

OIHANEAN SENTITU

**bideak
bertze
ipuin**



Gobierno
de Navarra  Nafarroako
Gobernua

Reyno de
Navarra  Nafarroa
Erresuma



kontatu bertze bat



Baztango
Udala

Aurkezpena

'**OIHANEAN SENTITU**' Baztan-Bidasoa modu ezberdinean ezagutzeko eta sentitzeko proposamen bat da. Egitasmo honetan gure eskualdeko natur baliabideak (oihanak eta errekek, batez ere) eta kultur baliabideak (herri istorioak, mitologia, sinismenak ...) uz-tartzen dira.

Gizakiok naturarekin harremana eta esperientzia atsegina izatea da helburu nagusia, proposatutako lekuetan liburuxka honetako ipuinen irakurketaren bidez, edo natura sentitzeko eta norberaren barnea hobeto ezagutzeko bakoitzak garatu beharreko tera-pien bidez. Edo, bi esperientziak batera.

Lagunekin, familiarekin, bikotearekin, edo bakarrik... '**OIHANEAN SENTITU**' natu-ran lasai ederrean ibiltzeko eta esperientziaz gozatzeko aukera ederra da.

Hemen aurkituko dituzun leku eta ipuin-istorio gehienak bertako biztanleek eta/edo tokiko entitateek (udalek, elkarteek...) proposatuak izan dira. Lekuak aukeratzeko irisgarritasuna, inguruaren kontserbazioa eta eskualdeko lurralde oreka kontutan hartu dira. Ipuin-istorio gehienak bertan bilduak izan badira ere, profesional talde batek mol-datuak eta egokituak izan dira, ildo amankomun bat mantentzeko eta gai ezberdinak jo-rratzeko asmoz. Halaxe, ipuin gutxi batzuk, bertako ezaugarri eta pasadizoetan oinarritu badira ere, asmatuak izan dira.

Proposamen honekin Baztan-Bidasoa Turismoa Elkarteak turismo arduratsu eta jasan-garri baten aldeko apostua egiten du, eskualdeko hainbat tokiko entitateekin elkarla-nean, masifikazioa eta bere balio nagusiak arriskuan dituzten hainbat leku saihestuz edo leku horietatik gertu dagoen proposamen bat eginez. Zentzu honetan, elkarteko bazki-deek, herritarrek eta entitateek egindako hausnarketak, ekarpenak eta laguntzak eskertu nahi ditugu.

Esku artean duzun liburuxka honek edizio murrizta du eta dirua irabazteko asmorik gabea da. Salmenta bidezko diru sarrerak edizioko gastuetara bideratuko dira. Hala, li-buruxka hau edizio digitalean aurkitzen ahal duzu: www.baztan-bidasoa.com

Esperientzia interesgarria izanen zaizuelakoan, ongi ibili!



Baztan-Bidasoa Turismoa Elkarte

LG NA 1402-2021

Ibilbideen eta lekuen kokapena



LEKUA

- 01 Txarutako erreka (Donamaria)
- 02 Sarasolako gaztainondoak (Beintza-Labaien)
- 03 Ezkurra erreka (Doneztebe)
- 04 Azkilarreko gaztainondoak (Arantza)
- 05 San Juan Xar iturria (Igantzi)
- 06 Argiñeneko erreka (Lesaka)
- 07 Kondengiagako Benta Beltza (Bera)
- 08 Uraundiko erreka (Zugarramurdi)
- 09 Axularren bidea (Urdazubi)
- 10 Errotako presa (Amaiur)
- 11 Lamiarrietako zubia (Arizkun)
- 12 Beltzuriko erreka (Lekaroz)
- 13 Mitxaurteko erreka (Berroeta)

IPIUNA

- 'Gaua gauekoendako' 12-15
- 'Gaztainondoaren hostoa' 16-19
- 'Urak dakarrena urak darama' 20-23
- 'Gaztain gurutzea' 24-27
- 'Kapeladun gizona eta iturria' 28-31
- 'Aro berri bat' 32-35
- 'Gau lana' 36-39
- 'Sua piztua da' 40-43
- 'Gero' 44-47
- 'Eman eta kendu' 48-51
- 'Zapatak eta ogia' 52-55
- 'Urrezko estatua-Distopia bat' 56-59
- 'Haurraren pregoia' 60-63

