝ ነበር።

በአጠቃላይ ግን በእነሱ በኩል ብዙ ግንዛቤ አልነበረም። እንደ እኔ እንደማስበው እንደ ባህል ነገሮችን በትክክል ለመረዳት ጥረት አናደርግም። ስለዚህ ህክምና ሆነ የአእምሮ ጤንነት ክትትል አላገኘሁበትም።

ከአመጋገብ መዛባት ጋር ያለኝ ትግል ከመጀመሩ በፊት በአማካይ ከ55-58 ኪሎ ግራም ነበርኩ። በመጀመሪያው ሶስት ወር ጊዜ ውስጥ ወደ 10 ኪሎግራም ቀነሰኩ፤ ከዚያም ተጨማሪ 5 ኪሎግራም በሚቀጥሉት ወራት ዉጥ ቀንሼ ወደ 30-ምናምን ኪሎግራም እስከሆን ድረስ ከስቼ ነበር። ያኔ ነገሮች በጣም ከብደውብኝ ነበር። ምንም ነገር ለመስራት ጉልበት አልነበረኝም ፤ ቀኑን ሙሉ አልጋ ላይ ተኝቼ ነበር የምውለው። ይህንን ጊዜ ማሳለፍ የቻልኩትም በዚህ ምክንያት ይመስለኛል። በተጨማሪም በቀላሉ እታመም ነበር፤ ቀለል ያለ ጉንፋን ለሁለት ሳምንታት ከጥቅም ዉጪ ያደርገኝ ነበር። ብቻ በጣም ያስፈራ ነበር። ስለ ሰውነቴ ጥሩ ስሜት እንዲሰማኝ ማድረግ የምችለው አንድ ነገር ሰውነቴን እየጎዳው ነው። በውጫዊ ገጽታ ላይ አሉ ብዬ የማስባቸውን ጉድለቶች እንዳይብሱ ብዬ መቸገሩን ለመቀጠል ወስኜ ነበር። በዚያን ጊዜ ለእኔ ከሁለቱ ችግሮች የተሻለ መስሎ ስለታየን ለመቀጠል ራሴን አስገድጄ ነበር። ብቻ ባጠቃላይ በጣም ከባድ ጊዜ ነበር።

አሁን ያስቀኛል ግን ለእኔ ነገሮች እንዲለወጡ ይደረገው ኮሌጅ ውስጥ እያለሁ ከቅርብ ጓደኛዬ የያዘኝ ፍቅር ነበር። ነገሮችን ቆም አርጌ ማሰብ የጀመርኩት ከዛ በኋላ ነው። ለነበሩኝ ጥያቄዎች መልሶችን ማፈላለግ ጀመርኩ። ራሴን ፣ ለእሷ የሚሰማኝ ስሜት እና ለእሷ እንዴት ሆኜ መቅረብ እንደምፈልግ መረዳት ፈለግሁ፤ ከሷ ጋር ሞሆንም መሞከር ፈለግሁ። እነዚን መልሶች ማግኘት እንደጀመርኩኝ የሆነ ነገር ጠቅ አለ። ከመጀመሪያ ጀምሮ ይህ ሁሉ ነገር አእምሮዬ ውስጥ ስለነበር አእምሮዬ እረፍት ሲሰማው ሁሉንም ነገር የማይበት መንገድ ተቀይሮ ነገሮች ቀለሉልኝ። ማንነቴን መቀበል እና ሰውነቴንም መውደድ ጀመርኩ።

የተመሳሳይ የታ አፍቃሪነቴን መቀበሌ እና ከሴቶች ጋር ያሉኝን ግንኙነቶችን መሞከራ ነፃነትን ሰጠኝ። ምንም ይሁን ምን ለእኔ ከሚመችኝ ማንነት ዉጪ ሌላ ማንነት ለማቅረብ ግፊት አልተሰማኝም። በአጠቃላይ በተቃራኒ ጾታ ግንኙነቶች ውስጥ ብዙ የተቀመጡ መስፈርቶች አሉ፤ እሱ ምን መምሰል እንዳለበት፣ እሷ ምን መምሰል እንዳለባት፣ ግንኙነታቸው ምን መምሰል እንዳለበት። የሚጠበቀው ሴቷ አጠር፣ ቀጠን፣ ቀለል ብላ መቅረብ እንዳለባት ነው። ከሴቶች ጋር ስሆን ግን ለኔ ሙሉ ለሙሉ አዲስ ነገር ስለነበር በራሴ ሞክራ በራሴ ትርጉም ለመስጠት ብዙ ነፃነት ነበረኝ። ደግሞም ያደረኩት እሱን ነበር።

ምንም እንኳን ስለ ስያሜዎቼ ብዙም ባልጨነቅም የየታ ሁለትዮሽን የማልቀበል የተመሳሳይ የታ አፍቃሪ ነኝ። አብዛኛውን ጊዜ ወንድም ሴትም ሳይሆን መሃከለኛ አቀራረብ ነው ያለኝ ነገር ግን እንደአየሩ ፀባይ ሊቀየር ይችላል። ገና ብዙ ቢቀረኝም በጥሩ እየሄድኩ ነው። ሰውነቴ የሚነግረኝን ለመስማት እሞክራለሁ፤ መቼ መመገብ እንዳለብኝ እና መቼ ማረፍ እንዳለብኝ። ወደ ቀድሞው ከብደቴ አልተመለስኩም ነገር ግን በቀን ቢያንስ በቀን ሁለቴ ለመብላት እሞክራለሁ እና የተመጣጠነ ምግብ መመገብ ላይ አተኩራለሁ። ኪኒኖቼንም መውሰድ አቁሜያለሁ። አእምሮዬን እየመገብኩት ነው፤ በደምብም ይታያል።

ከተመሳሳይ ችግሮች ጋር እየታገልን ሲሆን በማእበሉ ውስጥ መጥፋት እና ከፍሰቱ ጋር ብቻ መሄድ ቀላል መስሎ ሊታየን ይችላል ነገር ግን ምንም ቢሆን እርዳታ ማግኘት በጣም አስፈላጊ ነው። ማንም ሆነ ማንም በቀላሉ ልናናግረው ወይም ልናማክረው የምንችለውን ሰው በመፈለግ እርዳታ መጠየቅ አለብን። የየራሳችንንም ጥናት እና ምርምር ማድረግ እና ነገሮችን መረዳት እንችላለን። ለሁሉም ነገር ሁል ጊዜ መልሶች አሉ፤ መፈለግ ብቻ ነው የሚጠበቅብን።



የተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪነቴን መቀበሌ እና ከሴቶች ጋር ከሴቶች ጋር ያኩኝን ግንኙነቶችን መሞከራ ነፃነትን ሰጠኝ። ምንም ይሁን ምን ለእኔ ከሚመችኝ ማንነት ዉጪ ሌላ ማንነት ለማቅረብ ግፊት አልተሰማኝም። በአጠቃላይ በተቃራኒ ጾታ ግንኙነቶች ውስጥ ብዙ የተቀመጡ መስፈርቶች አሉ፤ እሱ ምን መምሰል እንዳለበት፣ እሷ ምን መምሰል እንዳለባት፣ ግንኙነታቸው ምን መምሰል እንዳለበት። የሚጠበቀው ሴቷ አጠር፣ ቀጠን፣ ቀለል ብላ መቅረብ እንዳለባት ነው። ከሴቶች ጋር ስሆን ግን ለኔ ሙሉ ለሙሉ አዲስ ነገር ስለነበር በራሴ ሞክራ በራሴ ትርጉም ለመስጠት ብዙ ነፃነት ነበረኝ። ደግሞም ያደረኩት እሱን ነበር።

የለ እና ወንዳወንድ ማድረግ እፈልግ ስለነበር ብዙ ግራ መጋባት ነበረበት። እዚህ ላይ ነው የሚዲያ ተጽዕኖ የሚታየው። በአብዛኛው የምናያቸው ፊልሞች እና ቪዲዮዎች ውስጥ ያሉት ወንዳወንድ

“ ... ከሥጋዊ አካሌ በጣም መራቅ ጀመርኩ።”

አክሱስ ማህጋት

መመርመር እና መግኘት

እያደግኩ ሳለሁ በተወለድኩበት ጊዜ ከተሰጠኝ ሆታ ጋር አለመጣጣም ወይም አለመግባባት ተሰምቶኝ አያውቅም ምክንያቱም ከልጅነት ጋር ተያይዞ የሚመጣው ነፃነት ነበር፤ ከእኔ የሚጠበቅ ምንም ነገር ስላልነበረ ማለት ነው። በዙሪያዬ የሚጠብቀኝን ሳጥን አላስተዋልኩትም ነበር። ስለዚህ ነገር ቤተሰቦቼም በጣም የሚመቹ ነበሩ።

ለወንድም ለሴትም ሊሆን የሚችል ጅንሰ ቁምጣ እና ቲሸርት እንዲገዛልኝ ስፈልግ ቤተሰቦቼ ምንም እንዳልመሰላቸው ትዝ ይለኛል። በመረጥኩት አሻንጉሊት እንድንጫወት ነፃነት ነበረኝ፤ የባርቢ አሻንጉሊት፣ በጥጥ የተሞሉ መጫወቻ እንስሶች፣ የመጫወቻ መኪኖች እንዲሁም ሽጉሎች ነበሩኝ። ከአጎት እና አክሱስ ልጆች ጋር አግር ኳስ እጫወት ነበር፤ እንዲሁም የጭቃ ኬክ እና የዕቃዕቃ ምግብ እሰራ ነበር። እድሜዬ እየጨመረ ሲመጣ ግን ሁኔታው እየተለወጠ መጣ። ያኔ ነው ሆታ እንደተመደበልኝ አይነት ስሜት ይሰማኝ የጀመረው። በታዳጊ እድሜዬ እስከምገደድ ድረስ የሴትነት ወሰን የት ድረስ እንደሆነ አልገባኝም ነበር።

በእውነቱ ሆታ እንዳለኝ ከመሰማቱ በፊት፣ የሴት ሰውነት እንዳለኝ ተሰማኝ። በታዳጊ እድሜዬ ወቅት እያጋጥመኝ የነበረው እድገት እና ለውጥ በሌሎች ሰዎች ቀድሞ የተዘጋጀ ፍናተ ካርታ ያለው ሳጥን ወሰን ገፍትሮ ያስገባኝ ጀመር። ጡቶቼ ማደግ ጀመሩና ሰውነቴም የሴትን ቅርፅ መያዝ ጀመረ። ከዛ ጋር ተያይዞ ያልተፈለገ የወንድ እይታ የሴት ወደሆነው ሰውነቴ መምጣት ጀመረ፤ ይህም እራሴን ካየሁበት እና ከተሰማኝ የተለየ ነበር። ይህ ነበር ከአካላ ማንነቴ ጋር የለየኝ። ከእኔ በሚጠበቀው ነገር የተነሳ ራሴን ከውጭ ሆኜ ማየት ነበረብኝ። ስለ ሴት ልጅነት ይህን አልወደድኩትም።

ከሥጋዊ አካሌ በጣም መራቅ ጀመርኩ። ገና በልጅነቴ በወሲብ አይን እየታየው እንደሆነ ተሰማኝ። ከኔ በሚጠበቀት ማህበራዊ ደንቦች የተነሳ በሰውነቴ ሴትነት እና ለኔ ይሰማኝ የነበረው የሆታ ማንነት መካከል ያለ አለመጣጣም እና የመረበሽ ስሜት ይሰማኝ ጀመር። ማንነቴ ሊገለፅ የሚችልበት መንገዶች

“ሴት” ከሚለው ምድብ ጋር ሊጣጣም ባለመቻሉ የተሳሳትኩኝ ይመስለኝ ጀመር። እንደ ሰው ማንነቴ ምንም ይሁን ምን፣ ሁሌም ወሲባዊ ጥቅም ያለው እቃ መሆን እንዳለብኝ ይሰማኝ ስለነበር ከሰው በታች የሆንኩኝ መሰለኝ።

የኔ ዋጋ እንደሴት በሰውነቴ ላይ ጋቸው ከምትላቸው ነገሮች ጋር መተሳሰሩ ሌላ ችግር ነበር። ማግባት፣ መውለድ፣ መስጠት እናም ለመቀበል አለመከጀል ወይም ለሌሎች እንደምሰጠው በታ ለራሴ መስጠት አለመድፈር ከኔ ይጠበቃል። ሴትነትን እየሆንኩ ሳይሆን እያስመሰልኩ ያለ ስለመሰለኝ የሆነ ነገር እንደጎደለ ተሰማኝ። ይህ መፈለግ የሚገባው የወንድ እይታ ብቻ እንደሆነ እንዲሰማኝ አደረገ፤ አሱ ደግሞ በምላሹ በወንዶች መፈለግ ጋር የተገናኘ ጭንቀት እና ተፈላጊነት የሌለኝ ሲመስለኝ ከንቱ የሆንኩኝ ያህል እንዲሰማኝ አደረገ። ሳልፈልገው በግዴ ከአግባብ ያለፈ ሴታሴትነት እና ወሲባዊነትን እንዳሳልፍ እናም የባሰ የሰውነቴን ግድፈት ስላሳየኝ ከአካሌም እንድላቀቅ ዳረገኝ።

