

## A tünetek tükrében – Pajzsmirigy alulműködés

Eleinte úgy tűnt, minden rendben van Lilivel, csak nagyon fáradt, és ezért nincs kedve együtt tölteni velünk a hétvégét. Hagytuk, hadd pihenjen, de hiába. Annak ellenére, hogy senki nem zavarta őt a hétvégén, mégis sokkal nyűzottabb volt, mint amikor utoljára találkoztunk. Próbáltuk szóra bírni, megtudni, hogy vajon történt-e valami, ami ennyire megviseli, de nem beszélt. Inkább egyedül akart lenni. Nem vágyott semmire, és főként semmilyen társaságra. A korábban életvidám, kedves és barátságos Lili lesütötte hatalmas szomorú szemeit, és bekucorodott a szobájába, magára húzott egy jó meleg takarót, és csendben bámult ki az ablakon. Őszi szél kergette a lehulló faleveleket, de nem voltam benne biztos, hogy Lili bármit is érzékel e szín pompás játékból. Egyre inkább aggódtunk érte, mert fogalmunk sem volt arról, hogy mit tegyünk. Annyi ötletünk volt arra, hogy hogyan vidíthatnánk fel, de Lili semmire nem volt kapható, rákényszeríteni pedig nem akartunk semmit.

Meséltünk róla, másokat is megkérdeztünk arról, hogy ők mit tennének. Így jutott el a történet egy orvos barátunkhoz, aki felhívta a figyelmünket arra, hogy Lilinek talán pajzsmirigy problémái lehetnek. Elmondtuk Lilinek őszintén, hogy mennyire aggódunk érte, és szeretnénk, ha kivizsgáltatná magát. Nem volt könnyű eljutni vele a kórházi kivizsgálásig, de végül is megtörtént, melynek eredményeként kiderült, hogy pajzsmirigy alulműködés húzódik meg tünetei hátterében: fáradékonyság, kimerültség, kedvetlenség, az étvágytalanság ellenére növekvő testsúly, hideg tapintású bőr, hideg végtagok.

Az orvosi vizsgálat eredményei alapján egyértelmű volt, hogy Lilinek kezelésre van szüksége, amit meg is kapott a szakemberektől. Volt azonban valami, ami itt motoszkált bennem, és nem hagyott nyugodni. Ha minden betegségnek, tünetnek megvan a maga érzelmi háttere, akkor bizony Lili esetében sincs ez másként. Az ő életében is bizonyosan történt valami, ami megelőzte, ezt a betegséget. Valami, amit olyan érzelmi traumaként élt meg, amit még maga előtt is titokban tart. Még önmagának sem meri „elmondani”. Nem véletlen, hogy a torokcsakra területén, a gége közelében, közvetlenül a pajzsporc alatt található belső elválasztású mirigy működésében jelentkezett az eltérés. Egy olyan mirigyben, amely által termelt hormonok a szervezet anyagcseréjére és energiaháztartására vannak hatással, vagyis arra, ami maga az élet alapja: a táplálék felvétel-feldolgozás-elengedés, az áramlás, a ritmikus mozgás. Az anyagcsere lelassulása egy hatalmas kiáltás. Azt kiáltja: NEM, nem akarok élni, el akarok tűnni, szépen lassan. A betegség a Lélek nyelve, így tehát felmerül a kérdés: Lili, mi az, amit nem akarsz megélni? Mi az, ami elől ennyire el akarsz menekülni? Mitől félsz?

Lili pedig azt mondja: „Mondd, mi jut eszedbe? Nem akarok semmi elől elmenekülni.” – ezt mondja, mert ő maga sem tudja, hogy ez zajlik benne. A tudatalattija irányítja, s pont ezzel a betegséggel „próbálja” felhívni Lili figyelmét, hogy vegye észre végre a problémát. A tünetei rendkívül beszédeseek:

- Le van lassulva – Ő, aki mindig pörgött, tele volt élettel, most rá sem lehet ismerni.
- Fázik, a bőre hideg, kedvetlen – egy kedves, barátságos, társaságkedvelő lány megfagyott állapotban ül egyedül a szobájában.
- Alig eszik valamit – nem táplálja magát, s mint tudjuk a fizikai táplálék a lelki, és a szellemi táplálék földi megfelelője – Mire hívja fel ez figyelmet? Mi lenne most a legjobb lelki és szellemi táplálék a számára?
- Fáradt, ki van merülve – Hova lett az életenergiája? Mire mutat ez a megállás? A mozgás=élet, a mozdulatlanság=halál. Ahhoz, hogy valami új szülessen, a réGINEK „meg kell halnia”.

