

Több mint alvás

Alexander Borbély: Mehr als Schlaf: Erinnerungen und Erkundungen eines Schlafforschers

Tredition, Hamburg, 2019
346 oldal, ISBN 978-3-7497-7887-4

Alexander Borbély neve az alváskutatók körében fogalom, melynek asszociatív mezőjében az objektivitás, a matematikai formalizáció és precizitás, valamint a bonyolult dolgok elegáns és egyszerű megragadása leledzik. Neve elválaszthatatlanul összenőtt az általa megalkotott modellel, mely utóbbi egyik leghíresebb tanítványa, Derk-Jan Dijk szerint megteremtette a közös nyelvet és gondolkodási keretet az alvásspecialisták számára. Kicsit nehéz ma már elmagyarázni az életmű újszerűségét és eredetiségét. Ha Konrad Lorenz fogalmai a helyükre tették a(z állati) viselkedérendszert a fejekben, akkor ugyanez az alvás vonatkozásában egyértelműen a magyar nevű és kora gyerekkorában a történelem viharai elől családjával Magyarországról kivándorolt kiváló tudós érdeme. Az analógiát folytatva: a nagy felfedezések evidenciákká válnak. Ma nem igazán értjük, hogy mi felfedeznivaló volt abban, hogy a ludak más viselkedéskészlet mentén válogatják meg reakcióikat, mint például a patkányok, de ez épp Lorenz miatt vált triviális tudássá. Nos, azt sem igazán értjük, miért kellett több, az alvást szabályozó cirkadián oszcillátort feltételezni, amikor ezekből – és ez ma már egyértelmű – igazából egy van. A másik egy homokóra-mechanizmus, amely nem oszcillál, hanem homeosztatist biztosít. A prediktív és a reaktív homeosztatistok eme jól modellálható és évtizedek távlatából is megbízható predikciókkal szolgáló egyszerű és frappáns ötvözet az a közös gondolkodási keret, amelyet – egyéb, egyáltalán nem triviális kutatási eredmények mellett – Borbélynak köszönhetünk. Önéletrajzi könyve ezért egzotikus szellemi csemege az alváskutatók számára, de a szerző rendkívüli tudományos tájékozottsága, nyitottsága és rendszerben gondolkodása okán egyben jóval több is annál. Mindenkinnek ajánlható, tanulságos tudománytörténeti narratíva és szellemi táplálék, mely számos magyar vonatkozása okán egyben mikro-történelem, amely fordításért kiált. Mit kiált, üvölt!

Az életrajzból sok minden kiderül, amit a tevékeny kutató évei, évtizedei alatt min-

dig is a tárgyszerűségéről és a témához való ragaszkodásáról ismert, a sztáralűröket feltűnően kertülő szerzőtől eddig aligha tudhattunk meg. A kora gyerekkori emlékektől kezdve, melyek Budapesthez, a Duna-parti sétákhoz, a Petőfi térhez, valamint Derekegyházához, a kankalinokhoz és a tulipánokhoz, továbbá a szülőkhöz kötődnek, egészen a svájci emigrációig, iskolatársakig, hobbikig, barátokig, szerelmekig, a szakmai szárnypróbálgatás érdekességeiig. Egyes szavak magyar írásmódban is megjelennek az amúgy német nyelvű könyvben, sőt a tulipánokról szóló gyerekkori emlékekre a könyvborító is utal. Nemcsak egy, a halvány emlékekből fölsejlő, letűnt világ jelenik meg azonban a lapokon. Egy ember története, természete, kihívásai, kétségei, gondolatai, melyek magas szintű összegzését már oly jól ismerjük a különböző tudományos fórumokon való közlés jóvoltából. Ez a könyv azonban mégis sokkal több ez utóbbiaknál: a gondolatokig vezető út egy nagyon érdekes megvilágításba helyezi a tudományos életművet. Annak feltételei, részletei, az egyéni döntések és elgondolások mind arra utalnak, hogy a narratív megközelítés alkalmanként igen sokat hozzáad a tudományhoz, legalábbis Alexander Borbély életműve szintjén. Megvallom, én magam jobban értem a szerző által megalkotott kétfolyamat-modellt, mint a könyv elolvasása előtt, holott ezen életrajzi mű nem elsősorban a tudományos közlés céljával készülhetett. És mégis, az indoklások, elgondolások, motivációk felsorolása jelentős újszerűséggel bír, de az imitt-amott kifejtett tudományos részleteket is üdítő és kimondottan informatív volt olvasni. Ezek átolvasása közben az ember – mintegy mellékesen – megismerheti a világ vezető alváskutatóinak reakcióit, elgondolásait, sokuk szellemi bölcsőjét is, mely valahol sokszor kapcsolatos, ha nem éppen azonos a Borbély által kialakított laboratóriummal és szellemi műhellyel. A 20. század végén, konkrétan az 1980-as évek elején rendelkezésre álló technológia segítségével a szerző a munkacsoportjával egyetemben egész éjszakás alvásfelvételeken – a legtöbbször alanyonként több éjszakáról beszélünk – frekvenciabinenkénti spektrális elemzéseket végzett, meghozzá rendszeresen. Mindezt természetesen mágneses szalagokra rögzített regisztrátumokból dolgozva. Nem tudom, mit kellene tennünk, hogy a mai technológiai környezetben arányosan nagy lépések mentén haladjunk, de talán nem minden alap nélkül gondolom azt, hogy többet annál, mint amit ma a szakma krémje szolgáltat. Ugyanakkor sem az életmű, sem pedig ez a könyv nem kife-