ወንድ መሆን ፈልጌ አውቃለሁ ማለት ባልችልም በወንድነት ግን ስነ-ሆታዊ ቅናት አጋጥሞኛል። ሁልጊዜም ያለክትትል የፈለገውን መልበስ እንደሚችል ረጅም ቀጭን ወንድ ልጅ መሆንን እመኝ ነበር። የሆታ ሁለትዮሽን አልቀበልም፤ የምመርጠውም ተውላጠ ስም እነርሱ/እሳቸው (they/them) ነው። ነገር ግን እሷ የሚለውንም ተውላጠ ስም ለወጣ አጥባቂው ማህበረሰብ ስል አቀባለሁ። እኔ እና ማንኛውም ኩዊር ሰው በቀጥታም ሆነ በተዘዋዋሪ ለእኛ አይነት ሰው በታ ከሌለው ሰፊው ማህበረሰብ ጋር መገናኘታችን ስልማይቀር ማለት ነው። ስለዚህ በምርጫዬ ሳይሆን በድብቅ



ለመኖር “እሷ” የሚለውን ተውላጠ ስም ለመጠቀም ተገድጄለሁ።

የጾታን ሁለት የሽ አለመቀበል ቀስቀስ የጀመርኩት የወሲባዊ ዝንባሌዬን ማወቅ ከጀመርኩ በኋላ ነው። እንደሰው ሙብሰል ስጅም የወሲባዊ ዝንባሌዬን ለመመርመር ቦታ መስጠት ጀመርኩኝ። እራሴን መቀበል ስጅም ማንነቴን እንደፈቃዴ ለመገንባት የምሰጠው ቦታ አብሮት ማድግ ጀመረ። ማንነቴን ማወቁ እራሴን ለመግለፅ የሚያጋጥሙኝን ብዙ እንቅፋቶች አልፎ የፈጠራ መንገዶች እንደጠቀም አመቻቸልኝ። በዚህ አማካኝነት ስለውስጣዊ የጌትነት እና የተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪነት ጥላቻ እና ሌሎችም ብዙ ማህበረሰባዊ ጉዳዮች፤ እንዲሁም እነዚህ ነገሮች ስለራሴ ያሉኝ ግንዛቤ እና ባጠቃላይ በህይወቴ ላይ ያላቸውን ተጽዕኖ ተረዳሁ። እንደጫወታቸው ከዛም እንደሆናቸው እላዬ ላይ ከተጫኑብኝ ማንነቶች አልፎ የራሴን እውነተኛ ማንነት ለመመርመር ችያለሁ።

ከዚህ በፊት አብሬያቸው የሆኑት ወንዶች የእውነተኛ ማንነቴን እንዳየው አልተሰማኝም። እኔን እኔ የሚያረጉኝ ነገሮች የገባቸውም አይመስለኝም። ማንነቴን አምኜ እራሴን ከገለፅኩኝ በኋላ የተወካዮቹ ሰዎች (ጓደኞች፣ የፍቅር ጓደኞች እንዲሁም ጊዜያዊ ፍቅረኞች) በተሻለ መንገድ እንደተቀበሉኝ እና እውቅና እንደሰጡኝ ይሰማኛል። የተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪነቴን ከተቀበልኩ በኋላ ከጾታዊ ወይም ከጾታ ጋር የተያያዘ ማህበራዊ ማንነቴ ወጪ እራሴን የቻለ ማንነት እንዳለኝ ይሰማኛል። የጾታን እርከን የለሽነት እና የራሳችንን ማንነትን ለራሳችን በተመቻን መንገድ ለመግለፅ የሚያስፈልገውን ቦታ የኔ ሰዎች በቀላሉ ይገባቸዋል፤ ይህ ደግሞ ነገሳትን ይሰጣል።

አሁንም በአንዳንድ ሁኔታዎች እና በታዎች ላይ ጾታዬ በከባድ እንደተመደበልኝ ይሰማኛል፤ ከጌተሰብም ሆነ ከማላውቃቸው ሰዎች ከኔ የሚጠበቁ

ነገሮች እንዳሉ ይሰማኛል። ስንወለድ በተሰጠን ጾታ እና አሁን የሚሰማን ጾታ መካከል ያለው አለመጣጣም አንዳንድ ሊጨምር አንዳንድም ሊቀንስ ይችላል። ይህን ሁሉ ከማወቁ በፊት የነበረው ከተሰጠኝ ጾታ ስሜት አሁንም በጥልቁ ይሰመኛል። ካለፈው ህይወታችን እንዲሁም ከምንኖርበት የቀን ከቀን እውነታ እራሳችንን መለየት ከባድ ነው። ነገር ግን እውነተኛ ማንነቴን ማየት ከሚችሉት የተወሰኑ ሰዎች መካከል የምኖረው ህይወት የሚረብሽኝን ስሜት ቀንሶታል። ምንም ያህል ትንሽ ቢሆን የሚቀበለን ማህበረሰብ ለኛ ትልቅ ለውጥ ሊያመጣልን ይችላል።

እራሴን እንደሆንኩ እንዲሰማኝ የሚያስችለኝን አለባበስ አለብሳለሁ። እንደ እኔ ላሉ ሰዎችም እውነተኛ ማንነቴን አሳያለሁ ምክንያቱም ችግሮችን መጋራት፣ አብሮ መኖር እና ከሚረዳኝ ሰው ጋር አብሮ መደሰት ጋር ተያይዞ የሚመጡ ምቹት እና የመታየት ስሜቶች አሉ። እነርሱ/እሳቸው የሚለውን ተውላጠ ስም መጠቀሜ እውነተኛ የጾታ ማንነቴን እንዳረጋገጠልኝ ይሰማኛል፤ ይህም ማለት ወንድ ወይም ሴት ከመሆኔ ውጪ ያሉትን የማንነት መገለጫ ባህሪዎቼን ለማሳየት ቦታ ይሰጠኛል። ማህበራዊ ወይም ጾታዊ ትርጉም ቢኖራቸውም ለኔ የተመቻኝን ነገሮች በመቀበል እውነተኛ የጾታዊ ማንነቴን አረጋግጣለሁ።

ለኔ የጾታ ሁለት የሽን አለመቀበል ወንድነትን ወይም ሴትነትን አለመቀበል አይደለም፤ ወንድነት ፣ ሴትነት ወይም የጾታ አለመኖር ለእኛ ምን ማለት እንደሆነ ተገንዝቦ የራሱን ማንነትን መቅረጽ መቻል ነው። ወንድ ወይም ሴት አለመሆኔን መገንዘቤ ብቻ ሳይሆን በጾታዬ ምክንያት ማህበረሰቡ ሊሰጠኝ በሚሞክረው መለያ የኔ ማንነት እንዲገደብ አልመፈለኔ ነው። ስወለድ የተሰጠኝ ጾታ ጋር ምንም አይነት ግንኙነት አይሰማኝም፤ እንዲሁም ለጾታ ሁለት የሽ ምንም አይነት ፍቅር የለኝም።

ምንም እንኳን ማንነቴን ለመዳሰስ እና ለመግለፅ ላገኘሁት

“ ሰወከድ የተሰጠኝ ጾታ ጋር ምንም አይነት ግንኙነት አይሰማኝም፤ እንዲሁም ከጾታ ሁለት የሽ ምንም አይነት ፍቅር የለኝም። ”

