

TÓTH ALBERT

## EGY KISÚJSZÁLLÁSI TANÁR LEVELEZÉSE SELYE JÁNOSSAL

### Bevezetés

Selye János a 20. század orvostudományának egyik legjelentősebb, nemzetközileg is elismert magyar származású személyisége volt. Bécsben született 1907. január 26-án és a kanadai Montrealban hunyt el 1982. október 16-án.<sup>1</sup> Édesanyja osztrák származású volt, míg magyar édesapja katonaorvosként szolgált a Monarchia hadseregében. A Selye famíliában az orvoslás tudománya generációkra nyúlik vissza, Selye János apai nagyapja és ükapja Vágselyén volt családorvos. Az édesapja, dr. Selye Hugó ezredorvosként előbb Bécsben teljesített szolgálatot, majd Komáromban folytatott magángyakorlatot, nyugdíjasként később Budapestre költözött, ahol felesége – a feljegyzések szerint – 1956-ban, a forradalom alatt golyótalálat következtében halt meg.<sup>2</sup> Katonaorvos édesapját az első világháború után áthelyezték Komáromba, így az ifjú Selye János középiskoláit az akkor még Magyarországhoz tartozó Komáromban végezte, majd a prágai egyetemen kezdett orvosi tanulmányokat, de később Párizs és Róma egyetemén is több évet tanult. Orvosi diplomáját 1929-ben a prágai német egyetemen szerezte, majd ugyanott vegyészettől is doktorált. Ezt követően – egy amerikai ösztöndíjnak köszönhetően – 1931-ben az USA-ba, majd Kanadába költözött, ahol a montreali angol McGill Egyetem biokémia- és a kísérleti orvostudomány professzora lett, később pedig az Université de Montréal francia egyetemen az Institut de Médecine et de Chirurgie Expérimentales kutatóintézet vezetésére kapott kinevezést. 1976-tól a stresszkutatással foglalkozó nemzetközi intézet elnöki tisztét is betöltötte. Orvosbiológiai és élettani kutatásai nemzetközi hírnevet hoztak számára, neve éveken át szerepelt a Nobel-díj bizottság előtt.

---

<sup>1</sup> Selye János életrajzával kapcsolatban: Magyar Nagylexikon. Bp. 2003. 16. köt. 4. p.; Magyar Életrajzi Lexikon 1000-1990. Online változat. Magyar Elektronikus Könyvtár <http://www.mek.iif.hu/porta/szint/egyeb/lexikon/eletrajz/html/index.html> (Letöltés dátuma: 2010. júl. 19.)

<sup>2</sup> KOPP Mária: Mit jelent Selye János munkássága a mai magyar társadalom számára? In: Magyar Tudomány, 2007. 5. szám. 614. p. 100 éve született Selye János. On-line elérhetőség: <http://www.matud.iif.hu/07maj/11.html> (Letöltés dátuma: 2010. júl. 14.)