jezetten technokrata szemléletű. A számítástechnika és a kibernetika itt (még) az embert támogatja és szolgálja. Tudománytörténetileg érdekes megfigyelés az is, hogy a kutatások mai szemmel nézve általában kifejezetten kis számú alany – esetenként 8 egészséges felnőtt – bevonásával készültek, viszont nagyon intenzíven, ismételt mérésekkel, körültekintő módon és igen precízen. Nos, „big data” ide, adattudomány oda, az akkor közölt eredmények ma is érvényesek, egyáltalán nem mosta el őket a tudomány reprodukálási krízise sem. Vagyis időtálló tudományhoz nemcsak az adathalmaz méretén, hanem a gondolat nagyságán és a módszerek alaposságán keresztül is vezet út. Ugyanakkor jó lenne elhinni, hogy nem egy letűnt Világ kutatói közege-ről olvas az ember, amelyet a finanszírozás önmagától értetődően nonprofit jellege, a szakmai elköteleződés tartóssága, valamint a precizításra való törekvés állhatatosága olyan magaslatokra emel, hogy azokról manapság nem tudom, álmodhatunk-e egyáltalán.

Nyilvánvaló, hogy a szerző által bejárt életút kimondottan európai történet. Európai szemmel érthető meg elsősorban nemcsak a dolog történelmi része, de sok más rezdülte is. Ilyen például a magyar nyelvhez fűződő bensőséges és egy életen át tartó viszony, amely – tekintetbe véve az emigrációkori 5 éves életkort, valamint a szerző erről közölt elgondolkodtató önmeflektív adalékait – önmagában is tudományos érdekesség. Ám innen, Közép-Európából és egyáltalán, az Atlanti-óceán keleti felére eső világgrészből érthető meg igazán annak rendkívüli jelentősége is, hogy egy kurrens tudományos vitában végül nem a hatalmas hátszéllel megtámogatott amerikai álláspont válik uralkodó gondolatá. Borbély ezt megcsinálta, és méltán büszké rá. Valljuk meg, mi is azok lennénk a helyében. Legyünk őszinték: ilyen nem tapasztalunk túl gyakran, sőt. Manapság nagyon sokszor ritkaságszámba megy az önálló gondolkodásra való törekvés, a kritikai szellem, és a különutasság eszménye is hiánycikk a nagy emésztőtégelylél alakuló információáramlásban és „big data” kor-szakban. A tudományos élet is megsínyli ezt az egysíkúságot, de akinek nem ízlik ez a menü, bátran kérhet Alexander Borbély könyvéből, amelyben értékes és megfontolásra méltó tudományfilozófiai és szellem-történeti fejezetek is vannak az orvoslás alternatív módozatainak integrálási problémáitól a placebokérdésen át, továbbá a rész-egész viszonyának elemzésétől a tudat vagy a test-lélek problémák értelmezési ke-reteivel bezárólag. Itt bőven olvashatunk

olyasmiről, amire a saját tapasztalataim szerint általában nincs igazán időnk, lehetőségünk, holott hűsbavágó kérdések ezek a kutatói lét mindennapjait tekintve is. De a szerzőnek nem kell a szomszédba mennie akkor sem, ha olyan kényelmetlen kérdésekről oszt meg gondolatokat, mint a mobiltelefonok által potenciálisan okozott agyi elektrofiziológiai eltérések (melyekről maga közölt saját kutatásokat), az antidepresszívumok aktív placebo-ként való értelmezései vagy a természetgyógyász-lobbi politikai, médiauralma. Szóval elköteleződés csak az igazságkeresés irányában van, a többi szempont teljességgel mellékes.