እድል ምስጋና ቢሰማኝም ገና ስለጾታዊ ሁለት የሽን አለመቀበል ያለኝን ልምድ በቃላት መግለፅ እና ማብራራት የማልችልበት ብዙ ነገሮች አሉ ምክንያቱም ረጅም የመማር እና በጣም የተማርነውን የመርሳት ፣ ማንነታችንን በጥልቀት የማወቅ እና የቀድሞ ማንነትን ትቶ እውነተኛ ማንነትን ማወቅ ሂደት ስለሆነ ነው። ማንነቴ ስነ-ህይወታዊ አይደለም እናም ለመኖር የግድ ስነ-ህይወታዊ ምክንያት አያስፈልገውም ብዬ አምናለሁ፤ ምክንያቱም ያለሱ መኖር ስለቻለ።

የህይወት መስመር በመደጋገፍ ሳይ ያሉ ትምህርቶች



“ስለ አንድ ሰው ብቻ ሳይሆን በሺዎች ስለሚቆጠሩ ሰዎች ነው። ስለ እኔ ብቻ ሳይሆን ሁላችንም እርስ በርሳችን ስለመቀበል ነው። ሁላችንም የተለያዩ ነን።” – ኬትሊን ጄነር

እያንዳንዱ ኩዊር ግለሰብ በውስጣዊ እና በውጫዊ ማንነቱ መኩራቱን ለማረጋገጥ የኩዊር ማህበረሰቡ እርስ በርስ መደጋገፍ፣ የሁላችንንም ሰውነት መቀበል፣ ራሳችንን መውደድ እና አካታችንንን መደገፍ ወሳኝ ነው። የLGBTQ+ ማህበረሰብ አድናቆት ሊሰጠው እና ተቀባይነት ሊኖረው ይገባል የሚለው ሀሳብ የመነጨው አንዳንድ ጊዜ ከተቃራኒ ጾታ አፍቃሪዎች ጋር በእኩል እንዲሁም በበለጠ ደረጃ የሰውነት አወንታዊ ጉዳዮችን በመጋፈጣቸው ነው።

በተለምዶ ወንድ እና ሴትን ብቻ የሚቀበል እና የሲስ ሰዎችን (የግለሰባዊ እና የጾታ ማንነታቸው ከተወለዱበት ጾታ ጋር የሚስማማ ሰዎች) አካላዊ ገጽታ በሚፈታተን ማህበረሰብ ውስጥ ኩዊር ሆኖ ማደግ የባለ ፈታኝ ሊሆን ይችላል። ወላጆቻችን እንኳን ሰውነቶቻችንን የማያከብሩበት ሁኔታ ውስጥ መኖር በጣም ይከብዳል። አድሜያቸው ገፋ ላለ ሰዎች እንደ ‘ጾታ አለመመጣጠን’ እና ‘በዙ ማንነቶች’ ያሉ አስተሳሰቦችን ከእኛ ትውልድ የበለጠ ለመረዳት እንደሚከብዳቸው መገንዘብ ያስፈልጋል።

በርካታ የጤና ልዩነቶች LGBTQ+ ሰዎች ላይ ተጽእኖ ያሳድራሉ። ምንም እንኳን ቤተሰብ እና ጓደኞች በጉርምስና ዕድሜ ላይ ባሉ ወጣቶች ጤና ላይ ትልቅ ተጽእኖ ቢኖራቸውም ይህ ተጽእኖ በተለይ የLGBTQ+ ወጣቶችን እንዴት እንደሚጎዳ ብዙም የሚታወቅ ነገር የለም። ኩዊር ሰዎች በተደጋጋሚ ከቤተሰቦቻቸው ጋር አሉታዊ ግንኙነት ያላቸው ምክንያት ተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪነታቸውን ወይም የጾታዊ ማንነታቸውን ቤተሰቦቻቸው ስለማይረዱት፣ ስለማይቀበሉት ወይም ስለሚያፍሩበት ነው። ለአንዳንድ ኩዊር ሰዎች ጓደኞች እና ማህበረሰቡ የድጋፍ

ምንጭ እንኳን ላይሆኑላቸው ይችላሉ። ስለዚህ ጤንነት ላይ የሚመጡ አሉታዊ ተፅእኖዎችን ለመከላከል በቤት አካባቢ ላይ ያለው ሁኔታ ትልቅ ሚና ይጫወታል።

ልጆች ገና ህፃንነት ላይ እያሉ ቤተሰቦቻቸው እና ጓደኞቻቸው ስለ ጾታ ማንነት እና ስለ ጾታዊ ግንዛቤ እርስ በርሳቸው መማማር ይችላሉ። አንድ ኩዊር ሰው እራሱን በሚገልፅበት ጊዜ ወላጆች፣ የቤተሰብ አባላት፣ ጓደኞች እና ሌሎች የቅርብ ሰዎች ተገቢውን ምላሽ መስጠታቸው በጣም አስፈላጊ ነው ምክንያቱም ይህ ሰው ከእነሱ ጋር ያለውን ግንኙነት የመቀጠል የወደፊት ሁኔታን ጨምሮ ብዙ ሊያስብበት የሚገባ ነገሮች አሉት። እነዚህ ተግዳሮቶች ለወላጆች፣ ለዘመዶች እና ለሌሎች ቅርብ ሰዎች መነገር አለባቸው።

የአንድ ሰውን ገጽታ፣ አለባበስ ወይም ሜካፕ እነሱ እስከተመቻቸው ድረስ ማድነቅ ይቻላል። ያልተለመደ ወይም አወዛጋቢ ተደርጎ ሊታይ ስለሚችል፣ የግለሰቡን የጾታ ሁለትዮሽ አለመቀበል ወይም ትራንስ ማንነት አቀራረብ ምርጫዎችን ችላ ማለቱ ለሁሉም ሰው የበለጠ ምቹ የሚሰጥ ሊመስል ይችላል። ይሁን እንጂ ይህ እውነት አይደለም። አንድ ሁኔታው የአንድ ግለሰብ ተውላጠ ስም እና የጾታ አቀራረብ በሁሉም ሰው ተቀባይነት ላይኖረው ይችላል። ስለራሳቸው ሐቀኛ ከሆኑ ወይም የተለየ አለባበስ ለመልበስ ከፈለጉ እውነተኛ ሕይወታቸውን ከመምራት ለመግታት ባንሞክር ጥሩ ነው። በአደገኛ ሁኔታዎች ውስጥ አብሯቸው ሊቆም የሚችል ሰው እንዳለ እንዲሰማቸው እና የሌሎች ሰዎች አስተሳሰብ እስኪሰክን በመጠበቅ በሚፈልጉበት መንገድ እራሳቸውን እንዲያገኙ ቦታ መስጠት ያስፈልጋል።

በጣም ወሳኝ ከሆኑ የጓደኝነት እና የሰብዓዊነት አወንታዊ ችሎታዎች አንዱ ሰዎች ላይ አለመፍረድ ነው። እናም ያንን ለማድረግ ሰዎች ሰውነታቸውን በተመለከተ ከኛ የተለዩ ገጠመኞች እና

