

Különös dolog a sors és az életút! Lehet rossz-
szkor 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.

...szegény, egyszerű családból lettem ér-
telmiségi, orvos. Nagyon sok adaptációs nehézség
árán. Ma sem tudom, hogy fájdalmasan és rácso-
dálkozóan átélt létem hatására fordultam-e a tár-
sadalomtudományok felé. Merthogy ide sorolom
azt a lélektant – pszichiátriát, pszichoterápiát –,
amelyben hivatásszerűen tevékenykedtem.

Rögös út volt, nem voltak megfelelő
munkakörülményeim, magamban és magányosan
dolgoztam... „Muszáj-Herkulesként” két tucat
területen jutottam el a nemzetközi ismertségig és
a maradandó alkotás határáig... Pszichoterápia,
szexológia, szuicidológia, addiktológia, kommuni-
kációelmélet, közösségfejlesztés, egészségpromóció,
mentálhigiéné, krízisellátás, önségítés, szervezet-
elmélet, szociálpszichológia, devianciakutatás stb.
Cyranóval együtt én is ráírathatnám sírkövemre:
...qui fut tout et qui ne fut rien.

Ha volt alkotásom, az talán írásaimban és
szakelőadásaimban tükröződik (tizenegy szaklap-
nak voltam szerkesztője, több mint hetven könyvet
írtam és szerkesztettem, tucatnál többet idegen
nyelven). Ha volt hatásom, az „katalitikus” volt, ez a
„beilleszkedési zavarok” kutatásától különféle szak-
mai társulások létrehozásán át a mentálhigiéné és a
nemzeti egészségmegőrzés programjaiig terjedt.

Közben életem nagyon gazdag és színes
lett... Az átélésem virtuális szintjein. Egy szürke vi-
lág, amiben kezdtem, különös módon bontakozott ki
előttem. Nyelvi (szemantikai, hermeneutikai) univer-
zumokba 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, értek tra-
gédiák, de nem csalódtam. Ha nem ennyire nyitott
értelemmel és reálisan élek ebben a nagy magyar
világban, talán megmaradni se tudtam volna...

Részletek Buda Béla Életút című írásából