Lili voltaképp e betegség által kivonja magát a megszokott rutinból, a korábbi életéből, s a kapcsolataiból. A kérdés továbbra is az, hogy vajon mi által jött létre ez az állapot.

Az orvosi segítség hatására Lili kezdett jobban lenni, egyre kommunikatívabb volt, és ahogy mesélt a családjáról kiderült, hogy anyai nagyanyjának is volt problémája a pajzsmirigyével, és hogy a családjában többen vannak olyanok, akik szakmájának alapeleme a beszéd. Azt is elmesélte, hogy a családtagok sokat beszélgetnek, de soha nem beszélnek az érzelmeikről. Az érzelmek a tabu témák közé tartoznak, így ő sem tanulta meg kifejezni őket.

Lili ekkor jött rá, hogy a lelkébe beégett ez a minta. Jó szándékkal, szeretettel kapta a szüleitől, nagyszüleitől, de már egyáltalán nem szolgálja őt, mert ahelyett, hogy erőt adna neki, pont az ellenkezője történik. Belehal a lelke abba, ha nem mutathatja meg magát a világnak úgy, ahogy van. Régen meg akart felelni minden elvárásnak, de most érzékelte, hogy ez egyszerűen nem megy. Volt, hogy azért nem csinált meg valamit, mert azt hitte, hogy úgysem tudná tökélyre vinni. Elfáradt attól, hogy nem mondhatja ki: „Elegem van ebből!”, „Nem akarok többé erősnek látszani, amikor félek!”, „Félek, mert nem tudom, hogy mi fog történni, ha kimondom, amit érzek.”, „Anyu, apu, látjátok, nem vagyok tökéletes ... el tudtok engem fogadni? Így is fogtok engem szeretni?”

És még számtalan kérdés hagyta el Lili ajkait, ahogy lassan formálta a szavakat, amelyek oly sokáig pihentek egy hét lakat alatt tartott „dobozban” tudatalattijának sötét rejtekén. Megélte a régi mintát, a kettészakítottság állapotát minden félelmével együtt, és ahogy peregték a könnyei egyre jobban megkönnyebbült. A régi meghalt, elmúlt, eláramlott. Most ott volt Ő, Lili, egy teljesen új, ismeretlen birodalomban, olyan terepen, ahol eddig még nem járt: az Őszinteség mezején, ahol elsősorban Önmagával kellett szembe néznie. Felszabadult végre az érzelmek elfojtásából.

A pajzsmirigy a nyak területén fontos része annak a hídnak, amit a nyak képez a fej és a szív között. A nyak mozgatja, forgatja a fejet, lehetővé téve a számára, hogy minden irányból begyűjtse az információt; hogy meghajolva a Földre tekintsen, megélve az alázatot; hogy tekintetét magasba emelve összekapcsolódjon az Éggel, s befogadja az érkező segítségeket, a tudást. Adni és elfogadni, gondolkodni és érezni, tudni, és megérezni. Ezen csodálatos képességek harmóniája teszi lehetővé a tiszta kommunikációt, a bennünk rejlő világ kifejeződését szavak és cselekedetek által.

Lili példája csupán egy a sok közül. Számtalan más történet éli magát ezen a bolygón, hiszen nagyon sok embert érint ez a betegség, mégis, akármelyik utat nézzük, a pajzsmirigy alulműködés tünetegyüttesének hátterében ott lapul az önkifejezés hiánya, az érzelmek erőteljes elfojtása, a halál kérdéskörével kapcsolatos konfliktus, és a félelemből táplálkozó menekülés. Amikor valaki a környezetünkben elvonul, hátat fordít mindennek, antiszociálissá válik és azt mondja: „Hagyjatok békén!”, lehet, hogy pont arra vágyik, hogy elfogadjuk őt így is, és ahelyett, hogy bármit is elvárnánk tőle úgy szeressük őt, ahogy van. Ez a szeretetteljes elfogadás indítja meg a gyógyulás folyamatát. Mindenki szívéhez vezet út. Nekünk pedig az a feladatunk, hogy megtaláljuk azt az utat, ami pont az Ő szívéhez vezet, tisztán és őszintén.

*László Anikó*

Természetgyógyász

Alternatív Mozgás és Masszázsterapeuta

Babamasszázs oktató

Ringatóterapeuta és oktató

[www.ringatoterapia.hu](http://www.ringatoterapia.hu)