Selye János a stressz-elmélet megalkotásával szerzett világhírnevet, első jelentős közleménye a stresszről 1936-ban jelent meg a *Nature*, angol nyelvű természettudományi folyóiratban, majd munkái az 1960-as évek közepétől Magyarországon is rendre napvilágot láttak.<sup>3</sup> A több nyelven is beszélő és alkotó tudós, közel félévszázados munkásságával igen termékeny életművet hagyott hátra. Több mint 1.700 tudományos cikket és 39 könyvet írt a stresszel kapcsolatban, és napjainkig több mint 300.000 tudományos cikkben idézték munkásságát. Saját visszaemlékezése szerint az élő szervezet alkalmazkodása a stresszhez csaknem négy évtizeden keresztül foglalkoztatta, és valóban – bár élete során, a kutatómunkában eltöltött fél évszázad alatt más témákban, így a cardiovascularis betegségek, a szövetek elmeszesedése, az öregedés problémája, a gyulladás, a szteroid hormonok témakörében is maradandót alkotott –, mégis Selye János neve voltaképpen a stressz fogalmával forrt össze. A stressz-elmélet vezérfonala szinte valamennyi munkájában fellelhető, amelynek lényege, hogy valamennyi élőlény az őt ért fenyegetésekre általános vészreakcióval reagál, mozgósítva tartalékait és hormonális erőforrásait. A stressz pozitív megküzdést jelent, ugyanakkor tartós hatására kimerültség és számos pszichoszomatikus betegség léphet fel. A stressz tehát az élő szervezet nem-specifikus válasza bármilyen természetű megterhelésre. A stressz az élet természetszerű velejárója, az azt előidéző tényezők olyanok lehetnek, mint például a fizikai erőfeszítés, a megfeszített figyelem, a fájdalom, a betegség, a kudarc, az öröm, vagy a sikerélmény. Vagyis miként a felsorolásból is látszik, a stressz egyszerre jelenthet kellemetlen, de akár kellemes dolgot is, s kiváltói egyaránt lehetnek jó és rossz élmények. Jóllehet ezek a behatások bár különbözőek, mégis lényegileg azonos élettani, és ezzel párhuzamosan biokémiai változásokat hoznak létre az emberi szervezetben, így idegfeszültséget, gyorsult szívműködést, a vérnyomás-, és vércukorszint emelkedését okozhatják. Selye János munkáiban mindenekelőtt azt hangsúlyozta, hogy a stressz minden ember életének szükségszerű része, amit még alvás közben sem lehet elkerülni. A stressz-mentes állapot ugyanis a halállal egyenlő. Így megállapításai szerint maga a stressz nem szükségszerű rossz, hanem nélkülözhetetlen tényező az élet különböző káros hatásainak leküzdésében, az állandóan változó környezeti hatásokhoz való alkalmazkodásban. A túl erős, vagy többszörösen ismétlődő stressz azonban különböző betegségek okozójává válhat, mi több, súlyosan károsíthatja az immunrendszert és a központi idegrendszer működését is.

---

<sup>3</sup> Selye János legfontosabb műveinek magyar nyelvű kiadásai: SELYE János: *Életünk és a stressz.* (Ford.: Both Miklós) (Bev.: Lissák Kálmán) Bp. 1964.; SELYE János: *Álomtól a felfedezésig. Egy tudós vallomásai.* (Ford.: Józsa Péter) Bp. 1967.; SELYE János: *In vivo: A szupramolekuláris biológia védelmében.* (Ford.: Mészáros Károly) (Bev.: Lissák Kálmán - Szent-Györgyi Albert) Bp. 1970.; SELYE János: *Stressz distressz nélkül.* (Ford.: Mészáros Károly) Bp. 1976.

Selye Jánosnak a kutatás és a tanítás volt az élete. Munkatársai, tanítványai visszaemlékezései szerint Kanadában, a tudományos intézet vezetőjeként nem ritkán napi 12 órát dolgozott, és hétvégeken is sokszor bent volt munkahelyén. Kutatásai során állandóan tanítványokkal volt körülveve, akiket bevezetett a tudományos munkába, az arra érdemeseket pedig segítette előrelépésükben. *„Elfogadta és megértette mások érveit, de megvédte saját álláspontját, ha azok ellentétesek voltak vitapartnerével. Nemcsak a beszélgetések közben tanított, hanem az „Álomtól a felfedezésig” című könyvével is, melyben leírta a kutatás csínját-bínját, módszertanát, szépségeit és buktatóit”*. – írta egyik későbbi méltatója a professzorról.<sup>4</sup>

Selye nemcsak művelte a tudományt, hanem közkinccsé is tudta tenni azt. *„Különösen nagy hangsúlyt fektetett eredményeinek széleskörű megismertetésére, a tudományos ismeretterjesztésre. Az ilyen módon megfogalmazott, néha túl merész általánosításai sok kritikát váltottak ki tudományos körökben, ugyanakkor szinte felmérhetetlen az a pozitív hatás, amellyel fiatal kutatók ezreit indította el a tudományos pályán”*. – írta a professzor munkásságáról Kopp Mária, a Semmelweis Egyetem Magatartástudományi Intézetének vezetője, a professzor születésének századik évfordulója alkalmából megjelent munkájában.<sup>5</sup> Ezt igazolja, hogy napjainkra a stressz a laikusok tömege által is használt fogalommá vált és lényegét mindenki érti anélkül, hogy tudományos részleteit ismerné. Műveiben közérthetően és olvasmányosan írt kutatási eredményeiről, ezért könyvei nem csupán az orvosi szakma, de a természettudományok iránt érdeklődő laikusok körében is nagy népszerűségnek örvendtek, és az 1970-es évekig Magyarországon is több kiadást megéltek.

