



Eleno Alkain eta Saioa Aginako
Psikoterapeutak

Bat egin ezinik

Batuetan, harremanetan ondorengoak gertatzen ari diren bitartean...

Denbora bat atzerrian eman ondoren bueltatu naiz. Hango hizkuntza ikastera abiatu nintzen, baita esperientzia berri bat bizitzera ere. Gogoratzen dudanetik horrelakoa izan naiz, zerbait nahi eta eskuratzea izan da nire helburua, batez ere esperientziak, bizipenak alegia. Apika pentsatuko dutue ez dudala lotsarik eta erreza zaidala nire ohikeriatik ateratzea, ez da horrela alabaina. Bakarrik sentitu eta gertatzen zaidanarekin arduratsua izaten saiatzen naiz ahal dudan heinean. Zoriontasunaren zati bat hori da, norbera bere buruarekin lasai eta gustura bizitzea, ez da horrela?

Joan nintzen beragatik bueltatu naiz, bere garaian egin nuen bezala, nire senari arreta jarri eta gero, proiektu berriak ekiteko grina piztu baitzen nire barnean. Hau irakurrita ere oldarkortzat joko nauzue batzuek, baina ez, ez naiz oldarkorra; gogoetak ere izaten ditut, eta zergatik ez eman aukerarik burutazioei ekintzaren bitartez burutik ateratzeko? Orain arte horrela egin izan dut, eta esan diezazueket nire buruarekin bakean bizi naizela behintzat.

Proiektu berritzaile horien artean maitemintzearena daukat. Norbait ezagutu nuen hemendik nenbilela lagunak eta familia bisitatzen. Lagun baten laguna izateak ez dakit lagundu edo zaildu egin zidan berau musukatzen ausartzeko pausua ematera. Geroztik kontaktuan gaude. Hala ere, batuetan kulunka ikusten dut gure harremana. Ez dakit berak zer nahi duen, nola sentitzen den nirekin, nora dioan gure harremana. Buelta gehiegi emango al dizkiot? Pertsona hiltuna naiz, bera ordea isilagoa, hermetikoa, kontserba poteak bezala. Estututa sentitzen naizenean gure harremanari buruzko dudak agertzen zaizkit, estutuko ez ote dudana, hain da independentea!

Gaur badira hiru egun berari buruz ezer ez dakidala, azkenaldian larri zebilen eta beharbada berarentzako denbora beharko du. Deitu eta mugikorraren beste aldean grabazio bat besterik

ez dut entzuten: «Telefonoa itzalita edo seinalez kanpo dago, bip-bip-bip...».

...aldi berean bestelakoak ere gertatzen ari dira:

Badira hiru egun mugikorra lanean ahaztu zitzaidala, segur aski berak deitu egingo zidan. Interneten mezua utzi nion gertatutakoa jakin zezan, baina erantzunik jaso ezean, nire mezua irakurri ez duelakoan nago. Arduratuta egongo da, mila pentsamendu etorriko zaizkio burura, eta gehienak ezkorrak nire ustez. Ulertzen dut, hiru egun niri buruz ezer jakin gabe bada denbora. Hala ere, ez naiz telefonoz hitz egiten eroso sentitzen den pertsona horietakoa. Nire burua isiltzat definituko nuke, eta entzutea hitz egitea baino gustukoago dutenen artean kokatuko nuke. Horrek pertsonekin bat egiteko zailtasunak izatea ekartzen dit. Bera ezagutu nuenetik arreta komunikazioan jartzen ari naiz, nire sentimenduak, nire arima egoera, hitzen bitartez azalarazten saiatuz, baita telefonoa komunikabide lez gehiago erabiliz ere.

Bera ezagutu nuenean, atzerrian bizi zen eta lagunak eta familia bisitatzen omen zegoen. Niregana hurbildu

eta erabakitasunez musu eman izana gustatu zitzaidan. Ondoren, pertsona batekin aspaldi sentitzen ez nituen emozioak loratu ziren nire baitan, eta geroztik harremanetan jarraitzen dugu. Bera beti sentimenduak adierazten saiatzen da eta hori da beragandik gustuko dudana ezaugarrietako bat. Hala ere, gure harremanean oreka galtzen sentitzen dut nire burua. Beharbada pertsona independenteegia naizelako eta beste norbait kontuan hartzearen ohitura galduta dudalako, edo maitasunak sortzen didan emozio zurrumbiloa kudeatzea kostatzen zaidalako. Bestalde, kontziente naiz nire harremanak fitxategi batean bezala, zurrunki, koloreka, sailkatu ditudala; alde batetik, hemengo lagunak; bestetik, hangoak; familia multzo batean eta bestean alor ezberdinetako ezagunak... Horrela nola egin harreman berri baterako lekua kolore guztiak bannanduta badaude?

Koloreak nahasten hasi nahi dut, bizitza tonalitate berriekekin margotzen. Hori eta urdinetik berde bat atera eta hostoak, igelak eta itsasoa berriro asmatu. Munduarekin harremanetan jartzeko nire modua berreraiki nahi dut. •



Denbora bat atzerrian eman ondoren bueltatu naiz.

THINKSTOCK