És hogy mit tartalmaz még ez a menü? Volna itt még néhány említésre méltó érdekesség. Igazából csak az utolsó fejezetből derül ki, hogy az alváskutatás megreformálója, a kétfolyamat-modell kidolgozója és a jelen könyv szerzője báró csepeli Weiss Manfréd dédunokája. Jellemző a szerző szerénységére, hogy ezt külön fejezetben, mintegy függeléként a könyv végén közli. Nem ebből merítette ismertségét és elismertségét, most sem ezzel kezdi. Mikrotörténelem ez, mint már jeleztem. Az SS-szel való egyezkedés és a sikeres menekülés Magyarország német megszállása után, a svájci emigráció, a minden más nyelven kimondhatatlan családnév megtartása, az 1956 miatt érzett büszkeség és az '56-os menekültek büszke keleti szabadságharcosokként való kamaszkori tisztelete olyan epizódok, melyek ismeretének hiányában szegényebbek lennének egy pozitív, modellként szolgáló életúttal. És hogy hogyan kapcsolódik mindez a szakmai érdemekhez? Van azért némi köze hozzá. Miközben a Borbély gyerekek a nappaliban kergetőztek, szüleik olyan vendégek társaságát élvezték, mint a Nobel-díjas fizikus Wolfgang Pauli, az ismert sorsanalitikus Szondi Lipót vagy az analitikus pszichológus, Jung-tanítvány Jolande Jacobi. Az ifjú Alexander Borbély erdélyi származású édesapja pedig maga is végzett és publikált farmakológiai és toxikológiai kutatásokat. Ezekről is olvashatunk egyébként a könyvben. Nos, a feltételek adottak voltak, és mint tudjuk, azok valóra váltása pedig maradéktalanul sikerült.

A könyv zárórésze röviden a generációk áthidalásának néhány kérdésére fókuszál, amelyekről a szerző saját unokái révén osztja meg tapasztalatait. Megindító olvasni Alexander Borbélynak az új generációval kapcsolatos pozitív beállítódását, nyitottságát. Nem ezt szoktuk meg az előttünk járó generációk tagjaitól, és persze mi valóban nem mindig tudunk megfelelni az elvárásoknak. De azért Borbély megjegyzi: nem

hinné, hogy sokat tanulhatnak majd tőle az unokái, mert minden bizonnyal a saját útjukat járják majd. Nos én, mint életkorban köztes szereplő, sokat tanultam e könyvből is. Meggyőződésem, hogy az unokák is így lesznek ezzel egykoron. Mert az időtálló tapasztalatok hiteles emberekhez kapcsolódnak. És az időtállóság feltételei itt maximálisan adottak.

Bódisz Róbert dr.

Semmelweis Egyetem
Magatartástudományi Intézet

Bősze Péter, Kapronczay Katalin, Keszler Borbála
(szerk.):

A magyar orvosi nyelv története

Medicina Könyvkiadó,
Budapest, 2022
420 oldal, 6700 Ft



Egy kivételes alaplőről

Az olasz hadseregben él egy régi szokás. Háborús időkben sorakozó idején a névsorolvasáskor nemcsak a jelen lévő, hanem az elesett katonákat is szólították. Amikor a meghalt bajtársak nevét kiáltották, az egész legénység azt felelte: *jelen!* A tudomány világára is elmondhatjuk, hogy abban jelen vannak mindazok a nagy elődök is, akiknek köszönhető, hogy olyan messzire jutottunk, mint ahol vagyunk. Ugyanez vonatkozik az orvosi szaknyelv úttörőire, akik nélkül számtalan szavunk híján csak a jelenleginél még több idegen szóval tudnánk

magunkat kifejezni. A könyv tanulságos tisztelgés előttük és ösztönzés egyben.

A tudománytörténet igazolja azt az alapgondolatot, miszerint minden kor ki-termeli magából az adott időszak gyötrő társadalmi, kulturális és tudományos kihívásainak megfelelő választ. Ezek közé tartozott – főként a XIX. században – a magyar tudományos nyelv, így az orvosi szaknyelv is. A tudásszerzés minden szintjén szerepe van a nyelvnek, ez határozza meg gondolkodásunkat, látásmódunkat. Az előszóban olvasom, hogy „A magyar orvosi nyelv a magyar nyelv ikertestvére”. A helyénvaló gondolatpárosítás mellett én még hozzáténném: a magyar orvosi nyelv története egyben a magyar tudomány egy szeletének története is.