Hajszolt, feszültségekkel terhes világunkban különös jelentőséget kapott a stressz-elmélet felfedezése. Egyrészt óriási lökést adott az orvostudománynak, másfelől a mindennapi életben is éppoly fontos szerepet játszik, mint a betegségek kialakításában és leküzdésében aktív, befolyásoló tényező. Selye János kutatásának eredményei nem maradtak a laboratórium falai között. A nagy műveltségű humanista tudós céltudatosan törekedett arra, hogy előadásaiban, írásaiban rávilágítson a stressz-elmélet ismeretéből következő gyakorlati vonatkozásokra. A stressz és a hétköznapi élet kapcsolatából kiindulva igyekezett életvezetési, *„életművészeti”* tanácsokat is adni. Bölcs intelmei, jó tanácsai elsősorban arra irányultak, hogy miként alkalmazkodhatnánk harmonikusabban a szervezet öngyógyító képességével a felgyorsult világ élet ritmusához.

---

<sup>4</sup> CSABA György: Selye János és a stresszelmélet. In: Természet Világa, 2007. december 12.-i szám, On-line elérhetőség: <http://www.termeszenvilaga.hu/szamok/tv2007/tv0712/csaba.html> (Letöltés dátuma: 2010. júl. 14.)

<sup>5</sup> KOPP M. 2007. i.m.

Lázár György, a Szegedi Tudományegyetem Kórélettani Intézetének professzora 2007-ben, Selye János születésének centenáriuma alkalmából rövid írásban emlékezett vissza külföldi diákéveire és a tudóssal együtt töltött időszakra.<sup>6</sup> Fiatal orvosként rendkívül nagy hatást gyakorolt rá a szülőföldjétől távol élő szakember kutatói, tudósi és tanári mentalitása. Jól példázta ezt az attitűdöt egyik személyes élménye is, amelyben a professzor szállóigévé vált kutatói hitvallása is megjelenik: „*Bár Selye János magánbeszélgetései során, mind előadásaiban hangsúlyozta a véletlen szerepét kutatómunkájában, mégis élete mottójává az alábbiakat választotta, ami az Intézet bejárata fölött fogadta a látogatót, mintegy mementóként: 'Ha itt belépsz, jól vésd emlékezetedbe: Sem témád fontossága, sem műszereid teljesítménye, sem tudásod nagysága, sem terveid pontossága nem pótolhatják gondolataid eredetiségét és megfigyelésed élességét.'* Selye János kutatómunkájára pontosan a megfigyelés volt a jellemző, kivételes képességgel rendelkezett, hogy olyan nem várt jelenségekre is felfigyeljen, ami mellett egy másik kutató elment volna, nem vett volna észre. És nagyon sokszor pont ezek a 'véletlenszerű' megfigyelések alapul szolgáltak komoly, esetleg több évig tartó kutatómunkának.”<sup>7</sup> Ezt a kutatói alapállást – mint arról az itt közölt levelezés is tanúskodik – nemcsak mindennapi laboratóriumi munkája folyamán, hanem egyfajta iránymutatásként a következő tudós nemzedék nevelése, felkészítése során is lépten-nyomon hangoztatta.

A hazájától korán távolra került Selye János professzor élete végéig hűséges maradt szülőföldjéhez. Ez a forrásközlés is erre igyekszik rávilágítani. A Kanadában élő világhírű professzor és a fiatal kisújszállási gimnáziumi tanár több éves levelezése is ennek egyik tanúbizonysága. A közel négy évtizeddel ezelőtti, a Kádár-rendszer sajátos feltételei között zajló többéves levelezés során fény derül a jövőért felelősséget érző tudós etikus gondolkodására és az ifjú nemzedékbe vetett hitére. A szóban forgó levelezést közel négy évtized távlatából tekinthetnénk akár provinciális ügynek is. Pedig nem az. Történeti értékű kordokumentum, amely meggyőzően vall az igaz emberi értékekről, a tiszteletről, az emberi nagyságról.

