

BAGINISMOA

Konponbide errazeko zailtasuna

Baginadun gorputz askorena da zailtasuna. Jendarteak ez du batere ezaguna, ezta lagun eta familiarterkoek entzuna. Ezintasuna da, baina zer da? Galdera bakarrari erantzuteko hamaika bide. Zer da plazera? Zer sexualitatea? Zer da alua? Zer bagina? Zer osasuna? Zein da zailtasuna? Zein ezintasuna? Baginismoaz eta hark barnebiltzen duen munduaz hitz egin digu Nahia Rojo Bustinduy sexologo eta psikologo ermuarrak.

 AINHOA MARIEZKURRENA ETXABE

 IZARO MARIEZKURRENA ETXABE

Bagina uzurtu egiten da, ezin da ezer sartu: ez tanpoirik, ez atzamarririk, ez zakilik, ez dildorik, ez ezer. Muskulu pubokosigioa usetekabeen uzurtuko da, pareta moduko bat eraikiz. Fisioterapeuta askok kontraktura gisa definitzen dute. Mina eta ezina da zerbait sartzean sentitzen dena eta hori “arazo” bilakatzen da.

Emakumeen gorputzaren inguruan ezjakintasun handia dagoela iritzi du Rojok. Baginismoa, esaterako, oso ohikoa den zailtasun bat da emakumeen artean, kontsultara doazen %15 inguru hargatik gerturatzen dira. “Ohikoenetarikoa da, baina isilena ere bai”, dio adituak. “Sexu heziketan lanketa handia egin beharra dago. Baginismoaz ez da asko hitz egiten lagunartean. Isiltasun horrek terapan hastera eramaten ditu”. Baina, “zorionez”, arazo honen aurrean emaitzak oso onak direla esan du, ia guztiek, “guztiak ez esateagatik”, gaintitzen baitute. “Ikasitakoa desmuntatu eta berriro hastea besterik ez dago, ariketa batzuekin batera, noski”.

HEZIKETA SEXUALA LEHENIK

Desirak deitu diote Rojok eta lantaldeak esku artean duten proiektuari. Bilbon eta Ermuan kontsultak egiteaz gaindi, sexu heziketaz arduratzen dira eskolatan, familiarekin zein irakasleekin. “Gaurko haur eta nerabeen aurrean ez egin aluaren marrazkirik, ezta argazkirik era-

kutsi ere”, dio ironiaz. Izan ere, garrasiak, nazka aurpegiak eta bizkarrak dira aluari buruz hitz egitean erakusten dutena, zikina eta negatiboa delakoan. “Harrigarria da nola batzuetan mutilek ezagutzen duten alua hobeto neskek baino. Nola da posible egunero ikus dezakegun zerbait ez ezagutzea? Marrazten ez jakitea? Ikusi nahi ez izatea? Eta zer esanik ez ileekin baldin bada. Zer gertatzen ari da ileekin? Nerabeak ez daude honetara ohituta ez delako ikusten dutena. Haien erreferentzia sexuala pornoa da eta irudikapen desegokia egiten dute”.

Lanketa hau emakumeen ahalduntzea ere badela sinesten du, gorputzeko atal bat sentitu eta gozatzeko aukera ematen duelakoan: “Zure gorputzeko atal bat da, atal polit bat. Ezagutu, jolastu, ikasi, gozatu eta lasaituko zara, ziu”. Sexologo askoren jarduna mugatuta dagoela ere aipatu du, gauza asko uzten dituztela kanpoan:

“Gure lantaldeak badu zerbait komunean, sexualitatea eta generoa oso loturik ikusten ditugula. Gure lana ez da kondoia jartzen erakustea bakarrik”. Azken estatistika batzuen arabera kondoia erabilera murriztu dela kontatu du ondoren, eta horren zergatia ez dela

kondoia jartzen jakitea edo ez jakitea: “Nesken kasuan, kondoia gainean eramatea “freska” izatearekin lotzen da, eta mutilei beti prest egotea eskatzen zaie. Hori da gaurko gizarteak dioena. Eta gehitu horri mitoak eta usteak”.

Ezjakintasuna, ezagutza eskasa edo esperientzia txar bat izan daitezke baginismoa pairatzen hasteko arrazoiak.