ORRIA

Ezaugarri orokorrak Aholkuak

• **HASIERA PUNTUAK:** bide guztiak herri batetik edo errepidearen puntu zehatz batetik hasi eta bukatzen dira, kotxea aparkatzeko leku egokia duena. **Ez ibili kotxearekin mendiko bide eta pistetan barna.**

• **BIDE ERRAZAK DIRA:** kasu gehienetan, beste ibilbide batzuen trazaketan eta seinalizazioan oinarritzen dira (Santiagoko Bidea, Bide Berdea, Mendiko GRak, Herri Bideak...). Ibilbide bakoitzeko fitxan “**Nola iritsi**” eta “**Seinalizazioa**” atalak aurkituko dituzu eta “**QR**” kode bat, bertan wikiloceko loturarekin. Hala ere, telefono estaldura ez dago ziurtatua leku guztietan, batez ere erreka zokoetan.

• **DISTANTZIA LABURREKOAK / DESNIBEL GUTXIKOAK:** ibilbideek gehienez **5 km-ko distantzia**, eta **150 m-ko desnibela** dute. Hala ere, zera **aholkatzen da:**

- Mendiko zapatilak edo bota arinak eraman. Motxila txiki bat.
- Ura eraman (erreketa ura ez da beti edangarria, udan batez ere).
- Lasai ibili, ibilbideaz gozatuz.

• **LEKU ZEHATZAK:** gehienetan **ipuina irakurtzeko edo oihanean sentitzeko leku zehatz bat proposatzen da**, baina ez beti: holakoetan, lekua zuk zeuk aukeratzen ahal duzu.

• **ERRESPETUZ JOKATU:** leku irisgarriak aukeratu dira, zailtasunik gabeak eta lasai ederrean ibiltzeko. Zentzu honetan, baztertu dira leku zailak, arriskutsuak edo distantzia handikoak; halaxe, Baztan-Bidasoan masifikazio arriskuan dauden leku batzuk ere saihestu dira. Baina ezin da leku guztietan “lasaitasuna” bermatu: zu bezelako bertze bisitariak, bertako herritarrak, nekazariak... egon

daitezke. Azkenean, gizakiok leku horietako legendak edo istorio bitxiak sortzen ditugu; leienda bera gizakion presentziaren adierazlea da. Lekura iritsi eta bertze norbait badago, errespetuz jokatu.



Baztan-Bidasoa

Turismo Elkarteak

Gure oihanak ezagutu eta sentitu nahi badituzu, Baztan-Bidasoa Turismo Elkarteak kalitatezko zerbitzu profesionala eskaintzen dizu:

APARTAMENTUAK

Angiz I-II	615 730 792	Sunbilla	Indianoabaita I-II-III	948 599 260	Urdazubi-Urdax Erratzu Amaiur Ituren
Basajaun basoa	948 928 922	Igantzi	Kastonea I-II	948 581 393	
Gainkoborda	637 466 107	Etxalar	Mendialdea	606 431 355	
Gure Lur	697 873 461	Sunbilla	Tresanea	948 450 287	

ATERPETXAK

Albergue Non Stop Inn	948 928 922	Igantzi	Graxiana aterpetxea	675 711 498	Zugarramurdi Lekaroz Etxalar
Arantzako Aterpe	948 634 179	Arantza	Lekarozko aterpea	948 581 804	
Beintzako aterpetxea	948 450 014	Beintza-Labaien	Tompalenea aterpea	948 635 166	

HOTELAK

Amezti	948 450 028	Doneztebe	Palacio de Yrisarri	948 928 922	Igantzi Elbete Elizondo Oronoz-Mugairi
Churrut	948 625 540	Bera	Posada Elbete	948 581 519	
Elizondo	948 580 872	Elizondo	Trinkete Antxitonea	948 581 807	
Ezkurra	948 615 098	Ezkurra	Urgain	948 592 063	

JATETXEA-KTABERNA

Arantzako Aterpe	948 634 179	Arantza	Kastonea	948 581 393	Erratzu Urdazubi-Urdax Bera Irurita Arizkun Igantzi Elbete Ituren Oronoz-Mugairi
Aritzigin	948 450 540	Sunbilla	La Koxka	948 599 042	
Bar Futbolín	948 580 683	Elizondo	Lenkonea	948 625 540	
Casino	948 581 251	Elizondo	Olari	948 452 254	
Burlada	948 634 027	Arantza	Ordoki	948 453 165	
Donamariako Benta	948 450 708	Donamaria	Palacio de Yrisarri	948 928 922	
Etxebertzekoborda	948 580 400	Elizondo	Posada Elbete	948 581 519	
Herriko Ostatua	948 635 465	Etxalar	Tresanea	948 450 287	
Jolastoki	948 928 922	Igantzi	Urgain	948 592 063	



