



Kaixo, Bor-borkide maitea:

Lehenik eta behin, esker mila zure arreta eta denbora testu hau irakurtzera dedikatzeagatik. Badakigu egun, biak ala biak ondasun eskasak direla. Hala ere, eskaera bat egin nahi dizugu aurrera jarraitu aurretik: **eroso jarri**. Gustura sentiaraziko zaituena bilatzera gonbidatzen zaitugu.

Orain bai! Pozik gatoz zurekin komunikatzera. Ikusiko duzun moduan, hau ez da testu akademiko bat izango, ezta jaso ere. Bor-bor plazan eskaini zaigun aukeran, gure egiteko modua jarri nahi dugu erdigunean. Eta aitortu behar dugu guretzat erronka zirrargarria dela bidea gizonekin partekatzea. Goxo zaude, ezta? Ederki, goazen, bada, bidaia hastera!

Dimentsio askotariko krisi betean gaude, paradigma zaharrak ez digu balio eta berria oraindik sortzen ari gara. Irudimena ere krisian dugula aipatzen da, oso zaila baita imajinatu ezin duguna sortzea. Ziurgabetasun eta kontraesan askoko garaiak dira. Nora eta nola iritsiko garen ez dakigunez, batzuetan galduak gaudela onartzea ongi dago.¹

Konplexutasun horren ondorioz, barne zein kanpo tentsioak izan ohi ditugu. Horiek identifikatzen ikasi eta emozio, sentimendu eta sentsazioak izendatzeak eta kudeatzeak berebiziko garrantzia du. Polarrak izan daitezkeen ideien aurrean elkar-ulertzearen saiakera iraultzailea izan daiteke. Haserre egoteko hamaika arrazoi izan arren, aspertu gara betilun eta suminduta egoteaz. Horregatik, gure saiakera hoberenak egiten ditugu bizitzaren alde jartzeko; **oraindik bizirik dagoen guzti hori zaindu eta babesteko.**

Lurraldeen burujabetzaren inguruko solasaldia² izan zen **gorputza-lurra-lurraldea** hirukia ehuntzen hasteko pizgarria. Baina kontzeptu horien inguruko oinarria Abya Yalan erresistentzian dauden emakumeei* esker ondu ahal izan dugu. Ekofeminismo eta ekonomia feministaren ikuspuntuetara hurbilpen bat egiten ahaleginduko gara, gure perspektibak zabaldu eta **publiko-komunitario-kooperatibo hirukiari ekarpenak egiteko**. Markoak uste duguna baino zabalagoak izan daitezke, ekonomia feministak aurkezten digun izotz-mendia arakatzerakoan beti dagoelako sakonago bidaiatzeko aukera.

Abya Yalako kideek dioten bezala, **gorputza, lurra eta lurraldea hiru kontzeptu izan arren, elkar-loturik daude eta ezin dira bata bestea gabe ulertu.** Edo behintzat, ez genuke saiakera ere egin behar hirurak baitira politikoak, ukigarriak, zaurgarriak eta bizitzeko ditugun tokiak. Hirurak dira gure mundu ikuskeraren oinarria, horien baitan gertatzen baita gure egunerokotasuna. Horien bidez interdependentzia eta eko-dependentsia errealitate bilakatzen ditugu uneoro. Baina garai kapitalistan, gorputza ahanztarazi digute, eta ondorioz, lurra bera ere bai. Edo lurra ahaztera eraman gaituzte, eta, ondorioz, gorputza ere bai.

1 . Nola sentitzen zara galdua zaudenean? Galdua egotea iraultzailea izan daiteke?

2 . mila esker Andoni ;)

Jarraitu aurretik, geldiuinetxo bat. Zer moduz zaude? Zer moduz dago zure gorputza? Nola ari dira ideia hauek zure bihotzera iristen? Agian, mugimendu pittin bat behar duzu, ale, ale, gora! Hona [HEMEN](#) mugimenduari izaten laguntzeko abesti lasai bat, eta [HEMEN](#) dantzagarriagoa den beste bat.

