

Szüksége van gyomor bajra?

Debogy van rá szükségem, fogalmazódik meg bennünk a válasz, pedig a tiltakozást egyre inkább fel kellene váltania a gondolkodásnak, hiszen hazánkban is mind több orvos teszi fel páciensének a kérdést: miért éppen ez a betegség kell Önnek? Aki valóban szeretne megszabadulni nyavalyáitól, annak először is meg kell értenie betegségét. Sorozatunkkal a tünetek jelentésének megértésében szeretnénk segíteni olvasóinknak.

Sorozatunknak ebben a fázisában már nem kell bizonygatni, hogy ki nem élt lelki készleteseink áttevődnek valamelyik testrészeinkre, amely azután sajnos betegség formájában jelzi mulasztásunkat. Így van ez a gyomorbántalmak esetében is: ha valaki nem a lelkével végez el egy pszichés funkciót, akkor a gyomra végzi el a befogadás és a feldolgozás feladatát.

Aki tehát lenyeli a dühét, annak a gyomra több savat termel a kelleténél (a dühöt is neki kell megemésztenie), s ennek a savnak a kellemetlen feltolulása jelzi, hogy az elfojtott düh kifejezésre szeretne jutni.

A legtöbb gyomorbeteg problémája: gondjaival, agressziójával nem tud tudatosan bánni. Hiányzik belőle a konfliktusok feldolgozásához szükséges önbizalom, s végül magát eszi. A gyomorfelely legtöbbször a hosszas önmargangolás végeredménye. A beteg az agresszióját nem kifelé, hanem saját maga ellen irányítja. Mivel a gyomorbetegsége hajlamos egyéneknek nincs kellő önbizalmuk a konfliktusok önálló megoldásához, ezért ők mindig egy idealizált, összeütközésektől mentes világról álmodnak.

Visszavágyódnak a gyermekkorba, amelyben óvták, védtek őket, elhárították a rájuk leselkedő veszélyeket. Ez a paradicsomi állapot gyermekkorunkban is csak a kezdeti éveket jellemezte, amikor az ételt is „megrágták” helyettünk. A gyomorbeteg is pépes ételekre vágyik, olyanokra, amelyek már átmentek valamilyen szűrőn, s ezáltal garantáltan veszélytelenek. A gyomorbeteg szemében a nyers étel például kimondottan veszélyesnek tűnik, túl durva, túl eredeti. A gyomorbeteg háziasszony például a főzés folyamatában mindent bepótolva kiéli agresszív készletését: ételeit jól összeaprítja, átpasszírozza, összetöri. Akkor nyugodt, ha a táplálék és az étel egyaránt mentes mindenféle kihívástól.

A gyomor a legkülönbözőbb módon próbálja a beteg helyett az agresszív készletések kiélését átállalni: ilyen az előző részben említett hányás vagy a böfögés is, ami spontán módon, de a gyomorsavtermelés gyengülésére is kialakulhat. A beteget ez mindig is a kellemes megkönnyebbülés érzésével tölti el. Akár gyógyszeres, akár műtéti az orvosi beavatkozás, mindig jelen van benne az érzések és a gyomor kapcsolatának szétválasztása, hogy ne a gyomornak kelljen

még az érzések megemésztesését is magára vállalnia.

Az orvos utasításainak szigorú betartása mellett a gyógyulás folyamatában a gyomorbetegnek tehát egész sor életfeladat megoldásán érdemes elgondolkozni. Először is ajánlatos megkeresni a problémák, konfliktusok tudatosításának módját, majd az önálló megoldás formáit. Közben célszerű megkérdeznie magától, miért él benne felnőttként is olyan erősen a függőségi vágy, miért áhítzik annyira arra, hogy mások el-
lássák, gondoskodjanak róla, babusgassák. Nehéz az említett kérdésekre megkeresni a válaszokat, de a gyomorfelely fájdalmait elviselni sem könnyű, ezért talán érdemes birkóztatni velük... Az étel feldolgozásának, megemésztesének folyamatában a belek rendellenességei közül a leggyakoribbak a hasmenés és a székrekedés. A hasmenés okának megértéséhez induljunk ki a vékonybél feladatából, amely nem más, mint a táplálék hasznosítható elemeinek beolvasztása a szervezetbe, miután az étel alkotórészeire bontotta. Akin emésztetlenül fut át az étel, az nem tudja kivenni belőle azt, amire a szervezetének szüksége van.