“
ጓደኞቻችን ከተሰማሙበት በጥካቻ የተሞኩ ሰዎች ሲያገኙባቸው ከመርዳት ዝግጁ አንሁን።



“
... በመጨረሻም ስለሰውነታችን አዎንታዊ አስተሳሰብ እና ራሱን መውደድ አንደኛሪን ቁጭ ከምንም በካይ ራሱን መቀበል መሆኑን መገንዘብ ያስፈልጋል።

ትግሎች ሊኖራቸው እንደሚችል መረዳት አስፈላጊ ነው። ጓደኞቻችን የኛን ጉዞ ፍጥነት እና ውስብስብነት መረዳት ካልቻሉ እኛ ሰውነቶቻችንን መቀበል በጣም ሊከብደን ይችላል። ስለዚህ ያለንን እድል እያመሰገንን በሰውነታችን በመተማመን ቀን ከቀን ለሌሎችም በፍቅር የተነሳሱ ድርጊቶችን ብናስፋፋ መልካም ነው።

ጓደኞቻችን ከተሰማሙበት በጥላቻ የተሞሉ ሰዎች ሲያጋጥሟቸው ለመርዳት ዝግጁ እንሁን። ይህ ቢያንስ ለጓደኞቻችን የራሳቸውን ሰውነት ለመጠበቅ የበለጠ ምቹት እና በራስ የመተማመን ስሜት እንዲሰማቸው ሊያደርግ ይችላል። ቢያንስ ይህ ለጓደኞቻችን ሰውነቶቻቸውን እና ስሜቶቻቸውን ምን ዓይነት ዋጋ እንደምንሰጠው ሊያሳምናቸው ይችላል። አንድ ሰው ጉልበተኛ ሊሆንበት ሲሞክር የሚደግፈን እና የሚያስብልን ጓደኛ እንዳለን ማወቅ ነገሮችን ሊያቀልልን ይችላል።

በመጨረሻም ስለሰውነታችን አዎንታዊ አስተሳሰብ እና ራሱን መውደድ እንዲኖረን ቁልፉ ከምንም በላይ ራሱን መቀበል መሆኑን መገንዘብ ያስፈልጋል። ያለ በራስ መተማመን ራሱን መቀበል ይከብዳል። ፍፁም የሆነ ሰውነትን ለማግኘት መጣር ወይም ካላገኘን እራሳችንን መቅጣት ትርፉ የመንፈስ ጭንቀት እና የራስ ጥላቻ ዉስጥ መዘፈቅ ነው። የራሳችንን ተፈጥሯዊ እሴት እና ግርማሞገስ መቀበል ሳይሻል አይቀርም።

ቡቸነትን መመርመር



የተወለድኩት መካከለኛ ገቢ ካላቸው ወላጆች መሃል አዲስ አበባ ላይ ነው። ዕድገቴም እዚህ ከተማ ላይ ነው። በግሌ የሰውነቴ አቋም ምችት ነስቶኝ አያውቅም። እንደ ዕድል ሆኖ (ዕድል ከተባለ) የተማርኩባቸው ትምህርት ቤቶችና የምኖርበት አካባቢ ከወንዶች መሃል መወለዴን ስለሚያውቁ በማሳየው ነገር በተለየ መልኩ እይታ ውስጥ አልገባሁም ነበር። የሚያስቡኝም በወንዶች መሃል እንዳደገች ሴት እንጂ እንደ “ወንድ” አልነበረም። አስተዳደጊም አዋቂም ከወንዶች መሃል ስለነበር ይመስለኛል ውስጡ “ነኝ” የሚላትን ዓይነት ሴት የምመስል እንደሆንኩ እየተሰማኝ ለማድግ ሁኔታዎችን አቅልሎልኝ ነበር። በተለይ እግር ኳስ እጫወትም ስለነበርና ከወንዶች መሃል ማደጌ ሰዎች (በተለይ ቤተሰቦቼ) አለባቸውንና አኳኝነጅ እንዲቀበሉት አድርጓቸዋል። በአጠቃላይ ብዙም ያቸን ሴት ለመሆን ያጋጠመኝ ተግዳሮት አለ ብዬ አላስብም። ከላይ እንዳልኩት ከውሎዬና ከአስተዳደጊ በተጨማሪ በዋናነት ወላጆቼ በፍላጎቴ ውስጥ “እንዲህ ቢሆንም እኮ ያምራል እስኪ ሞክረው” ከማለት ውጪ ጫና

የሚፈጥሩብኝ አለመሆናቸው ቢያንስ ለራሴ ምችት የሚሰጠኝን ዓይነት እይታ እንዲኖረኝ አስተዋዎ አድርጎልኛል። አንት/አክስቶቼም በዙሪያዬ/በአካባቢዬ ካሉት የተለየ አይደሉም ይሆን ወይ ወላጆቼ የሰጡኝ ነፃነት አፋቸውን አሲዟቸው እኔን በተመለከተ በግልፅ አስተያየት ሲሰጡ አላስታውስም።

በምኖርበት ከተማ የኔ ዓይነት አለባቸው የሚሉብሱና ፀጉራቸውን በአጭሩ የሚቆረጡ ሴቶች በተለምዶ “ከቤ” እየተባሉ በወጣቶች ዘንድ ይጠራሉ። እኔም ከዚህ አላመለጥኩም። ብዙ ጊዜ መንገድ ላይ ለአድናቆት ወይ እንዲሁ ለሰላምታ ሲሆን ነው “ከቤ” ብለው የሚጠሩትና እንደዛ በመጠራቴ አስከፍቶኝ አያውቅም። “ወዬ” ወይ “አቤት” ብዬ አልፋለሁ። ሌላው ለምን እንደሆነ እስከዛሬ ለራሴ ግልፅ ባልሆነልኝ ምክንያት የእኔ ዓይነት “ስታይል” ለሚከተሉ ሴቶች የተለየ ነገር አለኝ መንገድ ላይ ሳያቸው ካዩኝ እንኳ የአክብሮት ፍርሃት ይሰማኛል ብቻ ደስ ይሉኛል። “ለምን?” ለሚለው ምላሽ ግን “አላውቅም” ነው።