Gorputza kontentzioa ematen digun espazio propioa da. Dantzatzeke eta plazerak sentitzeko aukera ere ematen digu. Finitua da, zaurgarria, zaintza behar du eta ego bat du. Informazio asko sartzen den garun bat baino askoz gehiago gara! Gorputzaren osotasuna ulertzeko maila fisikoa, emozionala eta arrazionala erabili ohi dira. Baina ez dezagun ahaztu horiek ere, gu alegia, interdependenteak direla eta hirurek izan beharko luketela zilegitasun bera. Baina maila emozionalaren ezagutza, zaintza eta kudeaketa gutxietsita daude, femeninotasunarekin duten harremanarengatik, akaso?

Hilerokoaren zikloaren baitako lanketen ondorioz sortutako **Kultura Ziklikoa, banaka eta kolektiboki osatzeko tresna bat da**. Izan ere, buru osasunarekiko jazarpenak zein bortizkeria linealak gure gorputzetan duten eraginaz jarduteaz gain, mundu ikuskera xamurrago batentzat gako mordoa barnebiltzen ditu. Gainera, guztiok gara **amaierara iritsi gabeko hileroko baten ondorio**. Hau da, hilerokoaren (edo beste era batera esanda, obulazioaren) zikloari esker gaude gaur hemen. Uste dugu hori ere badela gaiari arreta eskaintzeko nahikoa motibo.

Nola daude gure gorputzak? Nola daude gure lurra? Eta Amalurra? Zer aukera ditugu egunerokoan oinekin lurra sentitzeko? Eta lurra lantzeko? **Oraindik bizirik dagoenari erreparatzea proposatzen dugu, Bizitza Onaren aldeko apustu politiko baten bidez**. Bizitzak beti topatzen ditu zirrikituak eskuzabaltasun osoz adierazten jarraitzeko. Joera setati horren adibide ederrak dira zuhaitzak, %100a ematen dute beti, sarraski ugari jasan arren. Eta errepide iskinetan jaiotzen diren belartxo horiek zer esanik ez.

Lurra hainbat modutara behatu dezakegu: egunerokoan zapaltzen duguna eta askotan porlanez estalia dagoena eta Amalurra bera osotasunean ulerturik. Edonola ere, **lurra sustrai ukigarriak eta sinbolikoak jaiotzeko eta elikatzeke espazioa da**. Baina gehienetan gure sustraiak airean ditugu, finak dira eta ongarriak topatzeko arazoak izaten dituzte; maila fisikoan, baldintza prekarioengatik, eta maila sinbolikoan, aldiz, gure arbasoengandik jasotako zenbait pentsamolderengatik.

Kultura eta naturaren arteko zatiketa maltzurrean murgilduta gaude. Dibisio mingarri horren oinarrian antropozentrismoa eta androzentrismoa ditugu, gizakiak eta gizonak erdigunean behin eta berriz kokatzen dituzten sistemak. **Izaki ez-gizatiarren garrantzia ahaztu dugula dirudi**. Horien artean ikusgarrienak zuhaitzak, landareak eta animalia ez-gizatiarrak diren arren, beste hainbat ere badira: onddoen mizelioak edota errekek, adibidez. Horietatik asko dugu ikasteko, naturan kolaborazioa delako nagusi, eta **irudimen krisiaren aurrean, jakinduriaz beteriko erreferenteak direlako**. Bizitza egikaritzen eta sustatzen duten ehunka sare ditugu inguruan, eta **kooperatibismo-basati horrekin konektatzearen garrantzia** azpimarratu nahi dugu. Antropozenoaren zirkulu zikoitzetatik ateratzeko gure espezetik haratago bizitza sareak begiratzen ikastea ezinbestekoa dela deritzogu. Natura mendi txangoek eskaintzen diguten aire freskoa baino gehiago da, gu geu ere bagara. Bai, zu zeu ere bazara natura.

