

Broken heart

Tudta, kedves olvasó, hogy a megtört szív nemcsak egy érzelmi állapotot kifejező szófordulat, hanem valóban létező betegség? Az irodalom, a film, a zene világában gyakran szereplő témát, az összetört szív fájdalmát először japán orvosok írták le, és „broken heart” szindrómának nevezték el. Tüneteiben leginkább a szívinfarktusra hasonlít, mellkasi fájdalommal, nehézlégzéssel, félelemérzéssel jár, és a stresszhormonok szintjének hirtelen megemelkedése váltja ki. Megfigyelték azt is, hogy valamiféle intenzív fizikai vagy lelki megrázkódtatás előzi meg: egy nem várt, súlyos, ijesztő, felkavaró esemény, például egy szeretett személy, a munkahely vagy nagy pénzösszeg elvesztése, komoly baleset, rémisztő orvosi diagnózis.

A megtört szív szindróma orvosi szempontból tulajdonképpen a szív bal kamrájának a meggyengülése, amely miatt jelentősen gyengül a szív működőképessége. A meg- vagy összetört szív azonban sokkal régebb óta ismert, mint amióta az orvostudomány megfigyeli. Ady Endre így írt róla a *Kocsi-út az éjszakában* című versében:

*Minden Egész eltörött,
Minden láng csak részekben lobban,
Minden szerelem darabokban,
Minden Egész eltörött.*

Havi igénk pedig arról tanúskodik, hogy az emberek már évezredekkel ezelőtt is ismerték ezt az állapotot. A világ tele van megtört szívű emberekkel, és talán közöttünk is vannak, akik ettől szenvednek.

A világ különféle lehetőségeket ajánl ennek a fájdalomnak a csillapítására. Azt tanácsolja, hogy tereljük el a figyelmünket róla, beszéljünk vagy írjuk ki az érzéseinket, tanuljunk meg pozitívan gondolkodni, menjünk el pszichológushoz, aki esetleg valamilyen antidepresszáns gyógyszert is ad. Jó szándékú környezetünk a legtöbbször azzal vigasztal, hogy az idő majd begyógyítja a sebeket. Mindezek a tanácsok hasznosak is lehetnek, de sokszor nem hoznak valódi megoldást.

Jézus ezzel szemben valóban segíteni tud! Rögtön az első prédikációjában elmondja (Lk 4,18) – felolvasva Ézsaiás könyve 61. fejezetének 1. versét –, hogy ez az egyik oka annak, amiért ő eljött: „Az Úr lelke nyugszik rajtam, mert az Úr kent föl engem. Elküldött, hogy örömhírt vigyek a szegényeknek, és meggyógyítsam a megtört szívűeket.” (Szent István Társulat bibliafordítása) Jézus azért jött, hogy meggyógyítsa a szívünket: ha súlyosan csalódtunk; ha elvesztettünk valakit vagy valamit; ha valami lesújtó esemény történt velünk; ha a félelem terhe nehezedik ránk.

Az evangéliumokat olvasva azt látjuk, hogy Jézus körül csupa megtört szívű ember volt. Vakok, sánták, koldusok, akiknek reményük sem volt gyógyulásra, egy jobb életre. Paráznák, aki-

ket összetört a farizeusok vallási megvetése. Egy Lévi vagy egy Zákeus, akit a társadalmi kirekesztettség tört össze. Jézus szeretete elfogadta őket, kezébe vette és meggyógyította összetört szívüket. És új emberré lettek.

A japánokról olvastam, hogy az értékes kerámiákat, ha összetörtek, nem dobják ki. Van egy különleges módszerük, amelyet *kintsuginak* neveznek. A darabokat összegyűjtik, majd gondosan összeillesztik, de nem úgy, hogy lehetőleg ne látsszanak a repedések, hanem a ragasztóhoz aranyat kevernek. Ezzel emlékeznek arra, hogy mi történt, de közben meg is nemesítik az összetört tárgyat. Valami hasonlót tesz az összetört szívűekkel Jézus. Az ő megoldása nem az, hogy elfelejteti velünk a múlt fájdalmas eseményeit, hanem szeretetének gyógyító „ragasztójával” vonja be, és kiemeli azt, hogy bár összetört a szívünk,

az ő gyógyító keze újat, szépet és nemeset formált belőle. A szívünk sebei begyógyulnak, de a hegek azért láthatók maradnak. Ettől azonban még érdekesebbé, egyedibbé és nemesebbé lesz a szívünk.

Így gondoljunk hálával arra, hogy Jézus kezében minden, ami eltörött, újra egésszé lesz. Ami történt, amivé szétessett az életünk, azt nem kell elfelejteni, nem kell tagadni. Sőt ez alkalmat ad arra, hogy másoknak is biztonyságot tegyünk Jézus „hozzaértéséről”. Elmondhatjuk: „Nézd, ilyen volt az életem, de Jézus kezében újjászületett.”

Összetört szív, sebzett lélek? Életünk során mindnyájan átéljük ezt időnként. A lélektan leggyakoribb témái a traumák, az elszenvedett se-

bek. Nincs ember, aki ne ismerné ezt, gyermekkori sérüléseinktől kezdve szerelmi csalódásokon, családi, emberi kapcsolatok törésein keresztül az időskor problémáig. De az összetört szívek darabjainak nem kell a szemétkosárba végezniük. Szedjük össze a darabokat, és vigyük oda Jézushoz. Ő a Mester, ő minden japán mesternél jobban ismeri a kintsugi művészetét. Kezében újjá lesz minden összetört szív. Kérjük hát őt 451. énekünk szavaival:

*Lelki próbáimban, Jézus, légy velem,
El ne tántorodjék tőled életem!
Félelem ha bánt, vagy nyereség kísért,
Tőled elszakadnom ne hagyj semmiért.*

*Tisztogass bár olykor bajjal engemet,
Kegyelmeddel szenteld szenvedésemet!
Bár e test erőtlen, te oltárodon
Keserű pohárral s hittel áldozom.*

■ BALICZA IVÁN