

KULTURU I IDENTITET

”
Razgovor

Svestrana znanstvenica

Larisa Mann je pravna antropologinja u New Yorku, javna govornica i nagrađivani DJ. Doktorirala je sudsku praksu i socijalnu politiku na Berkeleyu nakon što je provela istraživački projekt o društvenim posljedicama intelektualnog vlasništva, posebno autorskog. Puni naziv njene disertacije glasi: Dekoloniziranje autorskog prava: Lekcija iz jamajčanskog uličnog plesa. Istraživala je i pravne implikacije stvarne kreativne prakse kroz etnografske elemente, te analizu medijskih financija i autorskih prava u popularnom tisku.

Opcenito je zainteresirana za rasprave o imovinsko-pravnim pitanjima u empirijskom istraživanju. Redovito komunicira s publikom vezanu za glazbenu i tehnološku industriju, na pravnim fakultetima i istraživačkim centrima, među hakerima, sastancima u građanskim zajednicama, o pitanjima koji se tiču prava tehnologije i kulture. (G)

ditu kako ljudi uspostavljaju međusobne odnose, ali i odnos prema tradiciji, povijesti i kulturnim praksama. Tehnološki sustavi u sebi imaju ugrađene primarne kulture i mogu biti više ili manje neprijateljski nastrojeni prema ljudima ili zajednicama iz drugih kulturnih tradicija. Queer, gay, dragqueen zajednica, kao i imigranti u svojim društvima, ostvaruju slobodu kroz glazbu, jer su im često drugi načini nedostupni. Na isti način funkcionira i društvo na Jamajci.

- Kako funkcionira rodno pitanje na sceni i u kulturi općenito, koja je točka diskriminacije?

- DJ-icima svega nekoliko, inženjerki zvuka gotovo da niti nema. Zensko mjesto je u publici, iako niti tamo nisu u ve-

ćini. U tome vidim snagu publike koja je po zastupljenosti oba spola reprezentativni uzorak koji utječe na glazbu. Zanimljivo je da u širem kontekstu, na Jamajci u siromašnom okruženju, žene zapravo imaju puno veće šanse za pronalazak posla u formalnom sektoru i zaposlenje nego što je to slučaj s muškarcima, koji se u poslovnom svijetu smatraju više "divljacima". Iako nisu pretjerano zastupljene na glazbenoj sceni, očito je da imaju druge niše u kojima mogu djelovati, a koje diskriminiraju muškarce. Takvu dinamiku sam primjetila na više mjesta. Stoga je rodna politika vrlo drugačija nego u SAD-u.

U SAD-u žene mogu ostvariti manje prava, kako pri zapošljavanju, tako i u drugim aspektima života. Na Jamajci žene ne zaraduju mnogo, ali jednostavno imaju više mogućnosti i postoji balans. Nije samo glazba, cijela kultura Jamajke je puno drugačija nego ona u SAD-u.

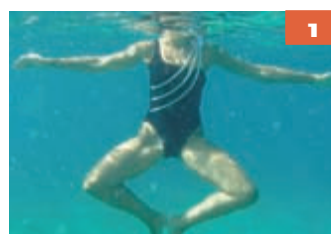


Tjelovježba

Piše body instruktorka
Morena Poglajen CarićNajpopularniji
medij za
vježbanje -
MORE

Kako ljeto caruje i živa u termometru raste, naše tijelo treba vodu iznutra, ali i izvana. Ostati u formi i biti fit ljeti je to poseban užitek. Vježbanje u takvom mediju smanjuje silu pritiska na zglobove, povoljno utječe na cirkulaciju krvi i limfe i po-

većava mišićnu jakost, izdržljivost, fleksibilnost, poboljšava držanje tijela te razvija koordinaciju i ravnotežu. Primjeri vježbi u dubokoj vodi pomoći će vam da budete aktivni i na plaži i maksimalno smanjite lješ-karenje.



1

Slika 1. i 2. Držeći ruke što mirnije na površini vode zauzmite vertikalni položaj tijela i udisajem povlačite noge u žabicu, šireći što više vaše natkoljenice iz kukova dok pete stišćete jednu o drugu. Izdisajem kao na drugoj slici snažno opružite jednu nogu naprijed, a drugu natrag. Ponovite žabicu pa zamijenite nogu. Ponavljajte do zamora jer vaši će vam kukovi i kralježnica biti zahvalni.



2

Slika 3. Zaputite se prema obali ili do bova izvedući pokret kao da okrećete pedale bicikla, u početku malim krugovima pa sve većim. Ruke mogu biti mirne ili s njima radite zaveslaje.



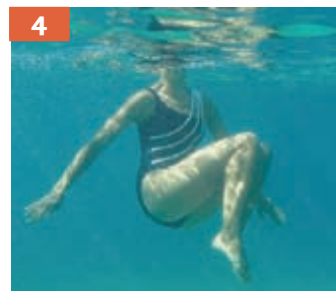
3

Slika 4. Ostanite u dubokoj vodi tijela okomito uronjenog u vodu. Duboko udahnite, a zatim izdisajem snažno spojenih nogu napravite bočno privlačenje natkoljenica prema jednoj strani trbuha. Osjetite aktivaciju kosih trbušnih mišića. Ponovite naizmjenično dvadeset puta.



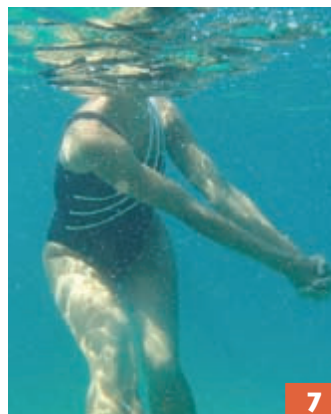
5

6



Slika 5. Isprepletite dlanove ruku iza leđa i potpuno opruženih nogu udisajem odmičite dlanove od sebe, a zatim ih udisajem približite. Ponovite dvadeset puta. Čvrsti i opruženi rad nogu držati će vas na površini vode.

Slika 6. Savijte ruke u laktovima i stisnite nadlaktice uz tijelo stisnutih šaka. Zadržavajući uspravan trup i cijelo tijelo snažno radite pokret boksanja prema naprijed. Nemojte saviti tijelo i pogrbiti se. Radite neprekidno trideset sekundi pa povećavajte vrijeme do jedne minute. Nakon ove vježbe možete ponovo napraviti nekoliko ponavljanja pete vježbe.



7

Slika 7. Isprepletite dlanove ispred tijela i duboko udahnite. Izdisajem snažno zarotirajte trup uz pomicanje ruku bočno od tijela koristeći vaše trbušne mišiće. Udisajem se vratite u sredinu i ponovite u drugu stranu, pa naizmjenično dvadeset puta. Kada osjetite da vam se poboljšala kondicija možete napraviti još jednom sve vježbe ispočetka.