Biosferak ematen dizkigu baldintzak ekosistema biziak izateko. Gu ere horren parte garela gogoratzeak berebiziko garrantzia du. Orokorrean lurra aipatzen badugu ere, airea eta ura bizitza babestu eta sustatzen duen ekuazioaren parte dira. Aireak eta urak jasaten dituzten kutsadura mailak eragin zuzena dute guztiarengan eta guztiongan. Lurra / ura / airea banaketa egin dezakegu, baina biosferaren barruan gauden guztiok bizi baldintzak partekatzen ditugu.

Asko gustatzen zaigun hitza da “komunitarioa”, ezta? Duen edertasuna, suposatzen duen erronka bezain handia dela sentitzen dugu. Zentzu horretan, basoak inspirazio iturri dira guretzat. Bertako errealitatea kaotikoa dirudien arren, bizitza zaintzeko antolaketa ezin hobea da bertakoa. **Bai, gizakiz eta sentitzen duten beste izakiz osatzen dira komunitateak,** usu, gure espezieari bakarrik erreparatzen badiogu ere.

Komunitate garen heinean, elkar ikasten jarraitzen dugu bizitza osoan zehar. Ziur gaude eskolatik kanpo ikasi duzunak eragin zuzena izan duela gaur egun zaren horretan³. Gaur egun erabiltzen ditugun hezkuntza zein formazio metodologiak ber-pentsatzea interesgarria iruditzen zaigu, epistemologiak zalantza jarri eta ahal bada, irauliz. Pedagogia feminista eta herrikoiak dio denok dugula zer ikasi eta zer irakatsi, garunetik haratago dagoen guzti horretatik abiatuz.

Dena kooperatibizatu nahi dugu ;) baina abiadura handian lan egiten jarraitu nahi dugu?, eta produktibitate altuez zer iritzi duzu? ‘A tope’ gaudela esatea positiboa al da? Zergatik? Pilaketaren logikan gaude? Ideia horiei esku-frenoa jartzeko mekanismorik ba al dugu? Ondasun ekonomikoek hitz egiten al dugu nahikoa? Eta herentzien inguruan? Eta diruaz, nahiko hitz egiten al dugu? **Egunerokotasunean ordu mordo eskaintzen dizkiogu lana eta enpleguari.** Ba al du zentzurik gure bizitzaren erdigunean enplegua egoteak? Eta gure subjektibitatearen eraikuntzan hainbesteko tokia izateak? Produktiboa eta erreproduktiboaren arteko zubiak eraikitzen jarraitzeko premiazkoa da eta dikotomia maltzurarekin haustea.

Beste geldione bat egitea proposatzen dizugu. Hartu minututxo pare bat eta leihotik begiratu, zerura adibidez. Hartu arnasa eta askatu. Lasaitasunez, ez dago presarik. Abesti eder [HAU](#) jar dezakezu bizirik dagoenarekin konexioan jarraitzeko.

Hizkuntzaren atzean ageri diren pentsaera batzuei buelta bat eman nahi diegu. Emankortasuna, doako eskaintza bezala ulertu dezakegu. Baliabide natural ateratzen zaigunean, ondasun komun kontzeptua ekarri dezakegu bihotzera. Eta ekosistemen zerbitzuak opari bezala identifika ditzakegu, besteak beste. Bururatzen al zaizu beste esamolde antropozentrikorik?

Lurraldea da gure markoa, gure eguneroko ekintzak egiten ditugun espazio politikoa. Ez gara gehiegi sartuko horretan *Hernani Burujabe* proposamenak eskaintzen baitigu bide orri paregabea. Hala ere, hemen islatutako printzipioak burujabetzen baitako hausnarketa eta ekintzetan txertatzea utopia izatetik errealitate izatera pasatzea desio dugu.

3 . Modu informalean ikasi duzunari garrantzia eta babesa ematen diozula esango zenuke? Ba al du zilegitasunik zure bizitzan?