በዚህ ሕይወት ውስጥ ያሉ ወዳጆቼን ያስተዋወቀኝ የሶሻል ሚዲያ መድረክ ፊት-ፊት ነበር። በመጀመሪያ የሚመስሉኝን ሰዎች መተዋወቅ መቻሌ ደስታ ሰጥቶኝ የነበረ ቢሆንም በሂደት ግን ማንንም ማግኘትም መተዋወቅም እስካለመፈለግና በዚህ ሕይወት ውስጥ ያሉ ሰዎች እንደ ተቃራኒ ጾታ አፍቃሪያን “ትክክለኛ ሕይወት እንዲኖረኝ እፈልጋለሁ” የሚል መሰጠት የሌላቸው ናቸው ብዬ እስከመደምደም ያደረሱኝ አጋጣሚዎችም በሕይወቴ አልፈዋል። ሆኖም ግን ያ ከልምድ ማነስ በራሴ ላይ ያመጣሁት ችግር ነው ብዬ ተቀብዬ ከስህተቴ ተምሯ የተሻሉ (ለራሳቸው ክብር ያላቸውን) ሰዎች ማኖር አለባቸው በሚል መሰሎቼን ፍለጋ ማቋረጥ እንደሌለብኝ አምኜ ፍለጋዬን ቀጠልኩ። በእርግጥም ብዙ ራሳቸውን ተቀብለው ራሳቸውን አክብረው ሌሎችንም እያከበሩ የሚኖሩ ሰዎችን ተዋውቄ ይሄው አለሁ።

ሱሪ ከመልበሴና ፀጉራን በአጭሩ ከመቆረጫ ውጪ ሴት ያላት ነው ያለኝ ብዬ ስለማምን (ደግሞም እውነታው ያ ስለሆነ) ከሌሎች የተመሳሳይ ያታ አፍቃሪዎች የተለየ ተፅእኖ በወሲባዊ ማንነቴ ላይ አሳዳሪ-ብኝም።

የጓደኝነት ምርጫዬ ላይ እኔነቴን (ከባህሪዬ በተጨማሪ አለባቸውም አንዱ የኔነቴ አካል ስለሆነ) እሱን ለምትቀበል ብቻ ስለሆነ ልቤን የምከፍተው “ወይኔ እንደዚህ ባልመስል ኖሮ አታመልጠኝም ነበር” ያስባሉኝኝ አላጋጠመኝኝም እና ቅሬታ የለኝም።

እንግዲህ በመጀመሪያ ዴት ያደረኳት ሴት ምርጫዎ የእኔ ዓይነቶች (ውጪያዊ ዕይታቸው) እንደሆኑ አውቃለሁ እናም የመጀመሪያዎን መስፈርት አሟልቼ ነበር። ሁለተኛውና አሁንም ያለሁበት ግንኙነት ከበፊቷ የተለየ የሚያደርገው ለእኔ ዓይነቶች ልቧን ዝግ አድርጋ ከነበረች ጋር መሆኑ ነው። እንደዚህ አባባል “ከላይ ስትታዩ ማስኩለን (“ወንዳወንድ”) ብትመስይም ስቀርብሽ ባህሪይሽ ከብዙሃኗ “ቡች” ባህሪይ የተለየ ነገርም አለሽ” ባይ ናት። እንደ አጠቃላይ ግን በሕይወት አጋጣሚ የተዋወኳቸው የማህበረሰባችን አባላት የሚያዩኝ/የሚሰሉኝ/የሚደመድሙት “ቡች” አድርገው ነውና ማስኩለንነቴ (“ወንዳወንድ”) ነው የሚታያቸው።

ያለምንም ገደብ ራሱን ሆኖ መኖር አለመቻል ምን ያህል ለሁላችንም ከባድ እንደሚሆን አጠያያቂ አይደለም። ነገር ግን መኖር የግድ ስለሆነ የተሻለ ቀን እስኪመጣ የሚል ተስፋን ይዞ ማሳለፍ ግድ ነው። የጎደለኝ ነገር እንዳለኝ እያወኩም ቢሆን ከሌላው ማህበረሰብ ጋር በሚያገናኘኝ የዕለት ከዕለት ጉዳይ ላይ መሳተፊ የማይቀር ነው።

ሆኖም ግን ከዚህ ማህበረሰብ ጋር ስሆን በተለይ ብዙዎቻችን ሊያጋጥሙን የሚችሉ homophobic የሆኑ ግለሰቦች ወይ ስብስብ (ብዙዎች ራሳቸውን እንዲጠሉ የሚያደርጉ) ሲያጋጥሙኝ ማሳለፍ ሳያስፈልገኝ “እኔ

“ ሱሪ ከመልበሴና ፀጉራን በአጭሩ ከመቆረጫ ውጪ ሴት ያላት ነው ያለኝ ብዬ ስለማምን (ደግሞም እውነታው ያ ስለሆነ) ከሌሎች የተመሳሳይ ያታ አፍቃሪዎች የተለየ ተፅእኖ በወሲባዊ ማንነቴ ላይ አሳዳሪ-ብኝም።

ነኝ” ብዬ ሳይሆን በደህና ጊዜ የግለሰብ/ የሴቶች መብት ተከራካሪነቴን አጥብቄ ስለምናገር ያቸን መልካም አጋጣሚ ተጠቅሜ እኔ በማውቀው ማንነቴ፤ እነርሱ ግን ምንም ስያሜ ቢሰጡኝ ግድ በማይለኝ ሁኔታ ውስጥ ሆኜ ማለት ያለብኝን በነፃነት መኖሪያ የሚሰጠኝን ደስታ ሁሌም አጣጥማለሁ።

እናም በዚህ ጨቋኝ ሕግ ባለባት ሀገራችን ላይ መኖር ለእኔ ግማሽ ማንነቴን ብቻ እያሳየሁ እንድኖር ቢያስገድደኝም አጋጣሚው በተመቻቸልኝ ጊዜ ሁሉ ራሴን የመሆንን ነፃነት በአግባቡ እጠቀመዋለሁ።



የፍቅር መግሰታወቅ፡

ሰውነቴን ከንዴት መውደድ ከንደጅመርኩ

ለመጀመሪያ ጊዜ “ሰውነቴን መውደድ እንዴት ቻልኩኝ” የሚለውን ሃሳብ ሳውጠነጥን በጭንቅላቴ ውስጥ ጮክ ብሎ ይሰማኝ የነበርው ድምፅ “ሰውነቴን እንደምወደው እርግጠኛ አይደለሁም” የሚል ነበር።

ያንን ድምፅ ወደ ጥግ ገፍቼ ሰውነቴን የምወድባቸውን የተለያዩ መንገዶች ለመዘርዘር መሞከር ፈልጌ ነበር፤ ደግሞም የአካል ብቃት እንቅስቃሴ አደርጋለሁ ፤ ጤናማ ምግብ ለመመገብ የተቻለኝን ሁሉ አደርጋለሁ ፤ አጥፊ ሱሶቼን ለመቀነስ እሞክራለሁ እና ከረዥም ጊዜ ጀምሮ ሰውነቴን አጠራጣሪ በሆነ ስምምነት ውስጥ ማስገባቱን ትቼያለሁ። ራሴንም በመስታወት እያየሁ የማረጋገጫ እና የአድናቆት ቃላትን ለመንገር እሞክራለሁ። ነገር ግን ይህ ሙሉ እውነታውን መካድ ይሆናል፤ የኔ እና ሰውነቴን የፍቅር ታሪክ ውስብስብ ስለሆነ ሐቀኛ መግለጫ የሚያስፈልገው ነው።