A lélek síkjára átvéve a feladatot: a hasmenéses beteg – leginkább egzisztenciális félelem miatt – nem foglalkozik a helyzet súlyának megfelelő mértékben a problémáival, hanem megemésztenél hagyja átfutni magán azokat. Az orvos által kísért gyógyulás folyamatában éppen ezért célszerű lenne elemző módon szembe-
beszúlni a félelem okozta helyzetekkel, s kellőképpen megemészteni azokat, a problémák elől való elfutás helyett.

Amíg a hasmenés arról árulkodik, hogy ijedtünkben gondolkodás nélkül átfuttatunk magunkon valamit, a székrekedés arról szól, hogy valamit nem akarunk elengedni, túlzottan ragaszkodunk hozzá, esetleg rejtegetjük. Nem véletlen, hogy korunkban a székrekedés igen elterjedt. Gyakorisága nemcsak a mozgásban szegény életmódról tanúskodik, hanem az anyagiakhoz való túlzott ragaszkodásról is.

A székrekedés másik jelentése ugyanúgy a félelemmel kapcsolatos, mint a hasmenés. Az előző esetben gondjaink tisztázó elemzésétől riadunk vissza, itt a tudattalan, elfojtott tartalmak napvilágra kerülésétől rettegünk. A székrekedés problémája tehát két fontos dolgot is figyelmeztet: zavart szenved életünkben az elengedés, az adás képessége és elfojtott vágyaink, gondolataink feltárásától, felszínre hozatalától is félnünk.

Az érintettek – akik kézlegyintés helyett őszintén belátják, hogy belpanaszaik mögött valóban komoly életvezetési problémák húzódnak meg – azt is érzik, hogy ezekkel a bajokkal egyedül megbirkózniuk nagyon nehéz, sok esetben lehetetlen. Az okok megszüntetésére szakember segítségére is szükség van. S ahogy testi panaszaikkal bizalommal fordulnak orvosukhoz, azok lelki hátterével ajánlatos megkeresni a pszichológust, aki nemcsak az okok feltárásában lehet segítségükre, de életfelfogásuk, életvezetésük megváltoztatásához is hasznos tanácsokat adhat...

Lenthár Márta

Stefánia és valami más

Jó, tudom, hogy ez nagyon kacifántos megfogalmazás, az említett lexikon 1962-es kiadású, főleg szovjet szakirodalomra támaszkodik, de abban nyilván megegyezhetünk, hogy a szép valóban gyönyörködtet.

Kell a kisugárzás

Nos, e rövid filozófiai elmélkedés után foglalkozunk a „témával”, amely – e felvezetés után nem kelt meglepetést – a szépségről, pontosabban egy szép hölgyről szól. Merthogy dr. Farkas Cecília, a tavalyi Miss Hungary, vagyis Farkas Tímea nővére szép, az nem vitás. Tudniillik ő már „hivatalosan” is az, mivelhogy szeptember elején részt vesz Magyarország legszebb hölgyeinek tihanyi versenyén. A közel-múltban Budapesten tartott választáson a zsüri döntése alapján ő is ott lesz a Balaton parti döntőn, 18 társával együtt versenyezhet az ország legszebbjének kitüntetett címéért.

Dr. Farkas Cecíliáról röviden: Szegeden született, azóta is itt él, a Tisza-parti városban fejezte be tanulmányait, jogász, most éppen gyakorlati idejét tölti, a közigazgatásban dolgozik, szakvizsgára készül.

– És hogyan készül a szépségversenyre?

– Az országos döntő előtt lesz néhány napos felkészítő tábor Tihanyban. A versenyt is ugyanitt rendezik.

