

EMLÉKEZÉS RAJKA TIBORRA

Rajka Tibor a hazai pszichoanalízis fennmaradásáért vívott küzdelem egyik kiemelkedő alakja, csendes, de nagyhatású személyisége, 1901. január 23-án született Marosvásárhelyen, és 1980. december 8-án halt meg Budapesten.

Marosvásárhelyről a háború viharában sodródott Prágán át Budapestre. Nehéz a megfontolt, szemlélődő analitikus képét összeegyeztetni a világot, a társadalmat megváltani akaró, harcos szenvedélyes ifjúval. Pedig társadalmi elkötelezettsége mindvégig fennmaradt. Évekig volt körorvos a Mária Valéria telepen. Aktív szerepet vállalt a Magyar Pszichoanalitikus Egyesület fennmaradásában a második világháború alatt. Bújtatott zsidókat, menekülteket. Tévékeny, vezető szereplője volt a magyar pszichiátria rövid megújulásának a háború után. Sosem adta fel, hogy a szervezetileg felosztott magyar analitikusok újra csatlakozzanak a nemzetközi pszichoanalízishez (Arató és mtsai 1984).

Szerette a zenét, hegedült, zongorázott, festett, Rilke-verseket fordított, diákújságot szerkesztett. Ha kellett, így tartotta fenn magát, korrepetált zenét, festést, matematikát.

Kamaszkorában határozta el, hogy gyógyítani fog. Az első világháború végén, 19 évesen rövid életű ifjúsági lapot indított, a „Jövő népe”-t. Nietzsche Zarathustráját parafrazáló vezércikkében — „Imígyen szóla Zarathustra” (*Jövő népe*, 2. szám, Marosvásárhely, 1920. február 15.) — összefoglalta akkori világlátását:

„És, hogy lejőve Zarathustra a hegyekből annyi idő múltán... útját övezik mindenütt betegek, bénák és jajongók... Elszomorodott erre Zarathustra, látván, hogy íme mily messze van még az emberebb ember... Gondolt hát Zarathustra távoli borzalomra, melynek adták a névként: zsarnok. Mondták az emberek: szabadság, testvériség, egyenlőség. Ezek után nem mert többé gondolni Zarathustra a zsarnokra... És látott Zarathustra gomolyogni fakó arcokat, égő szemeket, csonka lábakat, tépett hajakat, éhes szájakat, fedetlen testeket, didergő tagokat. Mondták Zarathustrának: a nép. Beszélni kezdett ekkor Zarathustra, imígyen szólva: emberibb embert hirdetem vala nektek eleddig, de most hirdetem az embert, mert kicsiny még a ti lelketek értelme ahhoz, hogy magába fogadja az emberibb embert... mert bizony láttam én itt három rendet:

katonát, kalmárt és népet, de emberi embert nem láttam, mivel ha mondá a nép: én vagyok az ember, mond a katona: én nem vagyok a nép, mond a kalmár: én nem vagyok a nép. De azért mindkettő mondja magáról: én vagyok az ember... És mindegyikük bebizonyítandó, hogy ő az ember, és övé annak minden jussa, egymásnak rontának minden állati iszonyúságukkal, és tépék, marcangolák, öldöklük egymást, eltorzult hangon kiáltoznak: én vagyok az ember, én vagyok az ember.... és nem mutathatá meg embertelenségében egy sem, hogy mindannyiuk ember. Ezért jöttem én közétek, hogy legyek az orvos, ki elveszi vakságotokat, és legyek a tükör mely megmutatja bennetek és nektek az embert. Emberebb embert hirdettem vala eddig nektek, de most hirdetem az embert. imígyen szóla Zarathustra.” (Paneth, 1979, 6-8. o.) Az írás egyszerre tükrözi az önérzetes, a világot megváltani akaró fiatalembert, s a háború, a román bevonulás, a vörös- és fehérterror borzalmaitól bölcsességre menekülőt. Pályáját végigkíséri mindkét attitűd: a cselekvő és a szemlélő ember.

Analitikussá válása élettörténetének része. Hitt a belső tervben, abban, hogy nem véletlenül alakulnak élete dolgai. „...például azt elmondani, hogy én hogyan és miért lettem analitikus — hát az élettörténetemet kellene elmondanom. Végeredményben azt kellene elmondanom, ami a legbensőségesebb és legprivátabb titka az embernek, amiket az analízisben szokott elmondani...” (Paneth, 1979, 4. o.)

15 évesen, még Marosvásárhelyen, egy nyugalmazott főszolgabírótól kapta az első Freud-könyvet, a „Három értekezést”. Ez volt első találkozása a pszichoanalízissel.