## A levelezés előzményei

A kisújszállási Móricz Zsigmond Gimnázium volt a felnevelő Alma Materem. A debreceni Kossuth Lajos Tudományegyetemről 1964-ben kikerülve, jó sorsom úgy hozta, hogy visszatérhettem egykori iskolámba. E forrásközlés

---

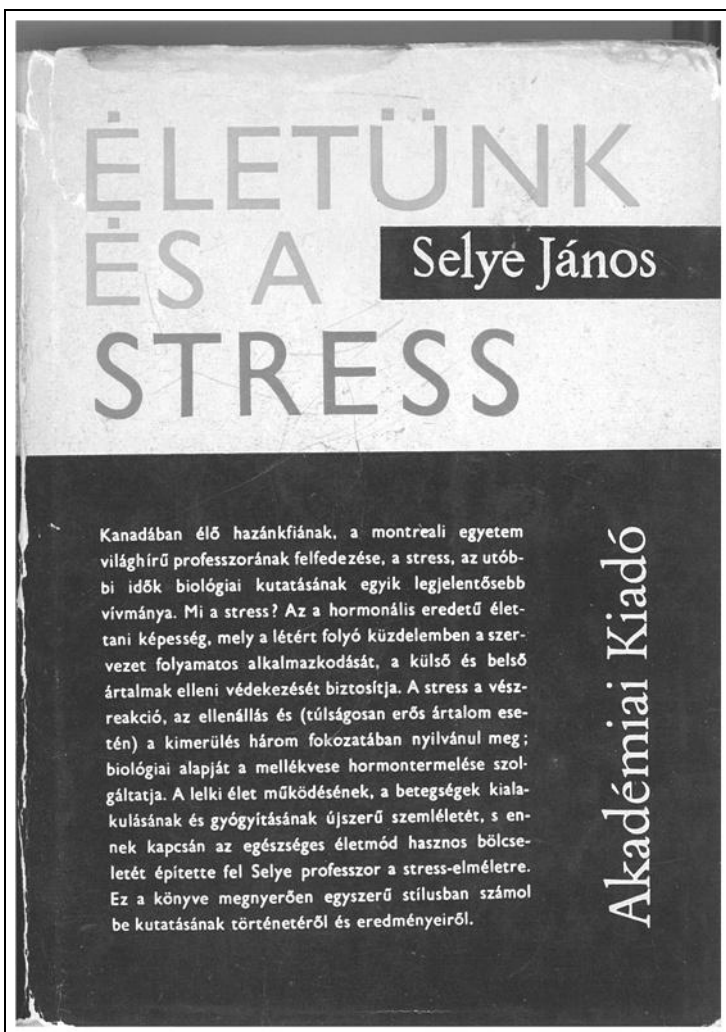
<sup>6</sup> LÁZÁR György: Selye János, a stresszkutatás atyja. In: Vasváry Collection Newsletter 2007. 1. szám. (37). On-line elérhetőség: [http://www.sk-szeged.hu/statikus\\_html/vasvarty/newsletter/07jun/selye.html](http://www.sk-szeged.hu/statikus_html/vasvarty/newsletter/07jun/selye.html) (Letöltés dátuma: 2010. júl. 14.)

<sup>7</sup> Uo.

írójaként, Tóth Albert biológia-földrajz szakos tanárként vettem át egykori tanárom, Szász Károly tanár úr örökségét, aki 1965. február 8-án fejezte be fél évszázados szolgálat után földi pályafutását. Példája követendő parancsként állt előttem. Ahogyan a nagy elődök – Jermy Gusztáv, Székely Bendegúz, Sáringer János, vagy éppen Móricz Zsigmond tanárának, Bodnár Lajosnak az értékteremtő, szertárgyarapító munkája is kötelezett annak folytatására. Ugyanakkor az érdeklődő, lelkes, jól felkészült diákok is jelentősen serkentették az együttműködést egy hagyományos biológia szakköri műhelymunka keretei között.

Az 1960-as évek végén, a '70-es évek elején különösen kedvezően hatott e szakköri keretben végzett munkára több olyan, nagy érdeklődést kiváltó könyvnek a megjelenése, amihez korábban nem igen lehetett hozzájutni.

Selye János „*Életünk és a stressz*” című könyvének harmadik kiadását 1965-ben jelentette meg az Akadémiai Kiadó. A Gondolat Kiadó gondozásában pedig 1970-ben megjelent Szent-Györgyi Albert „*Egy biológus gondolata*” című könyve, majd az ezt követő további írások. Az „*Életünk és a stressz*” című kötet – stílusának, megformáltságának is köszönhetően – igen népszerű olvasmány lett a diákság körében. Jellemző, hogy a biológiai szakkörös tanulók mellett, szintén a vezetéssel működő pedagógiai szakkörös diákokat is élénken foglalkoztatta a könyv számos gondolata. (pl.: Ismerd meg önmagadat, Az elismerés áhítóza, A szerénység, Félelem a megszólalástól, Bajaink nagyítóüveg alatt, stb.)