A könyv igen sokoldalúan tárgyalja orvosi szaknyelvünk és a változások szinte minden szegletét. A kötet elsőként korszakok szerint foglalkozik a történeti vonatkozásokkal, majd ismerteti a legjelentősebb, a (szak)nyelvésszettel foglalkozó orvosokat, végül területekre bontva mutatja be az egyes ágazatok legfontosabb nyelvújító személyeit. A felépítés világos, áttekinthető, tetemes irodalmi anyag segít a további tájékozódásban, zavarba ejtő a nyelvi vonatkozású sokszínűség.

Nagyon időszerű

Bősze Péter, az orvosszerkesztő felteszi a kérdéseket: miért van olyan sok görög-latin kifejezés, és miért angolosodik orvosi nyelvünk? Felütöttem a *The Concised Oxford Dictionary* angol szótárt, kerestem a fekély, kelevény szót: *ulcer*. Ennek a latinból eredő fogalomnak az angolban nincsen saját szava, a latin „ulcus”-t tették angollá. Visszértárgulat: *varix*; visszseresség: *varicosity*. Ez esetben is hiányzik a saját szavuk, egyértelműen kilóg a latin eredet.

A görög-latin terminológia az orvostudomány gyakorlásának történetileg kialakult és hagyományokban gyökerező, ma is elfogadott része. A tudományos világban jó ideje angománia uralkodik, de ne felejtsük el, hogy az említett angol szavak is a görög és a latin nyelvből származnak, azaz visszautalnak a forrásra.

Rendkívül esedékes kérdés az is, hogy vajon a hazai tudományos teljesítmény értékelésében miért nem szempont a magyar nyelvű munkásság, és miért nem alapkövetelmény az anyanyelvi értekezés, védés. Valóban, meg kellene követelni, hiszen a jelölt Magyarországon gyakorolja hivatását, gyógyítja betegeit, vagy éppen kutat. Ez az eljárás ráadásul hosszú távon *korlátot* a szóban forgó területek *szakszókincsének megeremtését* – sőt a már meglévő

megtartását is. Az akadémiai testület nevében ott van a „magyar” szó. Nem az lenne a dolga, hogy az angol helyett anyanyelvünket tegye első helyre?!

Hiánypótló, hézagpótló

Időről időre hallani, olvasni, ha egy új területet addig le nem fedő alapvető mű jelenik meg, hogy az hiánypótló, mint ahogyan ezt olvasom a könyv hátlapján. Ez és a „teljeség igénye nélkül” közhelyszerű kifejezés, hiszen egyetlen írás sem létezik, létezhet teljes jogú igénnyel! Nem tudom megállni, hogy ne jegyezsek meg egy személyes benyomást. Talán nem vagyok egyedül, amikor a „hiánypótló” szóban enyhén lenéző felhangot érzek. Sértőnek érzem mind a hiánypótló, mind a hézagpótló kifejezést, ugyanis ez a könyv nem pótol semmit (hézagot végképp nem!), hanem önmaga a kiindulópont (origó), az alapmű.

Feledésbe merült régi orvosi szavaink

Egyes fejezetekben olyan szavakkal találkozunk, amelyek kikoptak ugyan, mégis találoán adják vissza a megjeleníteni kívánt fogalmat. Ezek egy része valóban túlhaladott, másoknak viszont ma is ott lenne a helyük orvosi szóincsünkben:

- orvosi törvénytudomány (medicina forensis) – igazságügyi orvostan;
- bonctudomány – bonctan, anatómia;
- kórtudomány – kóréletten és kórbonctan;
- éptan (hygieologia) – közegészségtan;
- ütér – ütőér;
- függőér – aorta;
- sebészség – emlékeztet az orvoslás szóra;
- további szavak: porcz, mákony, senyves, csömörlés, turha...

Az 1960-as évek elején egyetemi tankönyveinkben szerepeltek még ezek a szavak:

- bárzsing (nyelőcső; Karinthy Frigyes még gyakran használta!);
- epésbél (duodenum);
- éhbél (intestinum jejunum);
- csípőbél (intestinum ileum);
- remese (intestinum colon – vastagbél);
- gurdély (diverticulum);
- górcső (mikroszkóp);
- dűlmirigy (prostata);
- tompor.

