



Maitena USABIAGA SARASUA
Sexologoa eta psikologoa

Mugatuak gara



Azken garaiko mezu positibitzaile eta motibitzaileek burua galtzera naramate. Beraien helburuaren aurkako sentsazioa, ziurrenik. Behin eta berriro errepikatzen diren mezu batzuekin natorkizue: «Zuk nahi baduzu, lortuko duzu», «zure ametsak jarraitu eta errealitate bihurtuko dira», «ez duzu mugarik, nahi duzuna egitera iritsi zaitezke» eta horien kuadrillako beste hainbeste. Fiktionean, denek gauza bera esan nahi dute: ez dago mugarik eta zuk ahal duzu. Kaka zaharra. Nahikoa da, isildu zaitezte.

Sentitzen dut horrela adieraztea, nazkatuta eta haserre nago mezu horiekin. Eta ez haien esentzia neoliberalengatik edota lan intrusismoarengatik (orain mundu guztia da coach edo terapeuta profesionala), sortzen duten sufrimenduagatik baizik. Mugatuak gara. Denok. Guztiak. Bai, zu ere bai. Mugak ditugu eta ezin dugu edozer lortu nahiz eta asko-asko saiatu. Gauza batzuk bai, beste batzuk ez. Horrelako sinplea eta errealista. Zergatik esan aurkakoa? Barkatu, zertarako esaten dizkigute halakoak?

Burura etortzen zaidan arrazoietakoa bat zera da: lortzen duzuna eta lortzen ez duzuna zeure esku bakarrik dagoen ilusio faltsua sortu nahi izatea. Ez bazaude toki horretan, ez zarelako saiatu izango da. Eta noski, ez du zerikusirik desoreka estrukturalekin, pribilegioekin, bostere harreman polarizatuekin... Bai zera! Dena zure esku dago. Beraz, merezi duzuna daukazu. Ez gehiago ez

gutxiago. Orain... gainerakoak, testuinguruak, ez du bat ere zerikusirik, ez horixe. Aurpegia ikusi behar didazue hau idazten ari naizen bitartean...Hau nazka!

Estruktura mantentzen jarraitzen duten horiei ardura kendu ez ezik, halako mezuek gure zaugarritasuna saihesten dute, ikusezin bihurtuta. Berriz ere gure muga eta gabeziak ezkutatzera garamatzatela uste dut, horiez lotsatzera. Edonor izan daiteke triatleta, edonork doktoretza bat egin

dezake, soldata duina izan, tristuratik irten... Bada, batzuetan eta batzuek, ez. Asko sentitzen dut. Ditugun bertute eta ahalmenetan ere anitzak gara. Badakit agian harrigarria dela nik hau esatea, baina uste dut askoz ere osasuntsuagoa dela gure mugak ezagutu eta onartzea.

Ez dut inondik inora konformismora eraman nahi gaia, ezta etsipen patologikora, babesgabetasunera ere. Ez dut esan nahi saiatu behar ez dugunik, geure onura lortzeko borrokatu behar ez dugunik... Esaten ari naiz mugatuak garela eta mugak ezagutu eta onartzea osasuntsu bizitzeko ezinbestekoa dela. Gure abilezia eta indarguneak ezagutzea ezinbestekoa den bezala, gure muga eta ezinak ezagutzea ere bai. Ez garelako gauza bat edo bestea: biak gara (eta bien tarteko guztia).

Zaugarritasunak, mugatuak izateak, egiten gaitu garena. Ez horrek bakarrik, noski, baina horrek ere bai. Hau onartzea ez da porrota, ez da lotsagarria. Mugatuak garelako gara. •



Osasuntsuagoa da gure mugak ezagutu eta onartzea. GETTY IMAGES