KANPINAK

Ariztigain kanpina 948 450 540

Sunbilla

LANDETXEAK

Alkeberera 948 630 540
Aroxtegi 699 022 899
Arzenea I-II 948 450 441
Ballenea 948 581 393
Baserri 618 7783 28
Eguzki 651 859 435
Ekain Xokoa I-II 649 055 225
Fuentehermosa I-II 646 189 737
Galantenea I-II 656 740 506
Gontxea 948 453 433
Iratxekoberea I-II 948 631 049
Istarbey 609 222 181
Jauregia I-II 948 585 003
Kordoa 948 453 222
Larralde 676 306 096

Bera
Sunbilla
Ituren
Erratzu
Etxalar
Erratzu
Zugarramurdi
Elizondo
Ituren
Arizkun
Bera
Elizondo
Aniz
Erratzu
Elizondo

Lartzarrea 948 393 031
Martiorneko Borda I-II 948 450 554
Matxingonea I-II 948 599 240
Matxingonea I-II 649 550 568
Mikelestona I-II-III 948 635 075
Peruarnea 948 635 174
Perugorria Berria 616 897 935
Telleri 948 634 040
Urritia 948 635 222
Urruska 626 128 719
Utxunea 609 782 309
Zapatilenea 676 791 106
Zigako Etxezuria 948 452 078
Zilbetinea 948 453 489

Arizkun
Oitz
Urdazubi-Urdax
Zozia
Etxalar
Etxalar
Etxalar
Arantza
Etxalar
Elizondo
Donamaria
Iurrita
Ziga
Arizkun

AKTIBITATEAK-BISITAK

Amaiur arkeologia zentro-museoa 641 345 983
Amaiurko errota 619 955 709
Amezitia BTT 948 450 028
Baztan Tours 948 452 652
Baztan Trek 696 133 686
BKZ Navarra Aventura 948 592 322
Etxalarko bisitak 637 466 107
Etxalarko usategiak 690 267 756
Irrisarri Land 948 928 922
Katea Bike 948 631 218

Amaiur
Amaiur
Doneztebe
Elizondo
Erratzu
Narbarte-Elizondo
Etxalar
Etxalar
Igantzi
Bera

Kontrabando ibilaldia 690 267 756
Urdazubiko monastegia 948 599 031
Orbela Mendi Gidariak
Espeleologia Lezealde 948 450 014
Ordoki Zalditegia 616 160 115
Taxi Aleman 660 282 665
Trilogia de Baztan 670 336 232
Urdazubiko lezeak 948 599 241
Zugarramurdiko
Sorginen museoa eta lezeak 948 599 223

Etxalar
Urdazubi-Urdax
Beintza-Labaien
Arizkun
Iurrita
Elizondo
Urdazubi-Urdax
Zugarramurdi

GURE PRODUKTUAK

Amaiur taloak 619 955 709
Arkupe gozotegia 948 580 059
Autxitxia gasnategia 657 576 142
Ixiart artisautza-Bertiz 679 609 615

Amaiur
Elizondo-Irurita
Elizondo
Bertiz

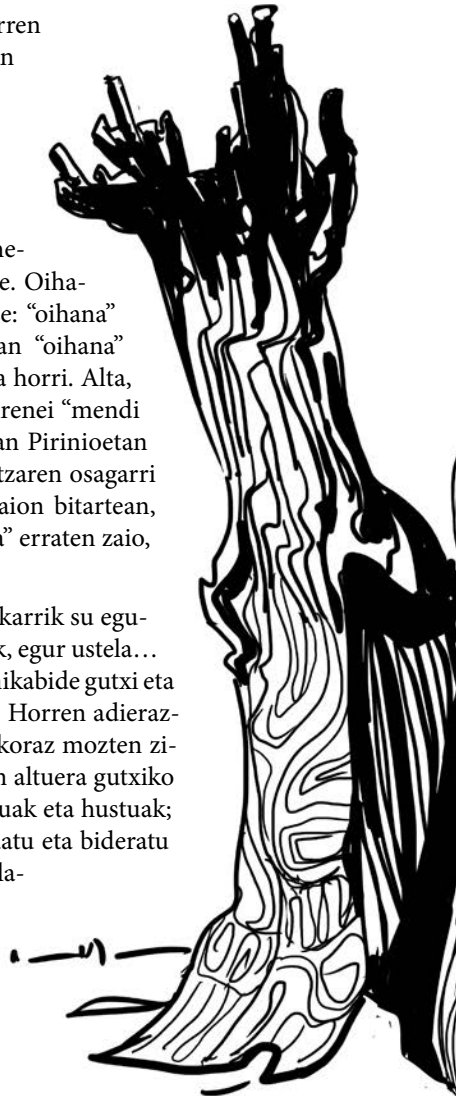
Jauregia gasnategia 675 550 960
Kortariko gasnategia 948 580 427
Malkorra gozotegia 948 580 061