Bidaiatxo honen amaierara iristen ari gara. Mila esker honaino etorri izanagatik. **Baina alde egin aurretik arreta apur bat eskaini nahi diogu arretari.** Egunean zehar milaka estimulak zeharkatzen dituzte gure gorputz nekatuak. Gainera, etenaldi eta isilune ezean bizipenak irensteko, liseritzeko eta gure barnean kokatzeko denborarik gabe gabiltza. Hori uneoro kontutan izatea eta horri aurre egiteko estrategiak garatzea ohitura ona izan daiteke.

Agian, hemen aipatutako zenbait ideia oso oinarritzkoak iruditu zaizkizu. Halakoak dira, bai. Baina **batzuetan oinarrira bueltatu behar gara garrantzitsua dena ez ahazteko.** Oinarria da Bizitza Onarekin konexioan egoteko tokia. Hori da, sustraietatik gertu, hosto berri izan daitezken eta osasuntsu jaioko diren istorio berriak irudikatzen dituen tokia.

Berreskuratu dezagun arreta eta jarrai dezagun ikasten gizakia ez den guzti horretatik, ere. Ireki ditzagun zentzu guztiak, lagun. Elkarrekin goaz, egunak hobeak baitira zurekin batera.

Amaitzeko, abesti [HAU](#) proposatzen dizugu eta ez ahaztu gorputza mugitzeaz!

Laster elkar ikusiko garelakoan eta aurrez-aurre emateko aukera izango dugulakoan, jaso ezazu besarkada estu eta xamur bat,

Ione eta Enara

Pd: Eskutitz-testu honetan ez ditugu zitak eta erreferentziak jarri, baina guretzat inspirazio izan diren hainbat kontu bibliografiko topatuko dituzu.

Bibliografia eta inspirazio iturri batzuek:

Gugandik abiatuz ;)...

[-Iragarki laburreko gure artikulua \(hilerokoaren inguruan eta ekofeminismoaren inguruan\)](#)

[-Eskolatzoko moduluen laburpena \(MunduBat fundazioarekin batera egin\)](#)

[-Desmontando al Homo Economicus. Postales desde Isla Ternura \(liburua\). Belen Martín eta Enara I. Dominguez \(Zambra-Baladre, 2020\)*](#)

...gure inspirazio iturri direneta!

(*Irungo liburutegian dago)

Liburuak

-Devenir animal, David Abram*

-Diseñando culturas regenerativas. Daniel Wahl*

-Como (no) hacer nada, resistirse a la economía de la atención. Jenny Odell*

-Cuando todo se derrumba. Pema Chodron

-Vivificar. Andreas Weber*

-Lur gainean, itzal azpian. Leire Milikua

-Una trenza de hierba sagrada. Robin Wall

-El clamor de los bosques, Richard Powers*

Kimmerer*

-Una guía sobre el arte de perderse, Rebecca Solnit

-Aun no se lo he dicho a mi jardín. Pia Pera*

-En busca del árbol madre. Suzanne Simard*

-Feminismo post-humano. Rosi Braidotti*

Ikus-entzuneak

[-Gutik Zura \(dokumentala\)](#)

[-Fantastic fungi \(dokumentala\)](#)

[-Ni, Bidasoa \(dokumentala\)](#)

[-El increíble viaje de las plantas. Stefano](#)

[-La genialidad de los árboles \(dokumentala\)](#)

[Marcuso \(hitzaldia\)](#)

Bestelakoak (baina ezinbestekoak)

-Taichi-ren praktika (Manu)

-Emozioen kudeaketarako praktika (Oscar Argumosa)

-Astrologiaren ikuspuntua, eta zehazki, Venus-Artizarraren bidai zikliko eta somatiko (Paula/iLe)

-Xamurtasun tailerrak (Aingeru Mayor eta Maite Higuero)

-Mariana Matijaren lana (Ser Tierra)

-Erika Irustaren lana (S1S4)