

Aloña Erauskin

BIZIRAULEA



SORTZETIKO GAIXOTASUNAK DITUGUNOK EZ DAUKAGU ERABAKITZEKO AUKERARIK GAUZA ASKOTAN



Bihotzak eztanda egin arte biziko da Aloña Erauskin (Berrobi, 1999), beste guztiok bezala. Besteon aldean, ordea, presente dauka aukera hori.

 ONINTZA ENBEITA  DANI BLANCO / ARGIA CC BY-SA

Hilabete bizitzeko jaio zinen zu, baina 26 urte bete dituzu.

Hala da! Hara, 30 urtera iristen banaiz, eta espero dut iristea, Troiak su hartuko du. Besteentzat 90 urte betetzeak esan nahi duena, niretzat 30 betetzeak esan nahiko du, eta zerbait potoloa antolatu nahi nuke egun horretarako. Oraindik 26 dauzkat, hala ere, eta horiek bete izana kristoren oparia da. Beste guztiok bezala nire gorabeherak ditut, baina oraintxe oso ondo nago. Bidean borroka asko egitea tokatu zait, eta tokatuko zait, baina hain gazterik nik jaso ditudan zaplaztekoak hartuta, barealdia etorri da. Zaila izan da ondo egotea, baina berriro ekaitza baletor, teknika onak ikasi ditut aurre egiteko. Izan ere, liburuan kontatu dudana bezala (*Bizi, bihotzak eztanda egin arte*), nortasun agirian 26 urte dauzkat, baina bizitza errealean ematen du 65 dauzka-

dala. Espero dut su-eten luze samar bat izatea orain, baina hala ez balitz, badut egoera kudeatzeko modua.

Zeintzuk izan dira borroka handi horiek?

Haur txiki bat gaixorik jaiotzea ez da bizidetzeko. Txiki-txikitik eragozpen asko izan ditut. Emakumea izanda, gainera, gehiago. Etengabeko borroka da. Goizean esnatzen naizenetik gauero loak hartu arte, orduro egongo da momenturen bat nik heriotzan pentsatuko dudana. Orduro. Aloeder proiektuarekin hori dena mahai gainean jarri dut, eta orain konturatu naiz ez dela normala. Ni testuinguru konkretu batean hazi eta hezi naiz, eta beti pentsatu dut hori izan dela egokitu zaidana. Hankak lurrean jarri eta jendearekin hitz egiten hasten zarenean, ordea, konturatzen zara heriotzarekin pentsa-

tzen egotea ez dela normala. Ez da normala nerabezaroan zigarro bati kalada bat emateko beldurrez egotea gertatu daitekeenagatik. Eta ni jaio nintzen egunetik, edo inozentziak alde egin zidanetik, beldurrez bizi naiz. Beldurrari aurre egiten eta beldurra normala dela onartzen ikasi egiten da, baina nekagarria da. Jendeak esaten du oporrak behar dituela, baina nik ez daukat oporrik. Ez dut lanik egiten, baina ez daukat oporrik. Hainbeste gauzari aurre egin behar izan diet: medikuak, inkapazitatea, burokrazia... Hori ere bada. Zaila jartzen dute dena eta azkenean, jubilazioa lortu dudanean, borroka hori itxi dudanean, barealdian sentitzen naiz. Orain sentitzen dut badudala baliabide nahikoa nire gorputzari ahal dudana emateko: terapia beldurrak kudeatzen ikasteko, pilates gorputzari indar apur bat emateko, fisioa...



Aloña Erauskin

BERROBI, 1999



Liburu batean bota zuen Erauskinetik sortzetiko kardiopatiarekin bizitzeak eragindako mina: *Bizi, bihotzak eztanda egin arte* (Zorrotz, 2024). Haurtzaroko fobiak ere liburuan utzi zituela dio: "Itxi nuen liburua eta askatu egin nintzen". Leihoak ixten direnean, ateak zabaltzen direla esaten dute, ordea, eta hor jarraitzen du Aloeder proiektuarekin ate berriak zabaltzen etengabe.