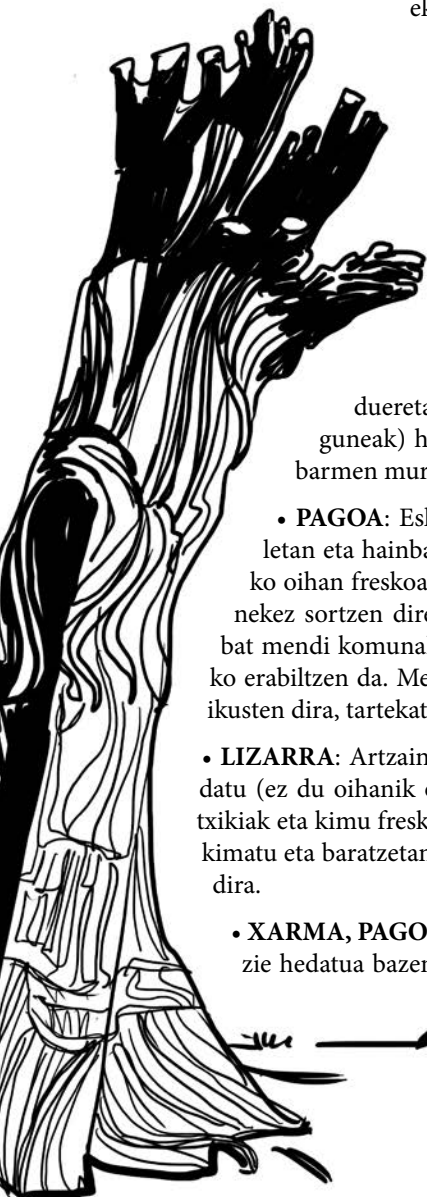
Aniz
Lekaroz
Elizondo

Baztan- Bidasoko oihanak

Historian zehar gizakiak oihana bere beharren arabera ustiatu du. Baztan-Bidasoko oihan eta mendi gehienak komunalak dira, eta haien erabilpena arautua dago. Udalak arduratzen dira oihanaren kontserbazioaz eta ustiapenez, Nafarroako Gobernuarekin batera. Herrientzako baliabideen iturria da eta horrek azaltzen du gizakiaren eta oihanaren arteko harreman estua. Herri gehienetan herriarrek su egurrerako “lotea” izateko eskubidea dute. Oihanarekin loturiko hiztegia aberatsa da, bertzeak bertze: “oihana” eta “basoa” sinonimoak dira, baina Baztan-Bidasoan “oihana” ezagunagoa da eta “oihangintza” erraten zaio jarduera horri. Alta, “mendia” hitza ere erabilia da eta oihanean aritzen direnei “mendi mutilak” erraten zaie, batez ere XX. mende erdialdean Pirinioetan eta Alpeetan lan gogor horretan aritu zirenei. Zuhaitzaren osagarri nagusiari edo sutarako erregaiari “egurra” erraten zaion bitartean, eraikuntzarako edo altzariak egiteko materialari “zura” erraten zaio, eta profesionalari “zurgina”.

Baztan-Bidasoko oihanen aprobetxamendua ez da bakarrik su egurrerara edo zurgintzara mugatu: fruitua, azala, adarrak, egur ustela... den-dena aprobetxatzen zen, mendeetan zehar komunikabide gutxi eta autarkian (autosufizientzian) oinarritutako gizartean. Horren adierazlea **zuhaitzaren kimaketa** da: adarrak zerraz edo aizkoraz mozten ziren, zuhaitzaren hazkundera bideratuz. Hala, oihanean altuera gutxiko enbor zabalak aurkituko ditugu, maiz barrutik ustelduak eta hustuak; ehunka urtetako aleak dira, gehienetan gizakiak landatu eta bideratu zuen haien hazkundera. Azken urteetan kimatzeko lanak nabarmen apaldu badira ere, bere onurak direla eta, teknika hauek berreskuratzen ari dira. Gure oihanetan (eta ipuinetan) agertzen diren zuhaitz batzu hauexek dira:





- **GAZTAINONDOA:** Erromatarrek Iberiar Penintsulara ekarri zutela uste bada ere, azkeneko ikerketak glaziazioetan hemen bazegoela frogatzen ari dira. Gaztainondoa garai bateko autarkian oinarritutako herri ekonomia-
ren adierazle nabaria da, ia osorik aprobetxatzen baitzen: fruitua, gaztaina, neguko jaki preziatua; zura, zurgin lanerako; azala eta adar finak, saskigintzarako; eta usteldutako barruko egurra ongarri ona izaten zen.

- **HARITZA:** Baztan-Bidasoko etxeetako eraikuntzan gehien erabiltzen den zura haritza da, bere sendotasun eta iraunkortasunaganatik. Fruitua, ezkurra, oso estimatua da azienda elikatzeko. Gizakiak bere jardueretarako (nekazaritza, abeltzaintza edo industria-zerbitzu guneak) hartutako leku argitsu eta zelaietan hedatzen denez, nabarmen murriztu da bere presentzia eskualdean.

- **PAGOA:** Eskualdeko oihanik handienak osatzen ditu, magal ospetetan eta hainbat mendi bizkarretan. Hazkunde azkarrekoa, argi gutxi-ko oihan freskoak eta garbiak osatzen ditu, bere azpian bertze espezieak nekez sortzen direna. Hori dela eta, nabarmen hedatzen ari da, gehienbat mendi komunaletan. Su egurretarako (egur loteak) eta altzarigintzarako erabiltzen da. Mendingale kimatuak (“pago zaharrak”) eta berriak maiz ikusten dira, tartekatua.

- **LIZARRA:** Artzaintzarekin lotutako zuhaitza da, ar diborda inguruan landatu (ez du oihanik osatzen) eta bordaren eremua mugatzen du. Bere adar txikiak eta kimu freskoak ardien elikagai estimatua dira. Adar zuzenak, aldiz, kimatu eta baratzetan banabarren (babarrunen) habeak bezala erabiltzen ohi dira.

- **XARMA, PAGOLIZARRA:** Glaziar Aroan Iberiar Penintsulan oso espezie hedatua bazen ere, egun modu naturalean leku bakarrean aurkitzen da: San Juan Xar Natur Eremu babestuan, Igantzi eta Arantza artean. Bertan ematen zaion izena (“pagolizarra”) bertze bi espezieen antzekotasunagatik etorri zaio: hostoak pagoarenaren antza du; azalak, berriz, lizarrarena.

Baso- bainuak

Baso-bainuen jatorria Japonian dago, laurogeiko hamarkadan. Han, “shinrin-yoku” bezala ezagutzen da, “basorako” eta “bainurako” hitz japoniarrez osatutako hitza.

Gutxi gorabeherako interpretazio libre bat “basoaren atmosferan bainatzea” edo “zentzumenen bidez basoaz gozatzea” litzateke.

Japoniako Nekazaritza, Basogintza eta Arrantza Ministerioak 1982 urtean praktika hori bultzatu zuen, bi helburu nagusirekin:

- Herrialdeko basoei balioa ematea, haien erabilera eta gozamina sustatzea.

- Estresari aurre egitea eta lehia-kortasun eta presio maila izugarri handiak jasaten dituzten biztanleen erlaxazioa erraztea.

Baso-bainua bost zentzumenekin batera baso bat bisitatzea da, pertsonaren ongizatea edo osasunerako onura lortzeko. **Alta, liburuxka hau ez da baso-bainua terapia garatzeko gidaliburu bat, horretarako berezko argitalpenak eta profesionalak badira.** Hemen praktika horretarako irisgarriak eta urte gehiengan zehar lasaia diren hainbat lekuren proposamen bat egiten da. Erran gabe doa Baztan-Bidasoan badirela terapia hau garatzeko leku gehiago, eta egoikiagoak ere seguraski, diziplina honetako profesionalak ezagutzen dituztenak.