Örömmel fedeztem fel

olyan elemeket, amelyekről csaknem leszoktunk, mint például a *római számok* használatáról. Mára odajutottunk, hogy ezek a számok az átlagemberek, de még a diplomások körében is ismeretlenek. Ezt a megbecsülhetetlen hiányosságot magam is igyekszem ellensúlyozni azzal, hogy valamennyi írásomban szándékosan használok azokat, hogy a feledésbe merülő számjegyeket elevenen tartsam, mert manapság jószerével csak arab számokkal találkozhatni még ott is, ahol hagyományosan római számok használatosak (történelem, művészettörténet). Szerencsére ezek ismerete az orvoslásban ma még elengedhetetlen.

Nélkülöztem

a Czuczor–Fogarasi szerzőpáros nevét, holott szótárunk rengeteg adalékkal szolgál, csak más szemléletből indul ki. A nyelvészek egy része fél tőle, mint ördög a szenteltvíztől. Pedig aki belelapoz, vagy célzottan keres orvosi szavakat, sok hasznos adatot talál attól függetlenül, hogy ezeket vitatja-e vagy sem. Így például a *kuruzs* szó nem varázslót jelent, hanem a *kór* gyökből eredő kórossal függ össze: ő valakit kigyógyít a kórosságból. A szótár utal még a lehetséges latin *cura* és a német *curieren* szóra mint eredetre. Ennek tükrében érdekes felvetni, hogy valóban a kuruzslókhoz tartoznak-e a „sérvmetszők, a borbélyok, a vándorsebészek, a csontrakók...”, hiszen ők csak a kornak megfelelő szemlélet alapján gyógyítottak.

Ha egyik-másik olvasó, kutató utána akarna nézni valamelyik irodalmi forrásnak, és keresné például Pápai Páriz Ferenc művét (*Pax corporis*), sajnálattal látná, hogy arra az 1747. évi kolozsvári kiadás szolgálna alapul. Nem említi a vonatkozó szerző, hogy ez a könyv faksimile kiadásban is megjelent, ezért bárki számára könnyen hozzáférhető (Magvető Könyvkiadó, 1984).

Igaz, nem nyelvtörténeti adalék, de nyelvi kérdés, ami utal eleink nagyságára is. James *Parkinson* 1817-ben írta le a későbbiekben róla elnevezett kór tüneteit. 1912-ben, csaknem száz évvel később Rowntree ásta elő Parkinson közleményét, és attól

kezdvé terjedt el a betegség neve. Pápai Páriz Ferenc 1690-ben magyar nyelvű könyvében leírta a kórnak mind a négy ismérvét, sőt még azt is, hogy ez a betegség a „Főnek nyavalyája”. Ha nem magyarul írt volna, ma talán róla neveznék a kórt.

Megérdemelt dicséret

illeti a szerkesztőket a könyvért, mert az ismeretek olyan tárházát kínálják, amelyet különben csak aprólékos munka árán tudnánk megszerezni. Ki kell emelnem Bószé Péter professzor azon gyakorlatát, hogy minden nagy fejezet élén az általa írt „Történelmi háttér” című írás áll, amely felkészíti az olvasót a megértésre, ugyanis minden történet – még a nyelvit is! – csak a korba ágyazva tudunk helyesen értelmezni. Külön értéket képviselnek és elgondolkodtatók a tartalommal egybevágó, azt alátámasztó, dőlt betűs szemelvények.

Mint minden könyv, ez is akkor éri el célját, ha sokan olvassák, és magukévá teszik a benne foglaltakat, így növelve ismereteiket. Kérdés tehát, lesznek-e használói? Megtapasztalva a kortárs orvosok egy részének szaknyelvi, de egyáltalán anyanyelvi igénytelenségét, kételyeim támadnak. Kíváncsian várom, vajon élnek-e azokkal a lehetőségekkel, amelyeket ez az alapos munka nyújt. Bár a nyelvész is építhet sikeres előmenetelre eme tudás felhasználásával, az igazi gyakorlati hasznot mi, orvosok fölözhetnének le írásainkban, illetve a szakkiadók, lapszerkesztőségek. A jelen kiadvány nemcsak történeti visszatekintés, hanem a mai időkre számos tanulsággal szolgáló, rendkívül hasznos alapmű.

A könyv szándékát tekintve utalok a XVIII. századi francia szalonok jelszavára: *plaire et instruire*, amely azonos a horatiusi *prodesse et delectare* jelszóval: *hasznosnak lenni és szórakoztatni*. Szép Ernő (1884–1953) író átvitt értelmű sorával ajánlom a kötetet: „Ha meg tetszene engedni és futná szíves idejükből”, vegyék kézbe a könyvet egy fáradt nap estéjén vagy szabad idejükben kikapcsolódás gyanánt. Ehhez kívánok kellemes időtöltést!

Gaál Csaba dr.