



Maitena Usabiaga Sarasua
Psikologoa eta sexologoa

Bikote ohiak

Azer mundua bikote ohiena, auskalo zenbat denbora eta energia eskaini diogun gai honi... Baina gai askotan bezalaxe, gauza ez da zenbat hitz egin dugun (kuantitatiboa), nola (kualitatiboa) baizik. Ikuspuntua oso garrantzitsua da edozein gai jorratzeko orduan; begirada desberdinek ondorio desberdinetara eramán gaitzakete. Eta badirudi bikote ohiek badutela halako laino beltz bat, begirada ilun bat. Nola kudeatu haiekiko dugun harremana?

Lehenik eta behin, has gaitezen “bikote” kontzeptuarekin. Nola ulertzen dugu bikote izatea? Gure kulturán eta beste askotan, maitasun erromantikoak izugarrizko garrantzia duela esan genezake. Ikuspuntu, filosofia, pentsamendu... horrek, balio eta sinismen batzuk bultzatzen ditu, hala nola eksklusibotasuna, monogamia, heterosexualitatea, bikotearen nagusitasuna... eta horiek gure harremanetan duten eragina nabaria da. Ideia horiek harremanen irizpide eta arau bihurtzen ditugu eta horrenbestez, gure bizipenen esanahiak horien menpe egoten dira askotan.

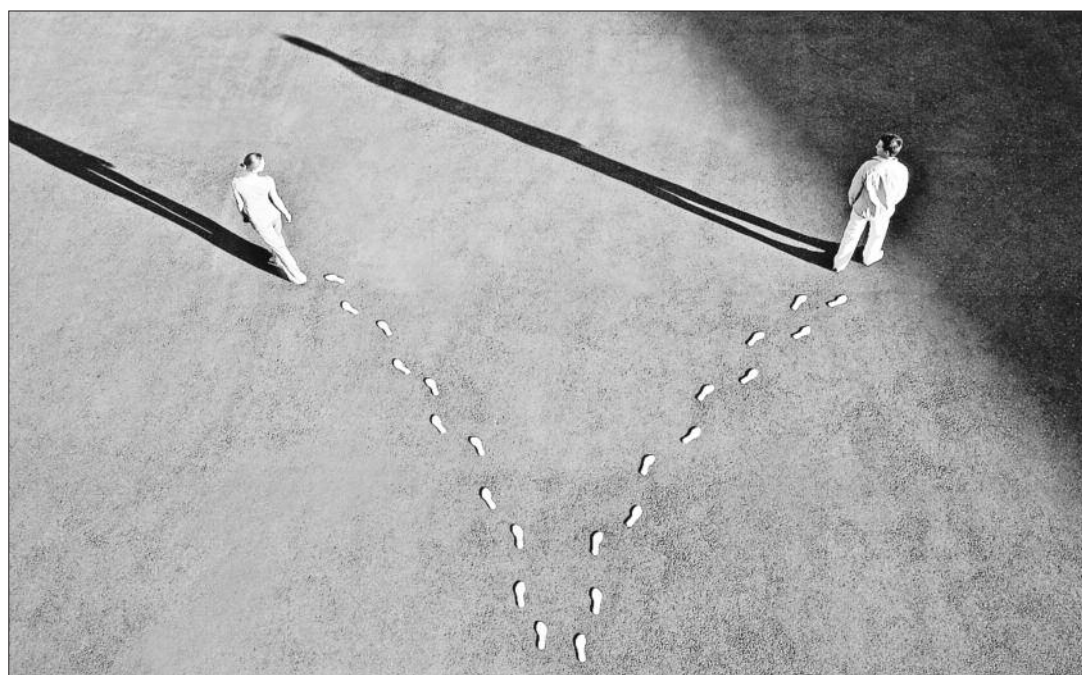
Bizi duguna ulertzen saiatzeko, ditugun erreferentzietara jotzen dugu eta horien arabera modu batera edo bestera interpretatuko dugu gertatutakoa. Honelako sinemenekin aurki gaitezke maitasun erromantikoaren markoan: benetan maite banau ez da beste inorekin egongo, jelskor sentitzen bada maite nauen seinale da, bikotea da garrantzitsuena, benetako maitasunak guztia lor dezake... Eta zer leku hartzen dute bikote ohiek? Gehiegitan mehatxu bihurtzen dira, arriskutsu, etsai.

Bikotekideak bere bikote ohiekin harreman ona badeu, «kontuz!» esaten digute. Zergatik mantentzen du beraiekin harreman ona? Nola da hori posible? Besteak ahaztu ezinik da-goelako da? Ez nau hainbeste maite? Zertarako hitz egiten du besteekin? Deigarria egiten zait harreman onak mehatxu bihurtzea eta ez alderantziz.



Agian harreman ona dute egoera ondo kudeatu zutelako, elkar maite eta errespetatu zutelako bere garaian eta oraindik ere hala egiten dutelako, nahiz eta harremana formaz aldatu. Edo kapitulu hori bukatu zela onartu zuten, gauzak hasiera bat eta amaiera bat dutela onartu, kontratua birdefinitu... Badakigu harremanak aldatzea ez dela lan samurra. Pertsona batzuei agur esatea, gero arte edo ikusi arte, zaila egiten baita askotan; nahiak aldatu direla onartzea, bere ondoan zoriontsu ez garela esatea, beste bide bat hartu nahi duzula, beste norbait azaldu dela adieraztea... zaila da, bai, baina ez ezinezkoa.

Halako egoerak kudeatzen frogatzen dugu gure burua. Erraza da besteek entzun nahi dutena esatea, baina min egin dezakeena esatea, erronka ederra da. Halako egoerak ahalik eta ondoen kudeatzen jakitea altxorra da. Zure buruaz arduratzea, bestea ikustea, aldaketak onartzea... goi liga. Baina, horrela, gure ondokoaren harremanengatik poz gaitezke; bai, poza sentitzeaz ari naiz. Bere bizitzan garrantzitsuak izan diren pertsonak maitatzen jarraitzen duelako, elkar zaintzen dutelako, elkarrenganako esker onez daudelako, hazi direlako. Bidelagunekin harremana zaindu eta elikatzea izugarria da. Ikasitakoa eskertuz, bizitakoa mantenduz eta aurrera begiratzuz. Agian harreman gatazkatsuek edo harremanik ezak gehiago inporta beharko ligukete, ezta? •



Bi pertsonen arteko harreman mota aldatzea ez da lan samurra, baina bai osasuntsua. GAUR8