



Maitena Usabiaga Sarasua
Sexologoa eta psikologoa

Zaurgarritasunean



Ez dira garai errazak, eza-
gutzen genuen egune-
rokoa aldatu zaigu eta
ziurgabetasuna da gure
bandera nagusia. Beti
izan da horrela, dakigun
gauza bakarra da ez dagoela ziurta-
sunik, baina esan genezake oraingo-
an bortizki jo gaituela sentazio ho-
rrek. Zaurgarri sentitzen gara, txiki
eta ahul. Badakigu egun batetik bes-
tera gauzak alda daitezkeela eta dena
ez dagoela gure esku.

Zaurgarri izatea ahul izatearen si-
nonimotzat jotzen duen sistema ho-
netan, zaila egiten zaigu gure alde
hori atera eta lasaitasunez bizitzea.
Esan genezake gure hezkuntza siste-
mak, baita osasun sistemak ere, gu
indartsuak eta seguruak izatea bila-
tzen duela. Ahultasunak gainditu, al-
de batera utzi eta norbait izatera
bultzatzen gaituzte. Ez egin negar, ez
esan txorakeriarik, indartsuak izan,
hobetu, lehiatu, ez gaixotu, segi, ja-
rraitu, ez gelditu. Eta hor goaz, ahal
dugun modura, askotan galduta.

**Ezaugarri honek, zaurgarri izateak,
badu bereizgarri sexuatu bat. Emakumeei lotuta egon den ezaugarria
izan da askotan, gu gara ahulenak,
sentiberenak, hauskorrenak.** Gizo-
nezkoak, ordea, indartsuak dira, go-
gorrak, sendoak eta salbatu egingo
gaituzte. Ez da kasualitatea, ezta? Da-
goeneko edonork ikus dezake des-
berdintasun hori, baina zer ari gara
egiten horrekin? Nola bilatzen dugu
denon ahotan dagoen berdintasun
hori? Onartzen al dugu zaurgarriak
garela? Besteen aurrean hauskor
azaltzen al gara?

Ezekkoa ateratzen zait. Guztiok in-
dartsuak garela erakutsi nahi dugu,
gure burua defenditzeko gai garela,
ez dugula inoren laguntzarik behar,

independenteak garela, autonomo-
ak. Egia da hori? Ezekkoa ateratzen
zait berriro. Besteen beharra dugu,
horrela da. Ez gara ezer bakarrik,
besteekin gara eta hori onartzea
ezinbestekoa da aurrerapausoak
emateko. Interdependenteak gara
eta hori ez da txarra (zer da ona eta
zer txarra?), nahiz eta hori esan di-
guten. Besteen lanaren beharra dau-
kagu, bestearen begirada bilatzen
dugu, maitasuna, goxotasuna, inti-
mitatea, konfiantza, gertutasuna... Ez
al da horrela?

**Zaurgarriak gara, eta bestearen au-
rrean horrela agertzea egin dezake-
gun ekintza ausartenetakoa irudi-
tzen zait.** Zergatik? Denok garelako
hauskorrak, beldurtuta gaudelako, ez
dugulako bakarrik sentitu nahi, ez
dugulako mina sentitu nahi, ez du-
gulako hil nahi. Baina hori onartzeko

ausardia izan behar dugu eta asko-
tan ez da erraza izaten halako inda-
rrak topatzea. Ezin dugu den-dena
kontrolpean izan, ezin dugu beti in-
dartsuak izan eta ez da ezer pasa-
tzen.

**Mingarria izan daiteke bestearen
aurrean horrela agertzea, beldurra
ematen digu bestearen erreakzio-
ak, mina egiteko arma perfektua
ematen ari gara.** Argi dago ez garela
horrela azalduko edonoren aurrean,
zainduko gaituen horrekin egiten
dugu, nahiz eta batzuetan ez asmatu
eta min hartu. Mina sentitzearen
beldurrarekin bizi gaitezke, hilko ga-
ren beldurrarekin bizi gaitezke, eta,
ondorioz, gauza asko galduko geni-
tuzke. Edo onartu dezakegu baietz,
zaurgarriak garela, beldurtuta gau-
dela eta ez dakigula zer eta nola
egin. Eta inork badaki? •



Zaurgarri izateak badu bereizgarri sexuatu bat, emakumeei lotuta egon dena askotan.