እናም ያንን ድምፅ መልሼ አመጣሁት እና ትኩረት ሰጠሁት። የሚለው እነሆ፡-

ሰውነትን ስለመውደድ ያጋጠሙኝ አስተሳሰቦች በዘመኑ አመለካከት በጅምላ የጸደቁ እና የሰው ልጅን ልዩነት ያላገናዘቡ ናቸው። ሰውነቴን እንድወድ ነግረውኝ ነገር ግን እፍረትን እና ቂምን፣ እንደው ተሻለ ሲባል ግድየለሽነትን ብቻ እንዲሰማኝ የተማርኩበትን አካል እንዴት እንደምወድ አልነገሩኝም። አእምሮው እራሱ ላይ ጦርነት ያወጀበትን ፣ መደበኛ ከሚባለው የአስተሳሰብ ክህሎት የተለየ፣ ብዙ ጊዜ ከራሱ ያልተዋሃደ፣ ባላወኳቸው ዉስጣዊ ጉዳዮች የሰመጠ፣ ያለአንዳች ልዩነት ሁሉንም የተጠቀመ እና ያለፈቃዱ የተጠቀሙበትን አካል እንዴት መውደድ እንደምችል አስተምረውኝ አያውቁም።

ከእነዚህ አስተሳሰቦች በጣም መልካም የሆኑት እንኳን ሲያጋጥሙኝ የሆነ ክፍሌ ያፍራል ምክንያቱም ሌሎች በማበረታቻ ብቻ በቀላሉ እየተሰማቸው ያለውን ፍቅር እኔ ማግኘት ያልቻልኩ

ስለመሰለኝ ነበር። በተቃውሞ “ሰውነትን መውደድ ለምን አስፈለገ? ለምን ስፖርት መስራት፣ እራሱን መጠበቅ እና ስለምንበላው ነገር መጨነቅ አስፈለገ?” ብዬ ደጋግሜ አጠይቅ ነበር።

ይህን ድምፅ ካዳመጥኩት በኋላ ነበር ሌላ ለስለስ ያለ እና እንደ አዲስ ችግኝ የበቀለ ድምፅ የሰማሁት። ይህ ድምፅ ቀስ እያለ መብቀል የጀመረው ለአመታት የቆዩ የሚያሰቃዩ ስህተቶችን፣ አድካሚ ውስጣዊ ውይይቶችን ፣ እምቢተኛነት የሞላው እና ወጥነት የሌለው ልምዶችን ካሳለፍኩኝ በኋላ ነበር። ይህን ድምፅ ውሃ ያጠጣው ህይወቴን ሙሉ በሙሉ እና በውበት ለመኖር የነበረኝ ተፈጥሯዊ እና ሊጠፋ የማይችል ፍላጎት ነበር። ይህን ራዕይ ለማሳካት ደግሞ ሰውነቴ የኖረበትን እና ያለፈበትን ሁኔታ ሙሉ ለሙሉ ሳልገነዘብ ማሳካት አልቻልኩም። እናም መጀመሪያ ከሰውነቴ ጋር የነበረኝን በውስጣዊ እፍረት፣ በራስ አለመተማመን እና በራስ አለመቀበር የተሞላውን ግንኙነት ለውጭ ለራሴ እና ለሰውነቴ ፍቅር ማሳየትን ያስተማረኝ ይህ ድምፅ ነበር።

ሰውነቴን መውደድ የጀመርኩት ለፍቅር ጮክ ብሎ እያለቀስ ስለነበር ነው። እኔ ብቻ ልሰጠው የምችለው ፈውስ ፣ ትኩረት እና ድጋፍ ይፈልግ ስለነበር ጥርሴን ነክሼ ወደስራ ገባሁ።

ሰውነቴን መውደድ የጀመርኩት ከዚህ የሰውነትን መውደድ ጉዞ ማዶ አለ ተብሎ ቃል የተገባውን የውስጣዊ ስምምነት እና ለከት የሌለው ደስታ ስለናፈቀኝ ነበር።

ሰውነቴን መውደድ የጀመርኩት “ለአካላችን ካለን ጥላቻ ለመሻገር ከሚያስፈልገን ትንሽ መስላ ግዙፍ አብዮት ማዶ ምን አለ?” (ሼርል ስትሬይድ፣ “ጥቃቅን የሚያምሩ ነገሮች፣ ስለ ፍቅር እና ህይወት ምክር ከውድ ስኳር” የሚል የተወሰደ) በሚለው ጥያቄ ስለማለልኩ ነበር።

ሰውነቴን መውደድ የጀመርኩት

ስለሱ የተማርኩትን እንዲሁም ያመንኩትን ነገሮች በሙሉ ቀስ እያልኩኝ ማፍረስ ስለሞከርኩ ነበር። ወደኋላ በቀረው ባዶ ቦታ ፋንታ እንዴት እና በምን አይነት የሰውነት ፖለቲካ ስነ-ምህዳር ውስጥ ሰውነቶቻችን መኖር እንደሚገደዱ የሚረዱ ጥያቄዎችን መጠየቅ ስለጀመርኩ ነበር።

ሰውነቴን መውደድ የጀመርኩት አካላት እንደ ፍጆታ ዕቃዎች የሚቆጠሩበትን ፣ የመኖር መብታቸውን ብዙ ጊዜ በግፍ የሚሸጡበትን ፣ የጥቁር ህዝቦች በተለይም የሴቶች ሰውነቶች ከሰብአዊነት የተላቀቁበትን ፣ የተመሳሳይ ሆታ አፍቃሪ ሰውነቶች ከጋኔን እኩል እየተቆጠሩ ግን በወሲብ አይን የሚታዩበትን ፣ በእርጅና ላይ ያሉ በተለይ የሴቶች ሰውነቶችን በጭካኔ ወደጥግ የሚጣሉበትን እውነታ በንቃት መቃወምን በመማር ነበር።

ሰውነቴን መውደድ የጀመርኩት ለመውደድ፣ ወሲብ ለማድረግ፣ ለመንቀሳቀስ እና ለመጨፈር በ(ኢ) ፍፁማዊ ፣ በተለየ መንገድ የቻሉ፣ ተለዋዋጭ፣ ሆታን ያለዩ፣ እንደሌላ የተቆጠሩ ዝቅተኛ ሰውነቶቻችን ምልክቶቻችንን እንድንተወ ለራሳችን ፍቃድ ስንሰጥ የሚሆነውን ለማየት ከደፈሩት ሰዎች የመጡት ያልተገሩ እና ልብ የሚነኩ ታሪኮች ሲያጋጥሙኝ ነበር።

በደፈናው ሰውነቶቻችንን መውደድ አለብን የሚለው ሃሳብ ከሚያጨናንቀን ለምን እና እንዴት ሰውነቶቻችንን መውደድ እንደምንችል ትኩረት ብትሰጡት ምን አልባት እንደኔ እናንተም ልትጠቀሙበት ትችላላችሁ።

