



Saioa Aginako Lamarain
Psikoterapeuta

Batera

Gure historia berrienean guztioi bat-batean hain arau zorrotzak nola ezartzen zitzaizkigun ezagutu gabeak ginen.

Hainbat hamarkadako borrokaren fruitu izandako askatasuna bat-batean galdu dugu, mugitzeko, lan egiteko, harremanak izateko mugimendu askatasuna. Orain, gure gizarteak berriz ere esnatzen hasi dira, modu lotsatian. Neurri berriak, baina, nagusi dira nonahi: “baimena eman” digute kalearekin, jendearekin... berriro harremanetan jartzeko, orain “normaltasun berria” deitzen duguna eraikitzeke agindua-rekin egin ere.

Gizarte gisa dugun heldutasuna erakusteko unea da, arduratsu izateko eta gure burua ez ezik, bestearena ere zaintzeko dugun gaitasuna aurrera eramateko. Ezarritako arauetatik harago, erantzukizuna, eskuza-baltasuna eta zentzu etikoa dago, une bakoitzean nola jokatu jakiteko.

Nolabait ere, bizi dugun egoera honek gutako bakoitzarengan balio etiko berriak piztu behar ditu, bizi dugun guztiari helburua eta zentzua emateko. Ez da arau batzuk betetzea bakarrik. Konfinamendu garai honetan, askok egin dute gogoetariketa baliotsua, gure munduak orain behar duena enpatia, eskuza-baltasuna eta talde gisa jarduten jakitea dela ulertzeko, krisi une hau, maila guztietan arrakastaz gainditzeko. Gauza bat argi eduki behar dugu, gaur egungo “pandemiari” aurre egiteko, ez da nahikoa gure osasun fisikoa zaintzea, guztiok segurtasun-distantzia errespetatu eta etxetik maskararekin irtetea. Jarraibide horiekin, ez dira uneotan ditugun arazo guztiak konpontzen: langabezia,

haur eta nerabeek hezkuntza mailan izandako aldaketen kudeaketa eta beraien garapenerako beharrezkoak diren baldintzak deuseztatu eta debekatzea, kontziliazioa, doluen atzeratzea... Deskonfinamenduan erantzukizun pertsonala izateko, guztiz beharrezkoa da errealitate horiez jabetzea. Ahal den neurrian, denok besteen alde zerbait egin dezakegula ulertzea.

Gure lehengo bizitzak irrikatzen ditugu eta irrika horren izenean, gizarte baten zati txikia eta beharrezkoa garela ahazten dugu, eredu garela ahazten dugu, bestearen ongizatearen atal garela ahazten dugu. Arrazoi asko daude erantzukizun indibiduala arduragabekeriara, gizalege eta gizatasun ezera bideratzeko. Izan ere, gizatasunaren zentzuak berekin dakar norberekoikeriatik harago joatea, talde soziala

garela eta gure biziraupena bestearen zaintzatik eta babesetik abiatzen dela ulertzeko. Kontzientzia pertsonala balioekin eta hausnarketarako gaitasunarekin elikatzen da. Bere mundutik ateratzea lortzen duen begirada da, besteekin konektatzeko eta nola jokatu ulertzeko.

Azken hilabeteotan, gutako askok gure bizitzako hainbat alderdiri buruz hausnartu dugu. Horrek guztiak aldaketak sortzeko balio behar digu, maila globalean batuagoa dagoen gizarte osasuntsuago, kritikoago eta kontzienteago bat sortzeko. Beraz, egungo egoera aldatzeko, laguntza-jarrera bat har dezagun, denok batera eta denontzat, orain behar dugun benetako eraldaketa, horretatik abiatzen da eta. Bestela, egoera honen oztopo izango gara. •

saioaaginako@gmail.com



Egoera aldatzeko, laguntza-jarrera har dezagun, batera eta denontzat.

Jagoba MANTEROLA | FOKU