

# „AZ ÉLETMÓD A FELELŐS” –

Beszélgetés Losonczi Ágnes  
szociológussal

Amikor az egészségmegőrzést nemzeti program rangjára emelte a kormány, sokkal nagyobb horderejű döntést hozott, mintsem gondolnánk. Nemcsak egészségügyi kérdés ez, jóllehet a figyelmet a betegségek és a halálokok kedvezőtlen irányú statisztikai adatai hívták fel rá először. Az egészségmegőrzés — ez szükségképpen hosszabb távú program, s még csak a zászlóbontásnál tartunk — egész életünket érinti: életmódunk, gazdaságunk és társadalmunk reformjának összehangolását kívánja meg. Ezt tünt ki az alábbi beszélgetésből is, amelyet Losonczi Ágnessal, a szociológiai tudomány doktorával, az MTA Szociológiai Kutatóintézet igazgatótanácsának tagjával folytattunk.

— Évekkel ezelőtt az egyik készülő, széles körű szociológiai felmérésre alapozott könyvből olvastam egy fejezetet, amelyben zalai faluk lakóinak romló egészségi állapotát, egészségfelfogását, életmódját vizsgálta. Mi indította erre?

— Egy évtizeddel ezelőtt már azért kezdtek el a kutatást, hogy rájövünk, miért terjed számos munkahelyi és egyéb betegség, miattuk pedig a halálozás, az öngyilkosság, az alkoholizmus, miért romlik a gyermekek és sorköteles fiatalok testi-lelki állapota, miközben az élet számos területén javulás mutatkozik. Mert azt nem tagadhatjuk, hogy az utóbbi húsz év alatt, igen egyenetlenül, nem minden réteg számára, de javultak a létfeltételek. Úgy látszott tehát, nagy egészségbeli ára van ennek a főképp anyagiakban mutatkozó javulásnak.

— Ez az egészségi gondok közös nevelője?

— Nekem rövidre fogva ez a következtetésem: az embereket nagymértékben túlterhelte ez a társadalmi átalakulás, és erre nem voltak sem testileg, sem lelkileg felkészülve. Társadalmunkban olyan mérvű változás ment végbe, amelyhez nem tudtak igazán jól alkalmazkodni. E terheléssel szemben a társadalomnak sem alakultak ki igazában olyan mentő-védő rendszerei, amelyek segítenék az alkalmazkodást, illetőleg a kellő időben segítséget nyújtanának, ha baj következik be. Az egészségügy sem volt felkészülve arra, hogy ez a társadalmi problémahalmaz egészségkárosodások formájában rázúdul, miközben saját feltételei egyébként is romlottak. Az „eredmény”: a halálozás aránya az utóbbi húsz évben a lakosság 11 ezrelékéről 14 ezrelékre nőtt, mégpedig főként a fiatal korosztályokban. A romlás igazában már a 25 éves korban megkezdődik, s a 35—50 évesek tekintetében a legnagyobb halálozási arányú európai országok közé tartozunk. A jelzett betegségeknel

legalább 30—40 százalékkal több lehet a valóságos megbetegedés.

— Az életmód miatt?

— Sok ok együttes hatása rejlik a számok mögött. Ha például azt mondják, hogy az alkoholizmus a „fő baj”, a következő kérdés: mi a felelős az alkoholizmusért? Azt mondják, hogy az életmód a bajok forrása. De mi a felelős az életmódért? Valamikor tudták, hogy az alkoholizmus mögött társadalmi bajok vannak, hogy az ivás valami olyat próbál — reménytelenül — kiegyensúlyozni, amit az emberek képtelenek megoldani, mert felborultak a támasztékok, elvesztették — ha volt — a biztonságérzésüket. Ma többnyire csak azt mondják: az ember a felelős, mert „minek iszik?”! Ha csak azt mondjuk, hogy ne igyanak, ezzel az ég világot semmit sem oldottunk meg, még a saját lelkiismeretünket sem szabadíthatjuk meg a társadalmi felelősségtől. Amióta alkoholizmus van, mindig azt mondják az embereknek, hogy ne igyanak — lám: az alkohol öl, butít és nyomorba dönt, s csakugyan így van —, és mégis egyre többen isznak. Kivéve azokat, akiknek olyan életcéljaik vannak, amelyek nem engedik meg az ivást, akik olyan közösségekbe tartoznak, amely vissza tudja tartani őket, tehát olyan belső-külső tartásuk van, amihez nem kell alkoholos oldás vagy kábítás. De hogy azért ne igyanak, mert saját maguknak esetleg ártanak vele, ez éppen az alkoholizmust nem tartja vissza! A szó hatása mindig gyenge, ha nem támogatják az életkörülmények. Én nem tartom azt megoldásnak, hogy az egyénre, az emberre magára hárítják a felelősséget, bár kétségtelesen az énerő hiánya vagy gyengesége is szerepet játszhat. De az is „válasz” valamire, az is következménye valaminek. Tehát ha az emberek „gyöngék” is szakítani valamely ártalmas vagy ártalmasnak tartott szokásukkal, akkor se feledkezzünk meg a társadalmi okok halmazairól.