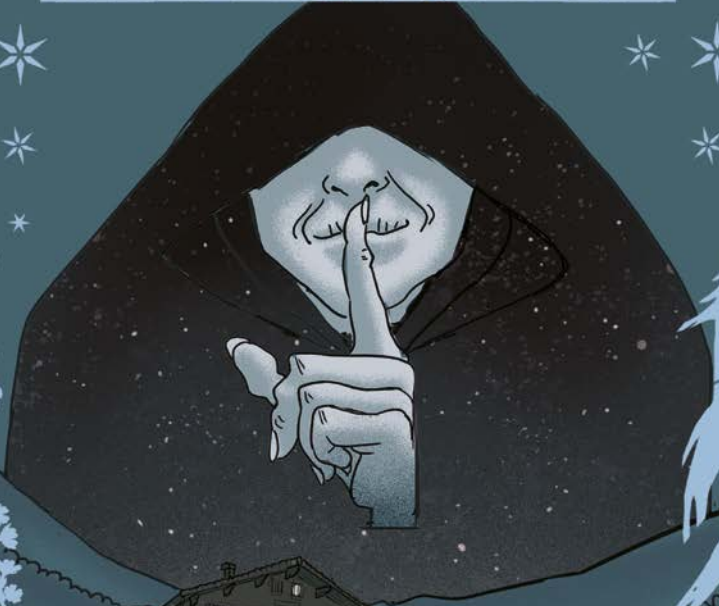
Baztan-Bidasoko oihanak energiaz eta naturaz beteak daude eta, zalantzarik gabe, baso-bainua eta ipuin baten irakurketa lasaia bateragarriak, osagarriak eta osasuntsuak dira.



Pertsonaiak eta mitologia

Ipuin eta legenda sorta honetan gai eta pertsonaia ezberdinak agertzen dira. Batzuk herri edo leku horretako gizakiak dira, istorioen protagonistak edo partaideak, aunitzetan anekdotikoak edo “xelebreak”, eta neurri batean garaiko gizarte horren kezakak, beldurak, gogoak, sinesmenak... islatzen dituzte. Bertze batzuk, aldiz, Baztan-Bidasoko nekazal kulturaren erroturik dagoen euskal mitologiako pertsonaiak dira:

- **LAMIA:** Julio Caro Baroja antropologoak dioenez, euskaldunek antzinako Erromako lamietatik izena eta ezaugarriak hartu eta gero ezaugarri horiek gozatuz joan ziren, neska gazte baten eta arrainaren, ahatearen itxura hartuz. Lamia kapritxosoa da, gogokoa egitera ohitua, erreka bazterrean denbora ematen du, bere ile luzea urrezko orrazi eta ispiluarekin moldatzen. Gizaseme asko, haren edertasunak erakarrita, ezinezko amodioan erori eta erotu egiten dira.
- **BASAJAUNA:** Basoko jauna, neurri handiko pertsonaia, egunero bizitzaren hainbat sekretu ezagutzen du (garia, zerra, arotz lana...); gizakiak basajauna trikimailuz engainatu eta sekretu horietaz jabetuz joan zen. Tartalo eta Jentilekin batera, euskal mitologiaren “pertsonaia erraldioen multzoa” osatzen du. Hainbat antropologo eta etnograforen ustez, egungo gizakiak Nardentalekin bizitu izan zen historiaurreko garaian oinarritzen da pertsonaia.
- **SORGINA:** Mitologikoa baino, pertsonaia historikoa da sorgina eta, zoritxarrez, historian zehar ere desitxuratua ere izan dena. Gehienbat emakumezkoa, naturan eta belar sendagarrietan aditua, landa eremuko gizartearen onespina eta nolabaiteko boterea hartu zuen, baina baita ere ohiko botereen mesfidantza, erlijiosoarena batez ere. Hala, gizartearen bere pertsekuzioa justifikatzeko, sorgina botere beldurgarri eta kontrolaezinez hornitua agertzen da maiz.
- **TARTALO-JENTILAK:** Basajaunarekin batera “pertsonaia erraldioen multzoa” osatzen dute. Tartalo ezaugarri beldurgarriak eta antropofagoak dituen erraldoia da eta legenda gehienetan errekan itoa hiltzen da, gizaki baten atzetik korrika doala. Jentilak, aldiz, mendian bizi dira, gizakietatik aparte eta kontakturik gabe. Normalean, historiaurreko pertsonaiak dira eta bertako toponimian arrastoa utzi dute: Jentilarria, Jentilbaratza...





**'Oihanean sentitu'
liburuxka ipuin
guztiekin erosi
nahi baduzu
kontsultatu
salmenta
puntuak**