Zuk esan duzu ez dela normala heriotzaz pentsatzea, baina hil, denok hilko gara.

Hortara etorri gara!

Zuk presio handia duzula egia da, baina hemen gaude biok eta ez dakigu biotatik zein hilko den lehenengo.

Berrobin bertan, gazteak hil izan dira, eta ni haien hiletetara joan naiz. Zer uste duzu? Hileta horietan ez zaidala hotzikara jartzen? Gehiago esango dizut: gazte baten hiletan etorri ziztzaidan haren hurbileko bat eta esan zidan ni hura baino lehen hilko nintzela pentsatu izan zuela beti. Herri honetan mundu guztiak espero zuen ni hil egingo nintzela.

Zuretzat zer izan da onartzeko zailena: jendeak etengabe gaixotzat hartzea, heriotzaren presentzia...?

Gogorrena hegala moztea izan da. Kardiopatiarekin jaio nintzen, urtero egin izan ditut errebisioak medikuarnean, eta horrenbestez kito. 23 urterekin, ordea, bizitza eraikitzen hasi nintzenean, bihotzak eztanda egin zidan. Karrera amaitu nuen, lanean ari nintzen, askatasunean murgiltzera nindoan, eta dena bertan behera utzi behar izan nuen. Behin, batxilergoan geundela, historiako irakasleak esan zigun feminismoaren erroa independentzia ekonomikoa dela. Azalean bizi izan dut hori: gurasoei paga eskatze-tik, nire nahiaren kontra, senarraren kontura bizitzera pasatu behar nuen. Orduan hasi ziren paperak eta borroka. Esaten zidaten hiru urte ez banituen kotizatu lehenago, ezingo nuela jubilaziorik eskatu. 22 urterekin amaitu nuen karrera eta 23rekin utzi behar izan nuen lana. Ingurukoek haien laguntza eskaintzen zidaten, baina nik libre izan nahi nuen ahal nuen heinean. Horregatik nago orain momentu goxoan: jubilazioa lortu dut.

Independentzia ekonomikoa beste era batera lortu duzu.

Hor dago Aloeder proiektua.

Zer da zuretzat Aloeder?

Egon da bolada bat, Aloederri begira, pentsatu izan dudana: "Zeinen ondo ateratzen zaion dena neska honi!". Eta neska hori neu naiz! Mundu guztiak txalotzen du Aloeder, miretsi egiten dute... baina gero Aloederren maskara kendu eta etxean minez egoten dena

Aloña da. Inkapazitatearen kontuarekin Aloñak izugarri sufritu du. Gero Aloederrek sare sozialetan sufrimendu hori konpartitu izan duenean mundu guztiak esan dio onena dela. Azkenean ulertu dut Aloederrek Aloña behar duela Aloña delako esperientzia duena eta sufrimendutik irakaspenak atera dituela. Aldi berean, Aloñak Aloeder behar du motibazioa delako. Aloeder *alter ego* bat da, erakutsi didana obarioak ondo jarrita ditudala eta ezerezetik gauzak lortu ditzakedala.

Itxuraz ez du ematen gaixorik zaudenik, eta sare sozialetan ez da sufrimendurik ikusten. Inoiz sentitu duzu sare sozialetan erakusten dugunaren eta errealtate faltsua saldu nahi izatearen arteko mugak lausoak direla?

Begira, aste honetan bertan publikazio bat egin nuen Instagramen. Badakizu, bizitza zoragarria dela erakusten duten hondartzako argazki batzuk. Bada, ezabatu egin nituen. Neure buruari esaten nion bizitza eder hori ez zela une horretan bizitzen ari nintzena: izeba operatu berri, etxean dena hankaz gora... sare sozialek dena arrosa kolorez margotuta publikatzera bultzatzen gaituzte. Uste dut norbaitek asmatu zituela guztiok pentsa genezan mundua ederra dela beti, eta hala ez badugu sentitzen gure ardura dela. Saiatzen naiz sare sozialak kritika sozialerako erabiltzen, eta nola ez, sortzetiko kardiopatiak ikusgarri egiten. Zeren ez zait ezer nabari, baina nik goizero eta gauero karrokada bat pastilla hartzen dut, satuometroa etengabe jartzen dut behatzean, atzo bertan kardiologoarekin telefonoz egon nintzen pastilla berri bati buruz hizketan... nire bizitza hori da!