HITZ EGIN DEZAGUN ALUAZ

“Hortaz, hitz egin dezagun aluaz”, dio. “Bagina aluaren zati bat da. Bi atal ditu:

3-4 zentimetro neurtzen ditu lehenak, kanpoko aldekoak, eta beste 8 inguru barrualdekoak. Azken hori anestesiatuta bezala dago, bagina barruan ez baitugu sentsibilitaterik, horregatik ez dugu ezer sentitzen tanpoi bat sartzerakoan”, hasi da. Alua ezagutzea izango da, beraz, konponbiderako lehen pausoa: nolakoa den, zeintzuk diren atalak, zenbat neurtzen duen, non dagoen bagina kokatuta eta zein den haren funtzioa, besteak beste. Horretarako ispilu bat hartzea gomendatzen du: “Zakila ikustea erraza da, begiratu eta hor dago, bagina dugunok ahalegina egin behar dugu, baina ezagutzea beharrezkoa da”.





Zailtasun hau gainditzeko erritmoa pertsonak berak markatuko duela gaineratu du, baina hauexek dira proposatzen dituzten pausoetako batzuk: alua marraztu, ispiluan begiratu, ukitu, lubrikatzailea bota, jolastu, klitoria bilatu, hasieran ez sartu atzamarra, pixkanaka punta sartu, etab. “Ezintasuna agertzen den une horretara pixkanaka hurbiltzea da kontua”.

FISIKOKI ZEIN PSIKOLOGIKOKI

Egun, fisioterapeuta asko zoru pelbikoa lantzen hasi direla kontatu digu sexologoak eta “lan bikaina” egiten ari direla. Adituen artean ezagutza konpartitu eta elkarlanean aritzea ezinbestekotzat jo du. Izan ere, badira gai honen inguruan ezagutza eskasa duten hainbat aditu ere: “Jazo dira kasuak non ginekologoek, pazienteei lasaitzeko esan arren, beren lan-tresna baginan sartzen amaitu dutenak eta gero pazientea psikologora bidali. Guk, hala ere, beti gomendatzen dugu ginekologoarengana joatea terapia hasi aurretik”.

Arazo honen aurrean sexologoek lana fisikoki zein psikologikoki laguntzea da,

bai behintzat Rojok egiten duen moduan: “Lanketa fisikorako tresnak ematen ditugu eta etxeko lanak bidali, baina baita gaiari buruz hitz egin ere. Atal fisikoa soilik landuta batzuetan ez da nahikoa. Batzuetan lortzen baita dilatatzailea sartzea, botila bat ere sartuko lukete, baina harreman erotiko batean daudenean berriro itxiko da pareta. Garrantzitsua da jakitea zergatik gertatzen zaizun hori, noiztik, zergatik duen zuretzat garrantzia, zergatik blokeatzen zaren, eta abar. Bi aldeak landu behar dira, beraz, berriz ere gorputz guztiaz gozatu ahal izateko, gorputz guztian baitago gozamena”.

PARETAK ITXI, LEIHOAK IREKI

Baginismoaz ari garenean sexualitateaz ari gara bete-betean. Ezinegona sortzen du mitifikatuta dagoen praktika koitozentrista horren espektatibak lortu ezin izateak: “Sarketa da unibertsoaren zentroa”. Baginismoak, ordea, emakume askori hamaika leiho ireki dizkiela azpimarratu du: “Sarketa egin ezinak beste praktika sexual batzuk izateko aukerak zabaldu dizkie askori. Mundu koitozentriko horretatik ate-

ratzeak fokoa lekuz aldatu eta deskubritzera garamatza. Behin adineko emakume batek esan zidan bere bikoteak arazoak izatea sekulako askatasuna izan zela berretzat, mundu bat ireki zitzaioela. Baginismoarekin horrelako zerbait gerta daiteke. Momentu honetan ezin dugu praktika hau egin, goza dezagun beste mila modutan”.

Askok bizitza guztia ematen dute baginismoarekin, sarketa egin gabe harreman sexual gozagarriak izanik. “Seme-alabak nahi dituztenean etortzen dira kontsultara”, dio. Bestalde, zailtasunari aurre egin ondoren hainbesterako al zen galdezka itzuli direnak aipatu ditu: “Hau al da dena? Gehiago gozaten nuen lehen. Eta nik bagina barruan sentsibilitaterik ez dagoela gogorarazten diet”.

Ezintasunak, baina, beregain dauka egiteko nahia. “Batzuetan sexologoak *guaiak* gara, sarketari garrantzia kendu eta beste gauzei emateko bulkadak eman ohi ditugu, baina momentu horretan behar duena sarketa bada babeska ematen diegu”. Hura gaindituta, beste praktika bat baino ez dela ulertu behar da. Hortik aurrera bakoitzaren esku dago gozamena bilatzea”. ●