

BUDA BÉLA ÉLETÚTJA

Különös dolog a sors és az életút! Lehet rosszkor és rossz helyen születni, évtizedeken át bajok közepette élni, de lehet mindezeket a körülményeket úgy is átgondolni, hogy valaki nagyon gyáva volt, nem mert változtatni, kezdeményezni.

Az 1939-ben születettek végigkísérték ezek a dilemmák. A háborúból éppen csak kaptunk ízelítőt, ötvenhat még nem felnőttként ért bennünket, igazán nem tudtunk „belekeveredni”. A nagy téma a „szocializmus” volt, minden árnyalatával és arculatával, vagyis a kommunista ideológia, a „békeharc”, a hidegháború, a nagy Szovjetunió és az imperializmus, a diktatúra és annak „puhulásai” stb. Majd azután a rendszerváltozás illúziója és furcsa valósága. Közben meg megöregedtünk. „Most lellem: ember – mennyem odavan, szörnyű fülekkel legyezem magam.”

Ez a korosztály nehezen alakította ki önazonosságát. A bűvös identitást, amely nélkül az egzisztencia nem tudna eligazodni, sőt fennmaradni sem „az élet tengerén” (hogy ismerős közhelyet vegyünk elő). A hajózás metaforája kezdetnek nem rossz, mert utal a veszélyes viharokra (kubai válság, hatvannyolc, afgán bevonulás stb.), de arra is, hogy összetett „építményeknek” kell lennünk, ha meg akarunk maradni a hullámok tején. Gerincek, oldalfalak, hajtóművek és kormány szerkezetek kellenek. Innen már a kép összezavarodik, az emberi identitásban kellenek kollektív alapok, ezeken belül családi hátterek és az egyéni életfolyamat döntései, választásai révén megkötött finomabb struktúrák.

Nos, e nemzedék „hajóját” nehéz volt megépíteni. A nemzeti „gerinc”-hez nem volt megfelelő „anyag”. Nem lehetett magyarságunk, nemcsak a proklamált internacionalizmus miatt, de azért sem, mert elvesztettük nemzetestünk jelentős részének zsidóságát és svábságát. Sztéverték vallásainkat. Hagyományainkat is. Demográfia, lelki „falurombolások” zajlottak a durva urbanizáció mellett. A hiányzó autonómia illúzióját a csenevész fogyasztói mentalitás adta. Mindent az ideiglenesség lengett körül, nem tudtuk, milyen főtítkárra kerül Moszkvában hatalomra, lesz-e nukleáris világháború (ezt jól elfojtottuk, a kilencvenes években már nem érdekeltek bennünket a dunántúli atomsilók vagy Belovai ezredes rémtörténete).

A korszakról van szó, de magamról beszélek. Mindezeket nemcsak végigéltem, megpróbáltam megérteni. Később némileg meg is változtattam. Nálunk sok kortársam nagy ívű transzformációján mentem át, szegény, egyszerű családból lettem értelmiségi, orvos. Nagyon sok adaptációs nehézség árán. Ma sem tudom, hogy fájdalmasan és rácsodálkozóan átéltem hatására fordultam-e a társadalomtudományok felé. Merthogy ide sorolom azt a lélektant – pszichiátriát, pszichoterápiát –, amelyben hivatásszerűen tevékenykedtem.