የእነዚህን ሁለት ጥያቄዎች መልስ ለማግኘት የሚወስዱት መንገዶች የተለያዩ ሊሆኑ ይችላሉ። ፍቅርን አለ ወይም የለም በሚባል ሁለትዮሽ ስሜት ሳይሆን በንቃት የተሞላ፣ ቁርጠኝነት የሚያስፈልገው፣ ቀጣይነት ያለው ምርጫ እና ድርጊት አድርጎ ማየት እኔን ረድቶኛል።

ሰውነቴን መውደድ ማለት ለእሱ

ትኩረት መስጠት ማለት ነው። ትኩረት መስጠት ማለት የተሸፈኑ ስሜቶችን ገልጦ “የሆነውን” ያለፍርድ መቀበል ነው። ምንም እንኳን ይህ ሁልጊዜ ከተስፋ መቁረጥ ጋር ቢመሳሰልም በእውነቱ ለብዙ እድሎች በር ከፍቷል። በተፃራሪው “ምን” እንዳለ ማወቅ “ምን ሊሆን ይችላል” ለሚለው መንገድ ይፈጥራል።

ለሰውነቴ ትኩረት መስጠት ማለት በራሴ የተሳሳቱ አመለካከቶች እና ፍርዶች ያልተገደበ ገለልተኛ መሬት ላይ ለማግኘት መስማማት ማለት ነው። ቀጣይነት ባለው ልምድ ሰውነቴ የሚፈልገውን፣ የሚበላውን፣ የሚስማማውን፣ የማይቀበለውን፣ ፍላጎቱን፣ ህልምቹን እና ጉዳዮቹን በንቃት ማዳመጥ ማለት ነው። በተጨማሪም አላፊነቱን ፣ እንግዳ ውበቱን፣ ጥንካሬውን እና ደካማነቱን በጥልቅ መመልከት ማለት ነው።


ይህ የፍቅር ልምድ በተደጋጋሚ ከሰውነቴ ጋር ያለውን ያለመዋሃድ ስሜት አላቆመውም። አሁንም አካል መኖር ወይም መሆን ምን ማለት እንደሆነ አስባለሁ (አካል ነኝ ወይስ አካል አለኝ?)። አሁንም ሰውነቴ እና ልምዶቹ እንዴት በሌሎች በሚታዩበት እና እኔ እራሴን እንደምገድበው ሰው በሚሰማኝ መካከል የሚረብሽ ትልቅ አለመስማማት ብዙ ጊዜ ያጋጥመኛል። በጣም አስቸጋሪ በሚሆንበኝ ጊዜ ላይ በውስጤ እንደታሰርኩ ይሰማኛል።

ሆኖም በእነዚህ ጊዜያት እንኳን ፍቅርን ለማሳየት ብዙ መንገዶችን አግኝቻለሁ። ሰውነቴ ከማንነቱ በተገለለበት ጊዜ እንኳን ከዚህ ሕያው ዓለም ጋር የሚያገናኘኝ እሱ እንደሆነ ማክበር ፤ መኖር ምን እንደሆነ መረዳት፤ ንቃት ህሊናዬ ከዚህ ውስብስብ ርክበዛካል እንዲወጣ የተጫወተውን ዋና ሚና ማድነቅ እና ሰውነቴ የሚፈልገውን እና ያሚጓጓውን ልምድ ለመስጠት ቃል መግባት ችያለሁ። በጥንቃቄ ለመያዝ፣ በእርጋታ ለማከም እና ለእርካታው፣

“ ሰውነቴን መውደድ የጀመርኩት ከፍቅር ጮክ ብሎ አያከቀሰ ስካክበር ነው። እኔ ብቻ ከሰጠው የምትከው ፈውስ፣ ትኩረት እና ደጋፍ ይፈጠሩ ስካክበር ነው። ወደስራ ገባሁ።

“ዛሬስ አምሮብኛል” የምትሉት መቼ ነው?


እነዚህ ምላሾች ከፌስቡክ ገፅ የተወሰዱ ናቸው ...

 **Marakiye Marakiye**
When i feel beautiful inside...malete selam sisemagn weste destegnanet semet sisemagn enam tsetet sel netsu lebes selebes amerobegnal elalew webet confidence new.ene kelay yezerezerkuachew semetoch sisemugn beras metamamene yechemeral so amerobegnal elalew...

ማራኪዬ ማራኪዬ


ውስጤ ውብ እንደሆነ ሲሰማኝ... ማለቴ ሰላም ሲሰማኝ፣ ውስጤ ደስተኛነትን ስሜት ሲሰማኝ፣ እናም ፅድት ስል፣ ንፁህ ልብስ ስለብስ አምሮብኛል እላለሁ። ውበት ኮንፊደንስ ነው። እኔ ከላይ የዘረዘርኳቸው ስሜቶች ሲሰሙኝ በራስ መተማመኔ ይጨምራል ስለዚህ አምሮብኛል እላለሁ።

ፈጣሪ ደመስገን 🙏 ነፍስ ሳውቅ አማርበት የነበረው ት/ቤት ከዓለማዊው ትምህርት አኩል በሚባል ደረጃ ሰማያዊውንም "ዓለም" አንድናውቅ የሚያደርግ ስለነበር ፈጣሪ በአምሳሉ ዕውቀት ድንቅ አድርጎ የሰራኝ ፍጥረት አንደሆንኩ እየተነገረኝ ነበርና ያደኩት ሁሌም ቆንጆና ድንቅ የሚያምርብኝ የፈጣሪ የአጁ ስራ አንደሆንኩ ይሰማኛል 🥰 "ቆንጆ ነኝ!" ከሚለው ስሜት ጋር ባደገናኝም 😊 ከላይ በሚታየው ከሆነ ተታ የለበስኩና ፀጉራን ፍራዝ ያደረኩ ዕለት ደስ የሚልና ቀለል ያለ ስሜት ይሰማኛል 😊

 **Ruta Leul**
When I shower and when I feel at peace inside. I am like Wow I am pretty 😊. And when people give me compliments.


ሩታ ልዑል

ሻወር ካረኩ በኋላ እና ውስጣዊ ሰላም ሲሰማኝ። “ዋው! ውብ ነኝ” እላለሁ እና ሰዎች ስለኔ ጥሩ ነገሮችን ሲነግሩኝ።

 **Princess Charming**
When I wake up in a good mood... It's a plus if I'm wearing heels 😊😊

ፕሪንሰስ ቻርሚንግ

አሪፍ ሙድ ላይ ሆኜ ስነቃ... በተለይ ሂል ጫማ አርጌ ከሆነ።

 **Gloria Victor**
wn I put on the crop top she loves and freez my hair or wave it and she gives me that look full of love and jealousy wn her eyes rili shine

ግሎሪያ ቪክቶር

የምትወደውን ክሮፕ ቶፕ ለብሼ ፀጉሬን ፍራዝ ወይም ዌቭ ስሰራው እና ያንን በፍቅር እና በቅናት የተሞላ አስተያየት አይኗ ላይ ሳየው፣ አይኖቻ ሲያበሩ።