„Selye János: Életünk és a stressz” című kötetének borítója  
(A szerző gyűjteménye)

A fent említett könyvhöz Lissák Kálmán (1908-1982) akadémikus, a Pécsi Egyetem idegélettan professzora írt előszót. Írásait a következő gondolatokkal fejezte be: „*A könyv közérthető formában, didaktikus ábráival összefoglalását adja a szerző több mint két évtizedes kutatásai ma már valóban értékelhető eredményeinek. Könnyen érthető és amellet élvezetes írásmódjával nemcsak a szakembereknek szól, hanem a művelt magyar olvasóközönség érdeklődésére is méltán számot tarthat, mert egy érdekes, lebilincselő egyéniségű kutató izgalmas életútját bemutatva vezet el a sok nehézséggel küzdő,*

*de mégis az élet legszebb és egyben legnemesebb örömeit kínáló laboratóriumi kutatások világába.”*<sup>8</sup>

Az „*Életünk és a stressz*” című könyv magyar nyelvű kiadásához a szerző Selye János is írt egy megindítóan szép, vallomásszerű előszót. Írásának bevezető és záró gondolatait idézzük: „*Különös érzés a szerzőnek, ha könyvét anyanyelvére fordítják. Mintha a mű egyszeriben levetné világi öltözetét és otthonias viseletben lépne elő az oldalakról... Közvetlenül az első világháború után kerültem külföldre és a tengerentúlra. Életem nagyobb fele Kanadában telt el, és az új hazámhoz kapcsolódik tudományos munkásságom is. De most, mikor magyarul megjelenő könyvemet útjára bocsátom, komáromi gyermekkoromra gondolok, s apám ízes magyar szavára emlékezve nyújtom át ezt a kötetet az olvasónak.”*<sup>9</sup>

Az Akadémiai Kiadó 1967-ben megjelentette az „*Álomtól a felfedezésig*” című újabb Selye János kötetet. A magyar nyelvű kiadáshoz a szerző többek között a következő gondolatokat fűzte: „*A harmadéve megjelent Életünk és a stressz szíves fogadtatása után ma már ismerősként adhatom ezt a kötetet az olvasó kezébe. És e második beköszöntés már sokkal személyesebb és fesztelenebb is: a magam tudományos pályájáról, tapasztalataimról és élményeimről van vallani valóm.”*<sup>10</sup>

### **Az első küldemény megérkezése**

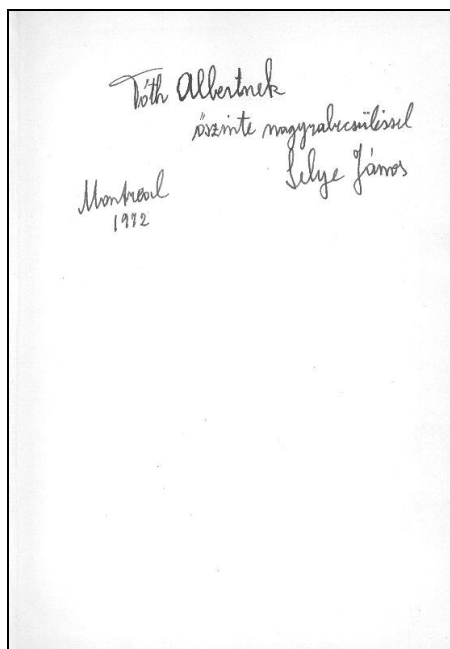
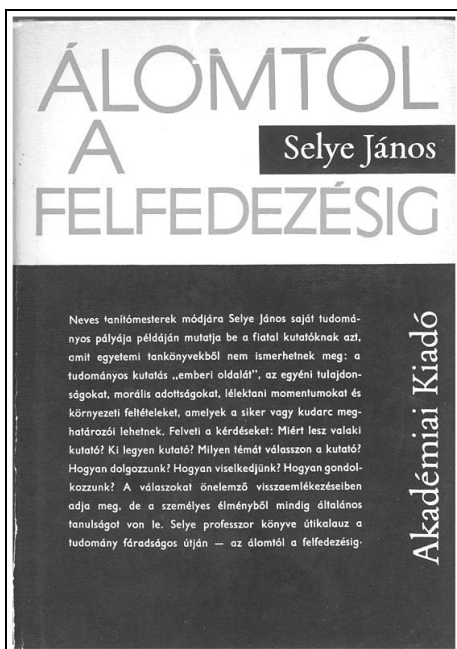
A világhírű tudós vallomása megérintette szakkörös diákjaimat is. 1972-ben, a tanév utolsó szakköri foglalkozásán született meg az elhatározás: írjunk levelet Selye Jánosnak! Számoljunk be azokról a munkákról, amit könyveivel kapcsolatban végeztünk, hiszen neki is az volt az óhaja, hogy könyve találjon el a „*kutató hivatása felé vonzódo középiskolákhoz is*”. Az elgondolást tett követte. Az 1972/73-as tanévet már úgy kezdhettük, hogy a szeptemberi első szakköri foglalkozáskor bemutathattam Selye János professzor 1972. augusztus 30-án Montrealban kelt levelét, és a vele egy időben megérkezett dedikált könyvet, az „*Álomtól a felfedezésig*” című újabb sikeres művét.