Mint pszichiáter a lelki krízisek, zavarok, katasztrófák tömegével találkozottam, és ezek mögött mindig megtaláltam „a társadalmi beilleszkedés zavarait”, ahogyan a hetvenes években kezdődő nagy „tárcaközi” kutatás címe eufemisztikusan összefoglalta azokat a problémákat, amelyeket a társadalommal való összeütközés vált ki. A politika már nem tudta elhallgatni az ilyenfajta bajok szaporodását. Alkoholizmus, bűnözés, öngyilkosság, elmebetegségek, drogok stb. De hosszú ideig megpróbálta elkendőzni őket. Mivel a kérdésekkel foglalkoztam, megoldásait kerestem, az értelmiségi nyilvánosságon át is, hamarosan magam is deviáns lettem. A hatvanas évek közepétől a rendszerváltozásig ideológiai ellenségévé váltam. Szerencsére nagy bajom nem esett, csak félretoltak, háttérbe szorítottak. Talán a kor sajátos „második nyilvánossága” segített, sokan ismertek, sokakkal dolgoztam együtt, nem foglalkoztam magával a politikával, csak annak fortélyos félelmi szabályait nem akartam betartani.

Rögös út volt, nem voltak megfelelő munkakörülményeim, magamban és magányosan dolgoztam. Nem tudtam megmaradni egyetlen szakterületen sem. „Muszáj-Herkulesként” két tucat területen jutottam el a nemzetközi ismertségig és a maradandó alkotás határáig, de innen már nem jutottam tovább. Pszichoterápia, szexológia, szuicidológia, addiktológia, kommunikációelmélet, közösségfejlesztés, egészségpromóció, mentálhigiéné, krízisellátás, önségítés, szerveszetelmélet, szociálpszichológia, devianciakutatás stb. Cyranóval együtt én is ráirathatnám sírkövemre: qui fut tout et qui ne fut rien*.

Ha volt alkotásom, az talán írásaimban és szakelőadásaimban tükröződik (14 szaklapnak voltam szerkesztője, több mint hetven könyvet írtam és szerkesztettem, tucatnál többet idegen nyelven). Ha volt hatásom, az „katalitikus” volt (katalízis: megindítani és fenntartani folyamatokat, azokkal elvegyülve, de a végén eredeti formában kiválva), ez már az említett „beilleszkedési zavarok” kutatásától különféle szakmai társulások létrehozásán át a mentálhigiéné és a nemzeti egészségmegőrzés programjaiig terjedt. Soha nem lettem köznap értelemben sikeres, nem lettem közismert és népszerű sem (még szűkebb körökben sem).

Közben életem nagyon gazdag és színes lett. Az átélésem virtuális szintjein (a „cőresz” és a mindennapi munka egyhangúsága árnyékában). Egy szürke világ, amiben kezdtem (és amire Móricz „Fáklya” című regényének hőiséhez hasonlóan csodálkozva tekintek vissza, hogy egyáltalán hogyan lehet élni a komor aorisztoszok titkának ismerete nélkül), kibontakozott előttem. Nyelvi (szemantikai, hermeneutikai) univerzumokba merültem. Közel került hozzám a kultúra és a társadalom sok működési módja, folyamata. Megtaláltam az empátia mágikus hullámhosszát, amelyen át nagyon sok emberhez úgy kerülhettem közel, hogy sokat, lényegeset tudtam segíteni nekik. A kommunikáció is mágikus eszköz, amely révén alakítóan lehet belépni a pszichoszociális világba. Lett családom, lettek barátaim, érték tragédiák, de nem csalódtam. Ha nem ennyire nyitott értelemmel és realisan élek ebben a nagy magyar világban, talán megmaradni se tudtam volna.

Közben az évek szálltak, mint a percek. Bár még munkaköreim, állásaim vannak, teli vagyok tervekkel, folyamatosan írok és előadok, már át kell élnem, hogy isteni kegyelemtől függ, meddig enyém a világ, már csak a megismerés színterén is, nem is beszélve az alkotásról, hatásról. Egyelőre azonban az átél múlt is erőforrás. Nincs szabad pillanatom, abban az értelemben, hogy az emlékek filmjei ne peregenek, többnyire a hangok és szcénák teljes élénkséggel, és a gondolkodás nem szágúdana a lehetséges „linkek” át.

Ha Ivan Gyenyiszovicszhoz hasonlóan is, de tulajdonképpen elégedett vagyok.

* Minden volt és nem volt semmi.