– Eddig kizárólag a szépségről esett szó. Ön hogyan bátorozna meg a szépség fogalmát?

– Nagyon sok megfogalmazását hallottam már, én is azokkal értek egyet, akik azt mondják, nem elég az, hogy valaki külsőleg szép, ha nincs kisugárása. A testi és a lelki szépség alkotta harmónia adja az igazi szépséget, s ezt az emberek észre is veszik azokon, akiknél ez megvan.

– A zsüri is?

– Hát... nem mindig. Az ízlések azért különbözőek. Olyan lányok például, akik nekem tetszettek, azok a zsüriek nem...

A bolti eladó „honoráriumára”

– Előnyt jelent az, hogy elvégezte a manökenképzőt?

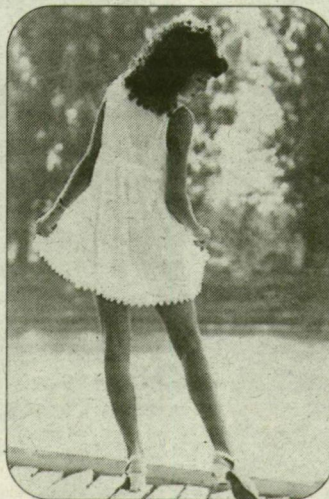
– Két évvel ezelőtt végeztem Náray Tamás modellképző tanfolyamán. Aki kicsit is járatos a szakmában, az tudja, hogy az ő neve mit jelent... Csak az általa kiválasztott lányokkal hajlandó egyáltalán foglalkozni és nagyon kevesen végzik el a tanfolyamot. Akik viszont nála végeznek, azoknak munkát is biztosít.

– Hogyan „basznosítható” a szépség? Ha Ön például elmegy a boltba és kér a bentől fél kiló karajt, a férfi felnéz, konstatálja magában, hogy: ez igen, bü, de csinos ez

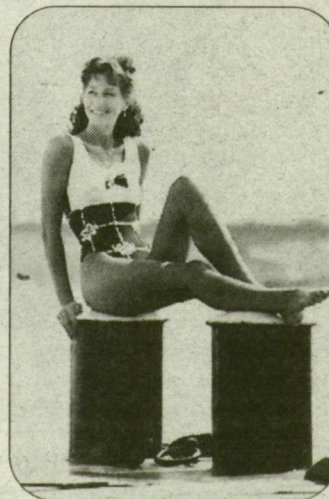
Naponta többször használjuk a „szép” szót. Sokféle összefüggésben. Ruhára, autóra, épületre, egy-egy apró mütyürré, tájra, kisbabára, nőre mondjuk, hogy szép. Nem tudom, ha az utcán leállítanék tíz járókelőt, közülük hányan tudnák meghatározni a szépség fogalmát.

● Cecília a legszebbek között

Dr. Szépség és az élet



● Magas, karcsú, légies



● Nincs királynőjelölt furdorúhalkép nélkül. (Fotó: Karnok Csaba)

Az Új Magyar Lexikonban az olvasható, hogy a szépség „...a valóságnak, a tárgyaknak és jelenségeknek ama tulajdonsága, hogy érzékelhető formájuk az ember fejlődésével, természetfeletti hatalmának növekedésével kapcsolatos pozitív társadalmi tartalmat fejez ki, illetve ezzel kapcsolatban érzékelhető a tárgyak, a jelenségek lényegét. A szép forma szemlélése a benne kifejeződő tartalom révén kellemes esztétikai érzést – tetszést, gyönyörködést – vált ki.”

a fehérbőré és gyönyörű árut tesz Ön elé a pultra...

– Ha férfi az eladó, akkor igen!

– Mit tart saját szépségéről?

– Ezt nagyon nehéz megfogalmazni. Természetesen, nem vagyok elégedett teljesen magammal, de igyekszem hangsúlyozni azokat a vonásokat, amelyek szépek rajtam.

– Mit remél a versenytől?