— Végül is az egyén viseli tetteinek következményeit, így nyilván felelős magáért, sőt — tette másokra is hat — a társadalomért is! De mitől függ az emberek életmódja?

— Az élet kényszerpályákon játszódik le, egy sereg adottság határolja be az életmódot. Az ember ugyan mindig választhat, de szűk sávokon: nem választhatja meg a kort, amelybe beleszületik, a helyet, ahol a világot meglátja, de még azt sem, hogy ki a családja, hogy az anyja akarta-e őt, hogy hogyan hordta ki, már mint

embrióknak hogyan „építette” meg az életét...

— Biológiai kényszerpálya?

— Biológiai is, meg történelmi is, meg társadalmi is. Különböző szinteken más-más kényszerpályákra kerül az ember. A legegyszerűbb és tulajdonképpen a legerősebb kényszerpálya az életben maradásnak a belső és külső kötelezettsége. De nem mindegy, hogy a társadalmi feltételek mit biztosítanak az embernek ahhoz, hogy életben maradjon. Nem mindegy, hogy mit kell dolgoznia, mit kell saját létének és társadalmi helyének megújításáért tennie, mihez és hogyan kell alkalmazkodnia. Nálunk azzal, hogy létrejött a szocialista társadalmi rend, az emberek igen nagy részének gyökerében új feltételekhez kellett igazodnia. A háború előtt ezek voltak a társadalmi tartóoszlopok: tulajdon, nemzet, vallás, család — aztán jött egy új kor, amelyben nem a magántulajdon, hanem a köztulajdon, nem a vallás szervezete és transzcendenciája, hanem a világi szervezetek anyagelvűsége, nem a család, hanem a közösség, nem a nemzet, hanem az internacionalizmus váltak irányító eszmékké. Ez az a váltás, amelyet a vizsgálat idején minden 40 éven felüli embernek végig kellett élnie: minden ponton új életmeghatározó elv és gyakorlat szerint más felé kellett tájékozódniuk nemcsak nagy kérdésekben, hanem az élet kicsi, mindennapi küzdelmeiben is.

S a kutatásokból számomra az is nagyon világos, hogy az életküzdelmeknek egyik építőeleme a múlttal, de a továbbmozdító energiája a jövővel kapcsolatos. Vajon a múltbeli élet, az eddigi út sikert vagy kudarcot hozott-e? Azt, amire föltette az életét az ember, s amiért küzdött, igazolja-e az eredmény? Ha nem igazolja, ha sok a kudarcélmény, ha az életben annyi minden bizonytalan, különösen megnő a vágy, az igény olyasmire, ami legalább biztos. És ezért olyan fontos a tárgyba való fogódzkodás: az legalább biztos, megfogható. Ezért is van ez a roppant erős ragaszkodás az anyagiakhoz. Ez nem egyszerűen csak „túltölt anyagiasság”, hiszen nálunk az elemi dolgok — például a lakás — elérése is gyakran olyan erőfeszítést kíván, amivel bizony sok esetben megmagyarázható az egészségromlás. Mert miről van szó? Az emberek a romló feltételek közepette is meg akarják tartani életük színvonalát. Tulajdonképpen többre törekednének a szűkülő lehetőségek közt, a hiányrendszerű gazdaságban; nemcsak a pénz

# MI FELELŐS AZ ÉLETMÓDÉRT?



Németh Ernő felvétele

hiányzik, gyakran az áru is, nincs belőle elegendő, nincs egyenletesen terítve, a hozzáférés lehetősége nem egyenletes. A hiány még jobban fokozza azoknak a tárgyaknak a becsét, amelyek tulajdonképpen csak eszközei volnának az életnek. Tehát akkor, amikor az eszköz céljá válik és ennyire a középpontba kerül, az erkölcsi támasztóoszlopok bizonytalanok, bekövetkezhet az erkölcsi, szellemi talajvesztés.

— És a másik tényező: a jövő?

— Igen, a jövőtudat zavarja. A jövő ígérését többször lejáratták — „szébb jövő”, „jobb jövő”, „ragyogó jövő”. A jövőemlegetés is elbürokratizálódik, közhellyé válik, vagy tervvé, amit „nem teljesítünk”, vagy ijesztgetésre alkalmassá — de egyik sem képes az embereknek nemhogy szárnyakat, még programot sem adni. Mégis valami jövőképre szükségünk van: egy olyan lehetséges jövőnek a tudatára, amelyet az ember saját maga is alakíthat, amely reális távlatú és elérhető. Ha van ilyen jövőtudata az embernek, kiemelheti a pillanatnyi kudarcérzésből. Ha nincs mozgósító értelmet adó jövőkép — az egyéni és a társadalmi életveszély!