"Nire bizitza hori da", esan duzu.

Kontatzeak zertarako balio lezake?

Jartzen naiz nire gurasoen edo anaiaren lekuan, eta badakit indar handia egiten dutela ni aurrera ateratzeko. Norbaitek azaldu balie zerbait, egoera berean dagoela esan, hitz egin... errazagoa izango zatekeen haientzat. Gazte askok idazten didate sare sozialetan: Madrilera joan behar dutela eta urduri daudela, haien kardiologoa halako dela eta ea nirea nor den, 16 urte dituztela eta gaizki pasatzen ari direla... jartzen naiz 14 urteko Aloña hartan pentsatzen eta, nik ere izan banu hitz egiteko norbait edo erantzunen bat eman ahal izango



zidakeen norbait! Nire kasua kontatzeak laguntzen du esateko hau kaka zaharra dela, baina bizirik nagoela, ez naizela adimen artifizialak asmatutako norbait, existitzen naizela. Beraz, hau negatik egiten dut, alde batetik: egunero zerbait egiteko izateak lagundu egiten dit. Beste alde batetik, gure gaitza ikusgarri egin dezaket.

Osasun sistema publikoak badauka gaixotasun kronikoak dituzuenoi laguntzeko behar adina baliabide?

Badakit murrizketa asko egin ditzutela, baina nik neuk zortea izan dut. Zaindua sentitu naiz beti. Bestalde, egia da gaixotasun kronikoak ditugunok ez badugu zainduta sentitu behar, ea zeinek sentitu behar duen. Nire kasuan, dena den, ez daukat kexarik. Larrialdietan azaltzen banaiz edozein pneumo-

niarekin, segituan artatzen naute. Kontua da, arazo berarekin zu bazoaz, ordu mordoa itxaron beharko duzula agian:



Nire kasua kontatzeak laguntzen du esateko hau kaka zaharra dela, baina bizirik nagoela, ez naizela adimen artifizialak asmatutako norbait

arazoa hor dago. Nik medikuaren telefono zenbakia daukat, oporretan ere deitu egin diezaioket... jendeak ordaindu egiten du halako zerbitzua izatearren, baina guri, publikoan lan egiten duten profesionalak tratatu hori ematen digute. Hori goraipatu egin behar da.

Irakurtzen duzunean osasungintzan murrizketak egingo direla, zer pasatzen zaizu burutik?

Uholdeak egon dira Berrobin orain dela aste pare bat, adibidez, eta herriko WhatsApp taldean irakurri nuen errepideak itxita zeudela. Antsietate krisia izan nuen. Hasi nintzen pentsatzen zerbait

gertatzen bazitzaidan ezingo zuela anbulantziak nire bila etorri, eta estutu egin nintzen. Itzalaldian ere berdin: larri egon nintzen jakin nuen arte ospitaleek badituztela larrialdietan argindarra lortzeko sistema propioak. Nire buruan alarma hori dago beti. Orduan, dudarik gabe, ezin dugu osasungintzan murriztu. Inbertitu behar dugu osasunean eta hezkuntzan.

Gizartean badago gabeziarik gaixotasun kronikoak dituen jendearekin?

Gu, produktiboak ez garenok, beste errail batean goaz. Ez dugu balio. Nik, esaterako, ezingo nuke ama biologikoa izan. Beraz, ez naiz produktiboa emakume bezala.

Zaila izan da zuretzat hori onartzea?