– Egyfajta publicitást. Modellként dolgoztam, és végül is ez a verseny, akárhogyan dől el, azt jelenti, hogy a szakma felfigyel az emberre, ha már ilyen messzire eljutott. A döntős lányok már kapnak munkát, megkeresik őket, s bemutatókon, fotózásokon dolgozhatnak. Szóval, ezért is fontos ez a verseny.

– A szépségverseny döntősei közül senki sem írja a neve elé a dr. címet. Előny ez vagy hátrány?

– Feltétlenül előny. Önbizalmat ad, másként beszélnek velem az emberek, a fotósok is másként kezelnek.

– Hobbija?

– A sport. Korábban is aktívan sportoltam, most pedig a görkorsolyázás, a kerékpározás, az úszás, legújabbán pedig a kajakozás jelent számomra kellemes időtöltést.

– Távlati céljai?

– Szeretném élni az életet: fiatal vagyok, jogászoknál később is ráérek. Most a szépségversenyben szeretnék érvényesülni, s ezt ebben a korban lehet és kell csinálni.

– Milyen a férfitudója?

– Nincs „típusom”, így nem tudom meghatározni. Sokat beszélgettünk erről a barátnőmmel, különböző vélemények vannak, én azt vallom, hogy: feltétlenül fontos egyfajta vonzerő. Ezt nem lehet külső tulajdonság alapján meghatározni.

A politika, a szükséges rossz

– Mi a véleménye a rámenős, estenként „tapadós” férfiakról?

– Hát, időnként elég sok energiába telik, hogy leszerelje az ember az ilyen legyeskedőket, akik próbálnak udvarolgatni. Az azonban minden kétséget kizáróan jól esik egy nőnek, ha felfigyelnek rá, ha megnézik az utcán. Ez növeli is az önbizalmát...

– Térjünk vissza a szépségversenyre. Van-e lámpaláza, amikor kilép a pódiumra?

– Eleinte volt, hatalmas szorongás vett erőt rajtam, de ezt az idők folyamán sikerült legyűrööm.

– Mi jelent a közönség befolyásolója a taps vagy az elismerő moraj?

– Természetesen. Ez nagyon sokat segít. Meg az is, hogy eddig szinte minden bemutatóm voltak ismerősök, rokonok, barátok, s elég, ha rájuk nézek, rögtön jókedvem lesz...

– A család?

– Ők mindenben támogatnak. Szüleim minden bemutatóm jelen vannak.

– Mi a kedvenc étel?

– Nagyon szeretem az olasz konyhát.

– És milyen „mennységben”?

– Időnként elég sokat eszem...

– S megengedheti magának ezt a luxust?...

– Hogyne. Szerencsés alkat vagyok. Meg sportolok is.

– Mi a véleménye egy szépségkirálynő-jelöltnek a politikáról?

– Szükséges rossz. Nem szeretek vele foglalkozni. Tehetetlennek érzem magam. Érzem, hogy a fejem felett döntenek, nem tudok beleszólni, s ez bosszant!

– Hívták a fővárosba, nem ment. Miért?

– Mert nagyon szeretem Szegedet, azért is maradtam, nem vállaltam a felkínált munkát Budapesten. Gyönyörű város. Tényleg, nagyon szeretem...

Mi pedig, a kedves Olvasóval együtt, nyilván azt szeretnénk, ha a szeptemberi Queen of Hungary választáson Cecília minél jobban szerepelne. És dicsőséget szerezne a „szerette városnak”.

Kisimre Ferenc

Szerdán 9 órakor
nyit a bauMax-x Szegeden, a Dorozsmai út 13-17-ben,
az E 5-ös út mellett.

(Megközelíthető a 75-ös autóbusszal és a 3-as villamossal.)

Aki keres, az nyer!
Játék fantasztikus
nyereményekkel augusztus 12-ig!

Nyitva tartás augusztus 9-én: 9.00 – 19.00

hétfő – péntek: 8.30 – 14.00

szombat: 8.00 – 14.00

baumax

é p í t é s h e z - s z é p í t é s h e z