— Az embereket leginkább a mindennapok örlik...

— A mindennapoknak is van egy ismétlődő ritmikájuk — cél—feszültség—akció—eredmény vagy kudarc —, ahogyan az egész életünk is van. Ha nagyon sok a kudarc, ha kevés a siker, ha nincs megújulás, ha nincs mód pihenésre, feltöltődésre, akkor „sérül” az ember. Az akció—pihenés—feltöltődés váltakozásának is meg-

van a maga igen fontos, az egész szervezetet mozgásban és egyensúlyban tartó szerepe, tehát ha valamelyik kimarad vagy ránó a többire, az felboríthatja az ember testi-lelki jó állapotát. Valamiképpen újra, immár magunkkal szemben is küzdeni kellene a „3×8” betartásáért, pontosan azért, hogy fordítsanak időt az emberek a feltöltődésre is, és így a munkában se gépiesedjenek el. Csak-hogy ezt is nagyon keményen behatárolják a társadalmi és gazdasági feltételek s a társadalmi programoknak a léte vagy hiánya, a valódi biztonság vagy a bizonytalanság.

— Hiányoznak a harmonikusabb mindennapi tevékenység feltételei?

— Az emberek ma nagyon zaklattak. Úgy érzik: nem biztos, hogy ami ma van, az holnap is meglesz. Olyan sok változás történt. Nézzük az utóbbi harminc év közeli történetét: ötvenként tapasztalhatunk változást, kezdve attól, hogy érdemes-e sertést hizlalni, odáig, hogy milyenek a lakáshoz jutás esélyei vagy milyenek a vállalati szabályozók. S amikor ennyire nincsen meg valamelyest is hosszabb távon a cselekvés biztonsága, ártalmak sokféle változatával élnek — a máximalisan kizsákmányoló „céltudattól” az alkohol hódításáig —, hogy elviseljék a bizonytalanságot. Hisz az ember — ahogy biológiából tanultam — a „homoeosztázisra” törekszik, szervezete egyensúlyára. Ezzel védekezik, ha például meleg van vagy hideg van, az ártalmakkal szemben. S ha sok a probléma, azt is megpróbálja kiegyensúlyozni. De olyan kiegyensúlyozási módokat is találhat eközben, amelyek még jobban árthatnak neki...

— A hagyományos életmód minták már nem hatnak?

— Most mi olyan állapotban vagyunk, amikor „már nincsenek meg” és nem működhetnek hatásosan a hajdani tradicionális életvezetési módok, és még nincsenek meg az új életfeltételhez alkalmazkodó biztonságos belső-külső szabályozó gyakorlat. A „már nincs” és „még nincs” közötti bizonytalanságban sokan a visszafelé menekülésben vélik megtalálni az elvesztett biztonságot. Ezért hat nálunk is — vagy csap át hozzánk is — egy új konzervativizmus. A radikálisizmusban, annak következményeiben való csalódás is erősíti azt.

— Talán összefügg ezzel, hogy az emberek „kiábrándultak” a tudományból, pontosabban a tudományba vetett hitükből?

— Amit a tudományból „élvezni” lehet, abból nem. Azt hiszem, inkább abból, amit a racionalizmus kínál: hogy ésszerűen minden rendezhető. Először is: nem biztos, hogy ami észszel földeríthető, az akarattal megváltoztatható. Ráadásul az akarattal való beavatkozás a tapasztalat szerint

nem vezetett oda, ahova — ésszerűen — vezetnie kellett volna. Ilyenfajta csalódások is táplálták az irracionális kimarad vagy ránó a többire, az felboríthatja az ember testi-lelki jó állapotát. Valamiképpen újra, immár magunkkal szemben is küzdeni kellene a „3×8” betartásáért, pontosan azért, hogy fordítsanak időt az emberek a feltöltődésre is, és így a munkában se gépiesedjenek el. Csak-hogy ezt is nagyon keményen behatárolják a társadalmi és gazdasági feltételek s a társadalmi programoknak a léte vagy hiánya, a valódi biztonság vagy a bizonytalanság.

— A demokratikus érvelés racionalizmusa sem mindig vezet célra, és sok konfliktussal jár, de hát akkor milyen út van?

