



#### Distirak#4

#### Leire Aranberri

Negar egiten duen Karaoke-distantzia

Apirileko goiz eguzkitsu

eta bero batek tokiz kanpo uzten badu,

are gehiago harengandik urruntzeak ,

AZn sartzeak,

*El león de oro* txinoan jateak ,

eta, dagoeneko berandu dela,

berriz futbolaren etsipenak bortxatutako hiri batera itzultzeak.

Eguna amaitzeko, lata batzuk edaten ditugu itsasadarretik gertu. Lantalde#4tik gatoz, Andrés Duque artista gonbidatutzat daukan KINUK antolatutako topaketatik. Kaian gaude, tailerraz hitz egiten dugu eta hitzak bilatzen ari gara azken ariketa definitzeko. S.k dio negar egin duela; I.k dio ariketa aurrera eramateak edozein ingurune sozialetatik kanpo gelditzea dakarrela; A.k dio haserre-haserre dagoela.

Andrések proposatu zigun ariketan, ordubetez, egiten genuen ekintza bakoitzaren aurretik hura definituko zuen pentsamendu bat egon behar zuen. Proposamen honek, mugimendu bakoitza osatzen duten zatiak zatitu eta menderatzen dituenak, bitan zatitzen du tailerra, batasunaz, transzendentziaz eta unibertsaltasunaz hitz egiten emandako goiz oso baten ondoren.

Hasierako saiakera pare baten ostean —zeinetan pentsamendua «hegan egin» bezalako ekintza suizidak agintzen harrokeriaz agertzen den, edo jada gertatu den arnasketa baten atzean ezkutatzen den—, ohartzen naiz ariketa ezinezkoa dela; neure

buruari galdetzen diot zein izango den ariketa horrek promesten duen gezurra eta elkarrekin bizi ahal izango garen.

Horretan saiatzeko, Spinozaren paralelismoaren teoriari buruzko irakurketa berri baten komodinera jotzen dut. Bertan, egileak «pentsamenduaren eta hedaduraren/gorputzaren» arteko autonomia argia defendatzen du, ez bakarrik bien arteko kausalitate-erlazio oro ukatuz, baizik eta bata bestearen gainean duen lehentasun oro ukatuz. Pentsamenduan gertatzen den guztia gorputzean aldi berean gertatzen dela defendatzen du, eta alderantziz, *delay* gabe. Bien arteko elkarrekotasun bakarra izango da bestearen kontzientzia bere buruaren moduan. Bestela esanda, pentsamendua ideia bat izango du gorputza denari buruz, eta gorputzak, berriz, sentsazio bat pentsamendua denari buruz<sup>1</sup>.

Teoria hori lagungarria izan zait zereginen sartzeko; uste dut nahikoa konbentzitzen nauela, ezer baino lehen, ariketak murriztu nahi duen distantzia onartzeko.

Askok begiak zabalik ditugu eta batzuetan elkarri begiratzen diogu. Metro eta erdi baino dezente gehiago dago gure artean, eta iruditzen zait distantziaz betetako gela handi batean gaudela. Munstrokeriazko zerbait dago ariketa honetan.

Gogoan dut noiz edo behin loaren paralisiaz hitz egin zidaten lagunen izu-begirada. Gau horietan oraindik lotan dagoen gorputz batean harrapatuta esnatzen dira, gorputzaren erantzunik gabe. Gertaera honen azalpen zientifikoa<sup>2</sup> REM fasean gorputzaren eta garunaren artean gertatzen den disoziazioan oinarritzen da. Loaldiaren fase honen ezaugarri nagusiak dira begietako asaldura, arnasketa bizkorra eta amets biziak; eta, amets horiei erantzuteko izan daitezkeen kolpe eta erorketetatik babesteko, gorputza garunetik deskonektatzen da. Horregatik, bat-batean esnatuz gero, gorputza, nekatuta, oso erlaxatuta geratzen da.

Eta, hala zen, partaide batzuk oso erlaxatuta zeuden; agian aurkitua zuten ariketaren gezurra. Izutuenean, aldiz, beren buruaren jabe diren subjektuen antzeko zerbait ematen genuen, gaizki koipeztatutako robotak.

Aginduaren eta betearazpenaren arteko distantzia hori izan liteke ariketaren egiazkotasunari dagokionez hartzen dugun berbera? Izan gaitzke haren proposamenaren xedea, hura gure menpekotasunaren xedea izango den bezala?

Zalantzarik gabe, ezinezkoa den proposamen batekiko gutxienean posizioa hartzeko, distantzia hartu behar da. Autovoyeurismorik onenean bezala, non batek jasotzen

---

<sup>1</sup> Deleuze G. (1984). *Spinoza: filosofía práctica*. (5. arg.). Tusquets editores.

<sup>2</sup> Jalal B., Ramnachandran V.S. (2017). Sleep Paralysis, “The Ghostly Bedroom Intruder” and Out-of-Body Experiences: The Role of Mirror Neurons. *Frontier*. Hemendik berreskuratua: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnhum.2017.00092/full>

duena baino plazer handiagoa ematen dion bere buruari; edo ahalkerik likitsenean bezala, non pareak talka egiten duen; distantziak bestea ez izateko plazer handia ematen du, horrela, gutariko bakoitzak *bi* baititu.

Spinozak aipatzen duen paralelismo horrek,

hain zabala eta aldez aurretik finkatua denak,

gurea bezain paraleloa den

beste autobide batekin talka egingo balu,

gure norabidearen zigiluarekin markatuta geratuko ginateke,

bikoitza izan arren,

gogor-gogorra baita.