



## Szellem a fazékból - A második agy

2013 május 12. Flag

### Szöveg méret

Mentés

- 
- 
- 

- [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

Sejtetem kezdett?l fogva. Hogy kett? van bel?le. Ahogy a vizsgák el?tt összeszorult. Liftezett föl-alá. Mintha gyomorszájon vágta volna. Azok az apró izomrángások, korgások, facsarások.

Most meg olvasom, hogy két agyunk van. Mint a sziámi ikrek. Egy a fejben, egy a gyomorban. Pontosabban a

bélrendszerben.

Amikor Michael D. Gershon, a Columbia Egyetem tanszékvezetője elállt azzal, hogy a bélrendszer is gondolkodik, sőt, önálló döntéseket hoz, tudóstársai kis híján kikacagták. Persze - gúnyolódtak -, kell egy zsigeri agy, hogy elolvassa a betétét. Csak hogy a tények makacs dolgok. Szervezetünkben három helyen található neuron (érző-gondolkodó idegsejt): az agyban, a gerincvelőben és az emésztőrendszerben. A bélfal izomrétegei között, a nyelőcső a végbélig terjedő négy száz négyzetméteres nyálkahártyában legalább kétszázmillió neuron lapul. Ez a bélidegrendszer. Vibráló óriási kémiagyár. Lelkünk altesti fele. Kilenc méter cső, amibe életünk során leküldünk ötven tonna élelmiszert, kétszer ennyi folyadékot, rengeteg hasznos anyagot és veszélyes hulladékot. Nyomorult bélagnak elemezni kell a tápanyagok összetételét, döntenie kell, miből gyárt káliumot, vasat, magnéziumot, miből vonja ki a zsírt, szénhidrátot, vitaminokat, mit kezd a modern adalékanyagokkal, amikkel fél évszázada gyötrik bélfalóját.

A matematikátételeket persze nem oldja meg, ám sok mindent megérez. Görcsbe rándul, ha levelet kapunk az adóhivataltól, elveszi étvágyunkat, ha szerelmi kórságba esünk, fájdalmas mutatóvonalra képes, ha stressz ér. Nem árt figyelni rá. Már csak azért sem, mert második agyunkat folyamatosan mérgezzük. Ma már számtalan kutató gondolja úgy, hogy a szorbitán-monolaurát (E 493) a hasnyálmirigy gyulladásáért, a többi emulgeálószer (E 470-482) az átszivárgó bél szindrómáért, a karragén stabilizátor (E 407) a vastagbélgyulladásért felelős, hogy bizonyos tasakos levelek összetevői is beszélnék, mert azokban olyan baktériumok is találhatóak, melyek még az olajtársaságok vezetőit is kikezdi.

"A két agynak - írja The second brain (A második agy) című könyvében Gershon professzor - együtt kell működnie. Ha nem teszik, a gyomorban eluralkodik a káosz, a fejben a pánik." Bár létezik az agy-gyomor tengely, a bélidegrendszer sokszor észrevétlenül is befolyásolja az agy működését. Közismert például, hogy a zsigeri működést meghatározó bolygóidegek rostjainak csak tíz százaléka fut az agytól a bélrendszer felé, döntő többségükben fordított információáramlás zajlik. A szerotonin nevű neurotranszmitter 90 százalékát is a bélrendszer termeli, márpedig ettől az ingerületátvivő anyagtól függ a kedélyünk. Nem véletlenül nevezik boldogsághormonnak. Hangulatunkat gyomorműködésünk határozza meg. Bélidegrendszerünknek nemcsak a táplálékot kell feldolgoznia, hanem érzéseinket is. Csalódásaink pedig - többnyire - nehezebben emészthetők, mint a libamáj.

"Előbb a has jön, aztán a morál" - tudta ezt Bertolt Brecht is. Nem véletlen simogatja pocakját Buddha, lát összefüggést lelki életünk és emésztésünk között az ókori görög és taoista orvostudomány. A második agy jelképe Rabelais Bendő urasága lehetne, akinek a középkori ábrázolásban feje már nincs is, a hasából bámul kifelé, csak az evésen jár az esze, és folyvást attól retteg, hogy lefogy. Mondhatnánk: agyára ment a félelem. De melyik agyára?

hetivalasz.hu - Vinkó József

**Ajánló**