— Én abban hiszek, hogy az embereket be kell vonni a dolgokba. Hazai példára térve, ha valami problémát látok, mondjuk, az érdekelttségi rendszerekben, azt hiszem: nemcsak azért nem dolgoznak elég eredményesen az emberek, mert nincsenek kimunkálva az érdekelttségi rendszerek, vagy mert ezek nem aszerint ösztönzik az embereket, hogy az ő saját érdekük jobban beilleszkedjen a közérdekbe. Ilyenkor erre is gondolok: az emberek tömegei nincsenek abban a helyzetben, hogy saját érdekeiket felismerhessék, és ki is tudják azokat fejteni, s ezt az illetékesek szervezett és értelmes módon meg is hallgatnák tőlük.

— Tehát az érdekek képviselőinek és érvényesítésének a fórumai hiányoznak?

— Igen, igen! Erre nincsenek igazán olyan fórumok, amelyek segíteni tudnák az embereket. Formális szervezetek vannak, de a formális szervezetek nem tudják az embereket integrálni, mert azokat nem tekintik sajátjuknak. Ezek a szervezetek előbb-utóbb elidegenednek az emberek valódi képviselőitől, s ha a képviselői szerv csak önmaga megerősítését szolgálja, öncélúvá válik, önjáró lesz.

— Ez az intézmények sajátlagos, törvényszerű természete? Vagy csak sajátos területek nálunk?

— Nem. Az intézményesedés akkor válik elidegenedettté, ha nem tud teremtmény talajából, az emberi önkéntesség szerveződéséből állandóan elevenen feltöltődni. Akkor torzul és bürokratizálódik el. Ezért jönnek lét-

re — ha tudnak — mindig új szerveződési módok, hogy magukat megvalósítva az intézményesüléssel szemben képviselni tudják. S ha ez sikerül, olyan emberi tartást adhat, amelyik legalábbis egyenlő súllyal szerepel például az anyagi érdekeltség mellett.

— **Gyakorlatiasra fordítva a szót: az emberek életmódjának mindig voltak, vannak és lesznek föltételei, kényszerpályái. Mennyire alakíthatók ezek úgy, hogy az ember egészségesebben éljen? Vagy nem jó a kérdés?**

— Nem. Így nem is tudok felelni rá. Egy olyan problémahalmaznak a közepén vagyunk, amelynek igen sok összetevője van a gyermek testi-lelki megépítésétől a család helyzetén át az iskoláig, a szellemi és a testi neveléstől a pályaválasztás lehetőségein és az emberek munkalehetőségein át igényességükig... Nagyon fontos, hogy az emberek azt a képességet, amely bennük adva van, a legteljesebben kifejthessék. Ha a külső feltételek nem teszik ezt lehetővé, ha degradálják az embernek azt az igényét, hogy a legjobbat adja, akkor ennek visszalépés, visszafejlődés a velejárója. Az elmúlt időben sok területen ez következett be. Hogy ennek mi az oka? Részben gazdasági, részben társadalmi ok. Részben az, hogy a cselekvések, a döntések az emberek feje fölött történtek. Ha pedig valaki nincs belevonva a saját életéről való döntésbe, akkor elveszti felnőttértékét, elsorvadnak azok a képességei, amelyekkel saját maga formálni tudná az életét. S ez a műves munkától, a munkakultúrától a beleszólásig minden tevékenységre kihat.

— **És ha azt mondjuk: mostantól másképp van?! Szólj bele, törődj az-zal, hogy értéke legyen munkádnak!?**

— Attól még nem lesz másképp. Nem a szó kell, hanem a mód a cselekvésre és a megismételt, beigazolt tapasztalat. Az igénytelenség kényelmesebb is, ezért valami olyasmi kell, ami ebből ki tudja emelni az embert. Ha azt tapasztalja, hogy az igénytelenséget társadalmilag is kevesebbre becsülik, akkor vagy igényesebb lesz, vagy veszít az önbecsülése, s ez is borzasztó feszültségforrás. Tehát nemcsak közgazdasági kérdés az, hogy miért nem vagyunk versenyképesebbek. Ha leértékelődik az emberi képesség — nem szavakban, hanem a mindennapi gyakorlatban, gondoljunk csak a tudás értékének devalválására —, ennek a helyreállítása nagy feladat, nem lehet csak a „tudatát” átalakítani. Ha nincs becsülete annak, amit az ember igazán jól csinál, akkor előbb-utóbb leszokik arról, hogy jól csinálja. És mivel leszokik, nem becsüli önmagát, ha pedig önmagát nem becsüli, nem becsüli a többieket sem. Romlik az életkedve, a közérzete is.

— **Hogyan lehet ebből az egészségtelen körből kilépni?**

— Én azt hiszem, ehhez erőteljes áttrendeződés szükséges. Nemcsak gazdasági, hanem társadalmi és emberi is.

**Németh Ferenc**