

Kaslik Gyula: Megjegyzések az öregedés biológiájához

1. Az élet és halál problémaköre a létezés alapkérdése. Aki a halálhoz vezető utat, azaz az öregedést nem természetes folyamatnak, hanem betegségnek tekinti, az az én felfogásom szerint egy teljesen félreértelmezett valóságban él.
2. Léteznek a gondolkodásunknak sajátos aspektusai, amelyet a pszichológia illúzióknak, torzításnak nevez. Az egyik ilyen illúzió *a tudás illúziója*, vagy más néven a magyarázó mélység illúziója. Ez azt jelenti, hogy a tudásunkat mélyebbnek, „nagyobb kiterjedésűnek” gondoljuk, mint amilyen az a valóságban. Egy vizsgálatban amerikai egyetemistákat kérdeztek például arról, hogy tudják-e, hogy hogyan működik a WC öblítő. Rendkívül sokan válaszoltak igennel. Majd amikor el kellett magyarázni, hogy hogyan is öblít a WC, akkor a többségük számára kiderült, hogy fogalmuk sincs a berendezés működéséről.

Nem lebecsülve tudós emberek munkájának az értékét, de e Spiegel cikket olvasva az embernek van egy olyan érzése, hogy ezeket a kutatókat rabul ejtette *a mélység illúziójának csapdája*. Könnyen megesik az emberrel, például amikor felfedezi, hogy mit is mutat a számlapos, mutatós, klasszikus óra. Ilyenkor az gondoljuk, hogy heuréka, és azt is, hogy értjük a világot! Pedig csak arra jöttünk rá, hogy mit mérnek a mutatók. De hogy hogyan működik maga az óra, hogy az egy mechanikus masina, vagy egy digitális eszköz, arról lövésünk sincs. Nem beszélve arról a csekélyeségről, amit valójában mér a berendezés: a fizikai világot berendező jelenségek legkiismerhetlenebbjét, az időt. Szóval, ha feltártuk a mozgó mutatók természetét és törvényszerűségeit, akkor ne essünk a mélység illúziójának csapdájába, ne gondoljuk azt, hogy bármit is tudunk az óra működéséről, azt pedig pláne ne, hogy közelebb kerültünk az idő természetének feltárásához. Vagyis ha meg tudjuk mérni, hogy az emberi test öregedési folyamatait milyen mutatók és hogyan jelzik, az még nem azt jelenti, hogy bármit is tudunk az emberi test belső órájának a működéséről.

3. Az *epigenetika*, mint ahogy az epi prefixum sejtetni engedi, minden olyan tényezőt jelent, ami a genetikán „túl” van, vagy a „felett” van. Mivel a tudomány megrögzött materialista, ezért nem is foglalkozik azokkal a tényezőkkel, amik nem manifesztálódnak valahogy a materiális síkon. Itt csak metilációs mintázatokkal, lizin acetilációval stb. foglalkozunk. De itt jön Kiss Károly megjegyzése/felvetése a cikk végéről, ami a létezésünk egyéb mezőit teszi a kérdések tárgyává. Az epigenetika számtalan olyan tudományos eredményről IS kellene, hogy szóljon, ami valamiféle lelkiállapot, tapasztalás, sejtelmes tudás öröklődését mutatja meg.

Egy klasszikus epigenetikai vizsgálatban egerek generációin átívelő tapasztalat-átadást, tudásátadást figyeltek meg. Az egerek imádják a cseresznye édes illatát, így amikor az illat eléri az orrukát, az agy élvezeti központja működésbe lép, ami arra ösztönzi a rágcsálókat, hogy felkeressék az illat forrását. A kutatók ezután az illatot enyhe áramütéssel párosították, ami pedig arra készítette az egereket, hogy ösztöneik ellenére ne menjenek az illat után. Az érdekes azonban az, hogy a tanulmány szerint az új tudás nemzedékeken ível át. A kísérletek szerint még az egerek unokái is féltek a cseresznye illatától, annak ellenére, hogy maguk sohasem tapasztalták meg az áramütést. Ez az epigenetikusok szerint annak köszönhető, hogy a kísérletek következtében a nagypapa génjeinek működésében olyan változások jelentkeztek, melyeket tovább is tudott örökíteni.

Arra azonban semmilyen bizonyíték nincs, hogy ez az információátadás bármilyen formában a genomon keresztül történne meg. Nehéz is metilációs mintázatokkal, azaz fehérjék kifejeződésének változásával magyarázni a cseresznyeillattól való félelem megjelenését. Mert vajon milyen fehérje kódolja magát a cseresznyeillatot, és milyen az arra adott reakciót?

Ez a kérdés aztán messze tovább vezet, és litániát lehetne írni az élet információkezelési mechanizmusáról alkotott képünk hiátusáról, amivel valójában nem tudunk mit kezdeni, mert ez kivezet HET az anyagi, materiális világképünkéből.

4. A feltárt módszerek, amelyekkel növelhető mind az élettartam, mind az egészségben megélt évek száma, elgondolkodtatóak. Vajon a kényelmünk és biztonságunk köré szőtt társadalmi mítosz egészségtelen életkörülményeket teremt számunkra? Vajon a fizikai munka, a nélkülözés, az éhezés, a fázás, a lemondás, az élvezetek megtagadása (lásd *Anna Lembke: Dopaminkorszak* c. könyve) azaz röviden: a valamilyen szinten megvalósított aszketizmus az EGÉSZSÉG-es? A szervezetünk erre lett teremtve, számára ez a normális, ez a „komfortzóna”?

És ha ehhez még hozzávesszük a szervezetünk szűkebb és tágabb környezetét, az egyre komplexebben feltárt bennünk élő organizmusokkal kialakított finoman hangolt viszonyt, ami ráhangolódik a környezet szintén finoman hangolt ökoszisztémájára, akkor további, szintén szokatlan megállapításokra juthatunk: ahhoz, hogy EGÉSZSÉG-es mikrobiomunk legyen, ahhoz olyan egészséges, egyensúlyban lévő környezetben érdemes sokat tartózkodnunk, ahol meg tud „merítkezni” a mi ökoszisztémánk. De legjobb, ha olyan környezetben élünk, amilyenben a régi falusi emberek, vagy évezredekig az elődeink: vegyszermentes, egyensúlyban lévő talajon élő állatokkal együtt megvalósuló létben....(lásd: *Dr Schwab Richard podcastjai*).

Ez önmagában megkérdőjelezi az individuális létezésünkről alkotott képünk valóságos voltát. Mi, önmagunkban nem létezők. Mi csak MI-ként létezők, amibe bele kell

értenünk azt a társulási rendszert, ami velünk együtt létezik. Helyesebb tehát, ha nem húzunk éles határvonalat akkor, amikor önmagunkról gondolkodunk.

A számunkra vívmányként mutatkozó modern lét elemei (pl. nagyüzemi mezőgazdaság, a városi lét, a kényelem, stb.) tehát meghaladják a biológiai rendszerünk számára szükséges létköörülményeket. Ezek számunkra egészségtelen létfeltételeket teremtenek....

Bp. 2024 otóber