



Saioa Aginako Lamarain
Psikoterapeuta

«Wanderlust»

Pertsonak adina bidaia-
tzeko modu dago. Hel-
muga etxetik gertu egon
daiteke, inguruko herri
edo hirietan, ezagutzen ez
ditugun museo, ibilbide
edo txokoak bisitatuz. Egun batzuk
izan daitezke, gauak barne, edo egun
bereko joan-etorriak. Oso hornituta
dauden hoteletan edo kanpin batean
ostatu hartuta, naturarekin kontaktu
betean.

Bidaiaitzea ohikoa dena hausteko
modu bat da, miaketatik, aurkikun-
tzatik eta harriduratik sortzen den
ongizate sentimenduaz goatzeko. Bi-
daiaitzean ikasi egiten dugu, perspek-
tiba aldatu eta “hazi” egiten gara.
Errutinatik irteteko eta errepikapena-
ren edo ohituraren ondorioz lo egon
daitezkeen beste alderdi batzuk azale-
ratzeko gonbidapena da. Bidaiek gu-
txien aurreikusten diren ingurune-
tan murgiltzen gaituzte,

ziurgabetasun hori urduritasun apur
baten iturri izan daiteke, baina askoz
gehiago emozio eta abentura sentipe-
naren iturri. Agian konturatu gabe,
gaitasun intelektualak estimulatzeko
dituen, sortzaileagoa egiten gaituen
eta trebetasun sozial eta emozionalak
garatzen dituen estimulu bat barne-
ratzen dugu. Bidaia batek aurreiritzi
askotatik askatzen gaitu, batez ere gu-
re jatorriaz bestelako kultura batean
murgildu behar dugun edo ohiko
errealitatearekin kontraste handia
egin dezakegun leku batera joaten ba-
gara.

**Badaude etengabe ingurune be-
rriak esploratu behar dituzten per-
tsonak, jende berria ezagutu behar
dutenak, esperientzia desberdinak
bizi behar dituztenak, erronka be-
rriak bilatu behar dituztenak.** Hau
da, estatiko egotea gustatzen ez zaien
pertsonek dira, mugimendua eta

ekintza behar dutenak. Wanderlust
sindromea oporretara joateko gogo
baino askoz gehiago da. Izenak gaixo-
tasun baten aurrean gaudela pentsa-
tzera bultzatzen gaitzakeen arren, erreali-
tatetik oso urrun gaude.

Interesgarria da jakitea fenomeno
hau duela zenbait hamarkadatik az-
tertzen ari direla. Wanderlust sindro-
mean, leku batean luzaroegi ez egote-
ko beharra nagusitzen da, bidaiaitzeko
gogo pairatzen dutenen bizitzaren
erdigune bihurtuz. Wanderlust efek-
tua alemanezko hitz elkarte batetik
dator: *wandern*, «norabiderik gabe
ibiltzea» eta *lust*, «pasioa». Moda iza-
tetik harago, aditu batzuek diote wan-
derlust sindromea gure geneetan aur-
kitzen dela, eta zehazkiago DRD4-7r
deiturikoan, dopamina hartzaile bate-
an (plazeraren neurotransmisorea),
zeina “gene bidaiaia” izenez bataiatu
den eta biztanleriaren ehuneko ho-
geiaren inguruan egongo litzatekeen.

**Helmugak helburu izateari uzten
dionean bidaiaitzeko plazeraz goza-
tzeko aitzakia hutsa bihurtzeko,
wanderlust esperientziak bere esa-
nahi osoa hartzen du eta bizimodu
bihurtzen da.** Bidaiaitzea plazer bat
da askorentzat, baina biztanleriaren
ehuneko hogeiauentzat premia bat
da. Leku berean luzaro egoteak gogo
nahasi bihurtzen du eta hutsunea
sortzen du, non beti zerbait falta den,
non ezezaguna eta esploratu gabea
den adrenalinazko “txute” horren ga-
bezia ia zerbait mingarri gisa senti-
tzen den.

Edozein modutan, ukaezina den
zerbait dago; ezaguna den eta aurrei-
kus daitekeenetik aldi baterako alden-
tzeko gai izateak gure garapen perso-
nalari laguntzen dio.

Ez izan zalantzarik: bidaiaitzeak beti
eramaten gaitu norabait. •



Bidaiaitzea gure ohikotasuna hausteko modu bat da.

Gorka RUBIO | FOKU