

GARENA GORPUZTEN: BURUTIK ATERATZEN ZAIGUN ADAR HORI

Gorputza marrazteko eskatzen badigute, bururik gabekoa irudikatuko genuke. Mendebaldeko kulturek ekarri ziguten aspaldian guda hau: burua vs gorputza. Osotasun bat bitan banatzeko joera, hain zuzen. Kultura kontsumista eta konpetitiboa. Hala azaldu digu Clara Wolfram sexologoak. Zein da gorputzarekiko ikuspegia? Euskaraz ere, “geure buruaz” hitz egiten dugu.



ILUSTRAZIOA: IZARO MARIEZKURRENA



Ainhoa Mariezkurrena Etxabe
@xorginkeiak

“Judutar eta kristau erlijioetan burua da prestigiosoa eta gorputza akatsa”, diosku Wolframek. Gorputza ulertzeko modu horrek hainbat modutan eragiten du pertsonarengan, izan ere, haren gaineko kontrolik ez izatera eramaten du. Gorputzak besteen esku uztea historian errepikatu den kontua dela dio sexualitate eta berdintasunean aditua den emakumeak: “Amonek sexu-harremanak noiz eta norekin izan ez dute erabaki maiz, alaba ezkontzera behartu dugu... Emakumeon gorputza ez da historikoki geurea izan eta gizonarena ere gerra makinaria edo sistema kapitalistaren esku utzi da”.

Sorginek lortu zuten, garai batean, beren gorputzaren jabe izatea. Eta hil egin zituzten. Orokorrean emakume jakintsuak ziren, naturarekiko eza gutza zutenak eta erabilpena ematen ziotenak; ideia propioak zituztenak, sortzaileak, askeak. Hala izanik ere, jendarteak haiekiko izua zabaldu du. Finean, horri guztiari beldurra; tartean, gorputza erakutsi, sentitu eta aurre hartzeari.

Garunak ezinbesteko papera betetzen du honetan. Buru barneko hotsak; jendarteak eta norberak sortuak. Gorputza begi okerrekin begiratzeak pentsamendu negatiboak sortzen ditu eta alderantziz. “Etsairik latzena barruan daukagu”, dio Wolframek, “naizena onartu eta nire gorputzaren aliatua bilakatu behar naiz”. Baina adimen arrazionala eta sentimental bereizi egiten dira eta maila desberdinetan ipini. Dikotomia horren barnean, osotasuna lortzearen garrantzia azpimarratu du, ez baitago gorputzik gabeko garunik ezta garunik gabeko gorputzik ere. Garunari esker sentitu eta maitatzen dugu, hausnartu, amets egin eta mugitu eta gorputzak gauzatu. “Psikosomatikoa eta psikoafektiboa bezalako hitzak asmatzen dira sentsazioez hitz egiteko, baina gorputza garelaz ahazten zaigu”.

Ohitura dugu gorputzari ez entzuteko. Wolframek dioen moduan, ezinezkoa litzateke bestela, bizi garen abiaduran bizitzea. Izan ere, daramagun bizi-erritmoak, heziketak, elikadurak, emozioek, gorputz espresioak, loak, azalak, sexuali-

PROPOSAMENA

GORPUTZA ENTZUTEN HASTEKO

Egizu zeurea gaueko oheratze unea. Ahaztu beharrez, kezkez, urduritasunaz, denboraz. Une horretan ezer gutxi egin baitezakezu. Begiak itxi eta sentitu gorputzaren pisua ohearen aurka. Tximeleta bat imajinatu gorputz barnean eta jarri arreta egingo duen bidaian: hanketako behatzetatik azken ileraingoa. Nola sentitzen da gorputza?

tateak, zentzumenek, ahotsak... eta beste hainbat faktorek du eragina gorputzaren gain. Burua eta gorputza maitatzeko erritualetan norberak bilatzera animatzen du Clarak. Hemendik aurrera, gorputza eta osasunaren ulermenaz eta norberaren ahalmenez hitz egingo dugu atal honetan, burujabe bilakatu edo izana gorputze aldera. ■