---

<sup>8</sup> LISSÁK Kálmán: Előszó. In: SELYE János: *Életünk és a stressz*. (Ford.: Both Miklós) (Bev.: Lissák Kálmán) Bp. 1965.

<sup>9</sup> SELYE János: *Életünk és a stressz*. (Ford.: Both Miklós) (Bev.: Lissák Kálmán) Bp. 1965.

<sup>10</sup> SELYE János: *Álomtól a felfedezésig*. Egy tudós vallomásai. (Ford.: Józsa Péter) Bp. 1967.

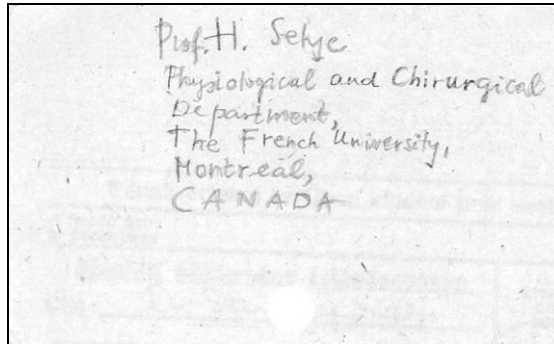


„Selye János: Az álomtól a felfedezésig” című kötetének borítója és a szerző által dedikált belső oldala<sup>11</sup>  
(A szerző gyűjteménye)

A kapcsolatfelvétel viszonylag könnyen történt. Juhász-Nagy Pál a debreceni egyetem adjunktusa a későbbi akadémikus, akit a szupraindividuális biológia elméleti alapjainak hazai megteremtőjének tekinthetünk, volt a szakkörös csapat segítségére: egy könyvtári katalógus kártyára ceruzával felírta Selye professzor külföldi elérhetőségét.

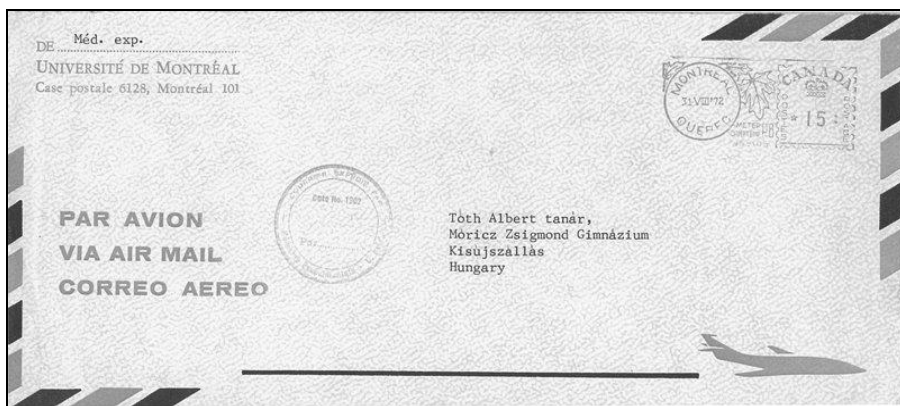
<sup>11</sup> Az első könyvküldemény borítékjában – barna színű vastag bélelt boríték – a szerző által dedikált, az „Álomtól a felfedezésig” című könyv volt. A küldemény mérete: 34 x 24 cm. A boríték 4 db erős tűzőgép kapocssal volt lezárva. A címzés írógéppel íródott, az ékezetek ceruzával javítva a magyar helyesírásnak megfelelően. A postai bélyegzés jól olvasható (Montreal-Quebec, Canada, 31. VIII. '72). Légitpostai küldeményként, „Tarif Des Livres, Book rate” bélyegzéssel volt ellátva.





