



SZÖVEG –  
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –  
KÖZVILÁGÍTÁS

# EMÉSZTŐ GONDOLATOK

Az agyunknak nagy ára van. Nem csak azért, mert nagy – testünk méretéhez és más fajokhoz képest óriásinak számít. Persze, ez azért súlyban nem jelent olyan sokat: a testtömegnek csupán két százalékát adja, tehát nem hordozni nehéz, hanem energiával ellátni.

◆ Az agy metabolikus értelemben a legdrágább szervünk, a szervezetünk által használt energia 20 százalékát emészt fel. Emészt – írom, mert egy 1995-ben megjelent, elterjedt tudományos hipotézis szerint – amelyet természetesen többen igazoltak, mások pedig kritizáltak – ahhoz, hogy az agyunk ennyi energiát fogyaszthasson, más „sokat fogyasztó” szervünknek kellett csökkennie és kisebb energiát felvennie. A költséges szerv-hipotézis azt állítja, hogy az emésztőtraktusunk rovására, annak tehermentesítésével tudott az agy nagygyá válni. Az értelmiségi szabadúszó, technológiai innovátor, JP Rangaswami ebből a nézetből vezeti le elképzelését arról, hogy az agy is egyfajta „emésztő szerv”: kiválaszt, felszív, továbbít. Ha ez így van – folytatja –, akkor az információ olyan, mint az étel. Vagyis a gyomrunk mintájára az agyunkat is el tudjuk „rontani” azzal, ha összevissza fogyasztunk információt, ha emélyítő vagy felkavaró mennyiségben, minőségben visszük be őket szervezetünkbe.

Miért nem agy-diétázunk néha? Miért nem engedünk az agynak információs tisztítókurát? Sőt, miért nem nézzük meg jobban az információk lejáratú idejét és E-összetevőit (a mesterséges és sokszor káros elemeket)? Talán mert nincs a csomagolásukra írva? Tényleg nincs. Ezért igazán fontos az a józan, önálló és

magabíró tudatosság, amelynek segítségével – és ezt már nem Rangaswami állítja – tényleg salaktalaníthatunk. Sőt, amely abban is segít, hogy egy sokkal korábbi, megalapozó figyelmeztetés szerint éljünk: „Nem az teszi tisztátalanná az embert, ami bemegy a száján, hanem ami kijön a szájából, az teszi tisztátalanná az embert.” (Mt 15, 11). Vagyis, ne csak ne együnk, hanem ne is tegyünk rosszat. Ne csak magunkat védjük attól, ami elrontja a gyomrot, hanem, sőt, leginkább másokat. A tisztaság nem lehet kizárólag belső állapot – a másokkal való együttélés alapjának is kell lennie.

Ha drága is az agy, megdolgozik a béréért. Nincs könnyű dolga manapság, amikor egy fél világ forrong és háborog az álhíreken, úgy, hogy ezzel sokszor maga is álhíreket gerjeszt, és profitorientált nagyvállalatok munkatársai jelölik meg kis zászlóval az „igazság-tartalmat”. Digitális karszalagokkal mérjük a vérnyomásunkat, szívdobbanásunkat és légzésszámunkat, de nem is merünk belegondolni, naponta hány rossz gondolat foglalkoztat minket, hátha ezzel elrontanánk – ezúttal a kedvünket. Arról nem is beszélve, hány mondatot mondunk ki megszüretlenül, emésztetlenül, másoknak okozva émelygést.

A kihívás nem kicsi – lehet, hogy eljött az ideje annak, hogy végre a lélek nőjön a legnagyobbra. ◆