A budapesti egyetemi évek időszakát keservesként írta le. Nem volt se rokona, se ismerőse. Eltűnt az egész baráti kör, ami lételeme volt. Csak az egyetem elvégzése után, a Szent István kórház neurológiáján talált újra közösségre. Főnöke megérdemli, hogy leírjuk a nevét: Sarbó Artúr neurológus professzor, „aki mindent megkövetelt az embertől és mindent megengedett... a betegellátás fanatikusa volt.” (Paneth, 1979. 14. o.) Sok neurotikus volt az osztályon, s a professzor berendezett egy „pszichoterápiás szobát”, ahol munkatársai foglalkozhattak a neurotikus betegekkel. A kis csoport (köztük Brunner, Hajnal, Farkasházy, Feldmann, Gartner) a stekeli vonalat követte, így Rajka is, amíg Ferenczi tanácsára el nem ment Révész Lászlóhoz analízisbe 1931-ben. Előtte, a stekeliánus csoportban felváltva egymáshoz jártak „analízisbe” a tagok. Ekortól volt rendesen fizetett munkája — az egyik legnagyobb nyomortanyán, a Mária Valéria telepen lett körzeti orvos a gazdasági válság időszakában.

A szegénység, a betegség, a társadalom jobbítására való törekvés mellett a lélek működése iránti kíváncsiság formálta munkásságát. „Friss szemű 'tudatlansággal' fordultam a betegek felé, minden érdekelt... Azonban különösebb érdeklődés a szorongás problematikája iránt ébredt fel bennem az analízisem során” — mondta interjújában (Paneth, 1979. 24. o.). Először neurológiai, biológiai kutatásokat végzett. A harmincas években az állatok immobilizációs reakció-

ját vizsgálta. Ha a kísérleti állat nem tud mozogni, menekülni vagy védekezni, akkor petyhüdt bénulttá válik, vagy görcsösen összehúzódik, a környezeti ingerre nem reagál. Rajka azt a reakciót az emberi szorongáshoz hasonló biológiai védekezésnek tartotta, ami, egy alacsonyabb szinten, kimenti az állatot az alkalmazkodási csódból. Motoros akció helyett vazovegetatív reagálás következik be.

Az embernél ritkán kerül sor teljes immobilizációra, hiszen lelki működése (gondolkodás, beszéd, fantázia) akkor is kiségti, ha nem mozoghat. A szorongás megfigyelése az egzisztencialista gondolkodáshoz vitte közelebb Rajkát. A személyiség fejlődésében a szorongásnak szervező funkciót tulajdonított. Ebből logikusan következik, hogy „a túlvédettség a szorongás organizáló hatását lehetetlenné teszi, a fejlődés elakad, zavarttá válik.”

Ahogy a szorongás, úgy a kényszer (legalábbis annak elemi formája) Rajka számára nem csupán kóros megnyilvánulás, hanem a lelki élet elengedhetetlen összetevője, szervező, a szabályozást segítő mechanizmusa. A szorongásos állapotokban vagy a kényszerbetegségben ezek az elemi jelenségek átszövik a páciens személyiségének fejlődését, egész világát. Rajka a beteg szenvedéssel teli világát szemlélte és szemléltette. Erdemes idézni leírását a kényszerbetegről: „A kényszerbetegség sajátos, kóros létezésforma: feszült, pillanatra megbomló és kóros szabályozással helyreállítható ingtag egyensúlyi helyzet, melyben csupán törekvés van a stabilizációra, de maga a tartósan egyensúlyozott állapot nem következik be.” Rámutatott arra, hogy a kínzó kétely, a kényszeres procedúrák közötti időszakot a még kínzóbb üresség élménye jellemzi (Rajka 1977).

Az élmény- és magatartásvilág szemlélésből következik a szemléltetés. Rajka terápiás technikájához tartozott az úgynevezett „magatartás-exponáló” eljárás (Rajka 2005). A technikai lépés az értelmezéssel nem befolyásolható viselkedéselemek szelíd (nem konfrontatív) felmutatását, a pácienssel közös szemügyre vételét jelenti. „Így tesz”, „Így viselkedik”; „ez történik ennek kapcsán”. Nem értékeli a cselekvést, nem kéri számon, nem magyarázza, nem köti össze a gyermekkorral. Csupán segít megszemlélni.

Rajka magatartását summázva azt mondhatjuk, hogy élt, dolgozott, alkotott, tanított. Szemlélt és szemléltetett, majd csendben elment.

Szőnyi Gábor

IRODALOM

- ARATÓ A., GÁDOROS J., SZÉKÁCS J., SZŐNYI G. (1984): l'opera di Tibor Rajka. Il piccolo Hans, 43–44:201–217.
- PANETH G. (1979): Interjú Rajka Tiborral. In: Tudományos ülés dr. Rajka Tibor tiszteletére, 1979. március 10-én. Kézirat 1–25.
- RAJKA T. (1977): A kényszerjelenségek és a kényszerbetegség. *Orvosi Hetilap*, 112:434–438.
- RAJKA T. (2005): Magatartást exponáló eljárás a pszichoanalízisben. *Pszichoterápia*, 14:572–576.