Bai. Ama izateko modu asko daude, baina nik ezin dut haurdun gelditu. Dolu potoloa izan nuen. Beste bide batzuk jorratzea erabaki genuen, eta aurtengo urtarrilean adopzioaren inguruko formazioa izan genuen. Berriz ere takikardia gogorra izan nuen, eta pentsatu nuen zerbait esaten ari zitzaidala bihotzak eztanda egin arte bizitzeko. Obsesionatuta nengoen amatasunarekin: haurdunaldi subrogatua ere aztertu nuen. Niri ginekologoak esaten zidan dena ondo daukadala, adin ugalkorrean nengoela eta joaten nintzen kardiologoarengana eta esaten zidan pentsatu ere ez egiteko haurdun gelditzerik. Badakizu ze borroka den hori? Esan nion bikotekideari: haurdun gera naiteke, baina hiltzeko arriskua dago. Orduan esan zidan berak ez zuela nik ekarritako umerik nahi, ni nahi ninduela. Hor egin nuen klik bat. Produktibitateari begira beste errail batean noa zentzu guztietan: 26 urterekin jubilatuta nago, argi daukat ez naizela haurdun egongo, eta nahikoa argi ez naizela ama izango. 26 urterekin nork ditu gauza horiek hain argi?

Egongo dira batzuk ama izan nahi ez dutenak.

Jakina, haiek erabakita, ordea! Esan nahi dizudana da, niri hau tokatu egin zaidala. Nik entzuten ditudanean beste emakume batzuk erabaki egin dutenak ama ez izatea, inbidia ematen didate. Nahiago nuke nik ere hori banu.

Erabakitzeko aukera?

Horixe. Guk, sortzetiko gaixotasunak ditugunok, erabakitzeko aukerarik ez daukagu gauza askotan.

Baztertuta sentitu izan zara inoiz?

Akordatzan naiz DBHn soinketako irakasleak ez zidala notarik jarri. Horrek jaitsi egin zidan unibertsitatera joateko batez besteko nota, baina gorputz heziketako orduetan irakasle gelan izaten ninduen ez nuelako soinketa egiteko balio. Umeak gaiztoak direla esaten da, eta izan nituen nik ere denen moduan borrokak umetan, baina pertsona heldu batek hori egitea?

Zure liburuaren izenburua eta zure lema da "Bizi, bihotzak eztanda egin arte". Zer da bihotzak eztanda egitea?

Inoiz izan duzu antsietaterik? Ematen du kardiopatia dugunon kontua dela bakarrik, baina gizartearen erritmo frenetikoan jende asko dago inoiz bihotza azeleratuta sentitu duena. Bada, nik izan nuen hori bider hamar. Egon nintzen ordubete, etxeko ohean etzanda, minutuko 280 pultsazio nituela. Banindoa. Hor sentitu nuena da eztanda. Jakina, 280 pultsaziotan egon diren gutxiak hil egin dira, eta ni oraindik hemen nago. Bihotz azkar hori, eta eztanda hori, batek baino gehiagok sentitu du gizarte honetan. Denok sentitu dugu momenturen batean azkarregi goazela: ez naiz iristen, beti nire ametsa izan da hona iristea eta orain hemen egonda...

Besterik gabe.

Zer da *besterik gabe*? Niretzat ez du existitzen. Gauzei balorea kentzen ari zara, eta denak dauka zerbait. *Besterik gabe* ez dago. Beti esan digute heriotza bihotza gelditzea dela, beraz, bihotza gelditu arte, bizi.

Ez daukazu sakonegiaren konplexurik? Jendeak ez du gauza hauetaz hitz egiten.

Aloña, kuadrillan dagoenean, isildu egiten

da. Gero, Aloederrek esaten du isildutako hori, eta jendeak arrazoi ematen dio.

Orduan, neurri batean, beharrezkoa zaizu sare sozialetan gauza hauetaz hitz egitea, bestela ezingo zenuke zure gaixotasuna ikusgarri egin.

Ederki ulertu didazu!

Hipokresia ez da, beraz, sareetan dabilenarena bakarrik, gizartearena ere bada: ondokoak esaten digunak aspertu egiten gaitu, eta sarean irakurtzen duguna sinetsi egiten dugu.

Honetan hasi behar nuela esan nuenean jendearen erreakzioa izan zen ea nik zer neukan kontatzeko. Zer daukadan kontatzeko? Bada, liburu bat idazteko adina bizipen ditut, eta idatzi ere egin dut liburu hori. Inpostorearen sindromea daukat, nahiz eta jakin libre garelako guztiok nahi dugunaz hitz egiteko. Gizarte hezkuntza ikasi nuen eta karreraren asko landu genuen iritzi kritikoa. Kuadrillakoe-kin esertzen nintzen eta aldatu egin naizela esaten zidaten.

Beste errail batetik zoazela diozu, gaixorik egoteak urrundu zaituela gizartearen erritmotik. Zuk nola ikusten gaituzu besteok?

Ni baino okerrago jende asko dago, baina hau tragedia bat da. Ez nioke inori hau opatuko 26 urterekin edo 26 urtez, baina pare bat egunetan sentipen hauekin bizitzea bai. Orduan jendeak pentsatuko luke zeinen ondo dagoen astelehenetik ostiralera lanera joan daitekeelako edo bi ume sano dituelako nahiz eta astun sa-

marrak izan, edo ze ondo dagoen kirola egitearren hil egingo dela pentsatzen ez duena... Ikusten dut zortedunak zaretela eta ez zarete konturatzen.

Denoi iruditzen zaigu guk falta dugun hori daukanak ez dakiela hura baloratzen eta horrek frustrazioa sortzen du. Egia da ez dela berdina gauza materialekin edo norbere osasunarekin izan.

Nik gauza materialik ez dut behar. Osasuna? Hara, orain dela hiru urte oso gaixorik nengoen, baina orain nagoen moduan 70 urtera iritsiko banintz, ez dut gehiago behar. Ez dut behar AEB-tara joatea. Osasuna izango banu, gozatu-ko nukeela? Dudarik gabe. Baina ni orain-txe, abuztuan, etxetik ordu pare batera joatea oporretan? Pribilegio bat da. Baietz saldu nahi digute, baina ez dugu behar gehiago.

Gaur egun aisialdiak ere produktiboa izan behar du. Zu erabat beste muturrean zaude?

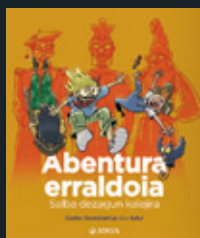
Bai. Nik ezin dut crossfitera joan. Txakurrarekin paseo bat ematen dut eta zoriontsua naiz!

Zoriontsua naiz! Elkarriketa bat amaitzeko esaldi perfektoa da.

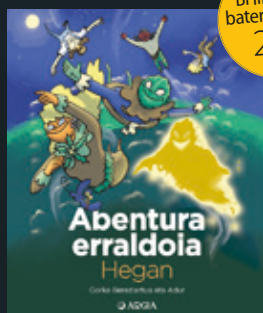
Zoriontasuna momentuak dira. Sufritu dudanean sufritu egin dudala esan dudanean, esaten dizut orain zoriontsu naizela, eta oso harro nagoela bilakatu naizen emakume honetaz.

Zorionak, Aloña!

Eskerrik asko. ●

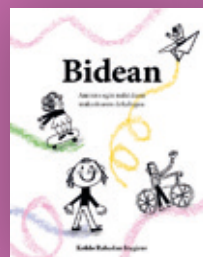
Erraldioen ipuinak

12 €

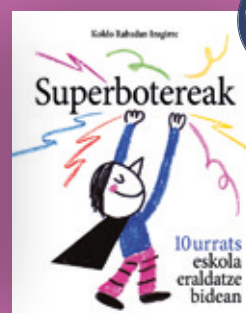


12 €

Bi liburuak
batera erosita
22 €

Hezkuntzaz gogoetak

14 €



16 €

Bi liburuak
batera erosita
28 €