A Juhász-Nagy Pál által írt, Selye professzor elérhetőségét tartalmazó könyvtári katalóguscédula (A szerző gyűjteménye)

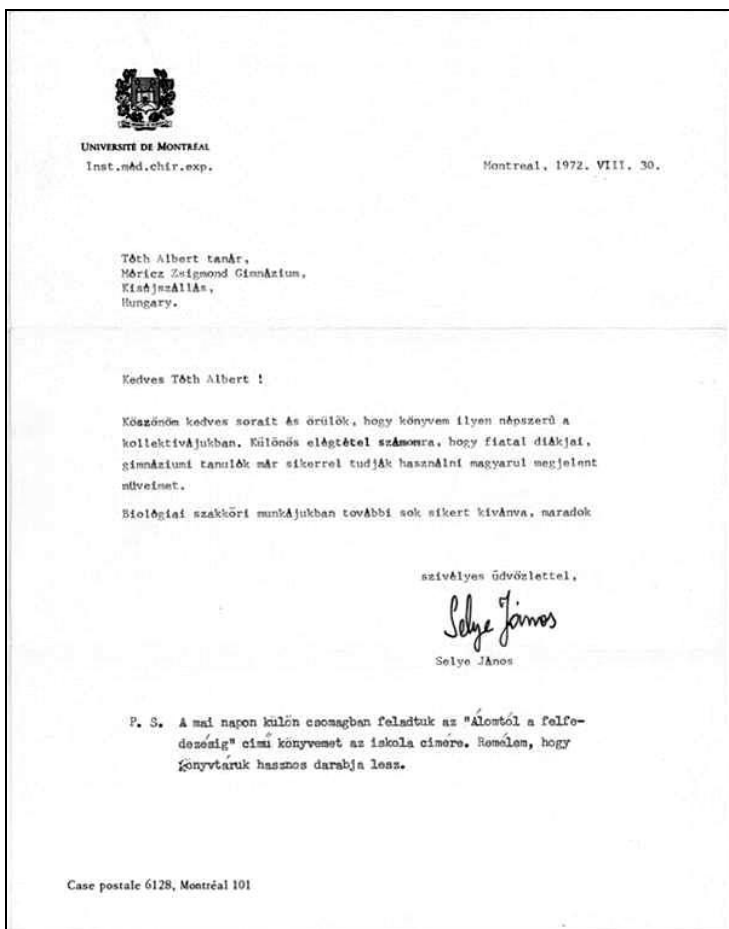
Fontosnak tartom megjegyezni, hogy csaknem egy időben (1972. szeptember 16-án) érkezett meg Szent-Györgyi Albert levele Woods Hole-ból, ettől kezdve egyszerre leveleztünk két világhírű magyar származású, külföldön élő tudóssal.<sup>12</sup>



Selye János Tóth Alberthez írt első levelének borítékja.  
Montreal, 1972. aug. 31.<sup>13</sup> (A szerző gyűjteménye)

<sup>12</sup> A Szent-Györgyi Alberttel folytatott levelezésről írt cikk megtalálható: TÓTH Albert: Egy kisújszállási tanár levelezése Szent-Györgyi Alberttel. In: Zounek 24. A Jász-Nagykun-Szolnok Megyei Levéltár Évkönyve (Szerk.: Fülöp Tamás) Szolnok, 2009. 301-327. p.

<sup>13</sup> Az első levél borítékja, hosszan elnyúló téglalap alakú, jól olvasható postai bélyegzővel (1972. VIII. 31.), 24 x 10,5 cm-es mérettel, szürkés, márványozott mintázattal, szélein kékes-zöld és fekete csíkozással. A feladó írógéppel kitöltve: Méd. exp.



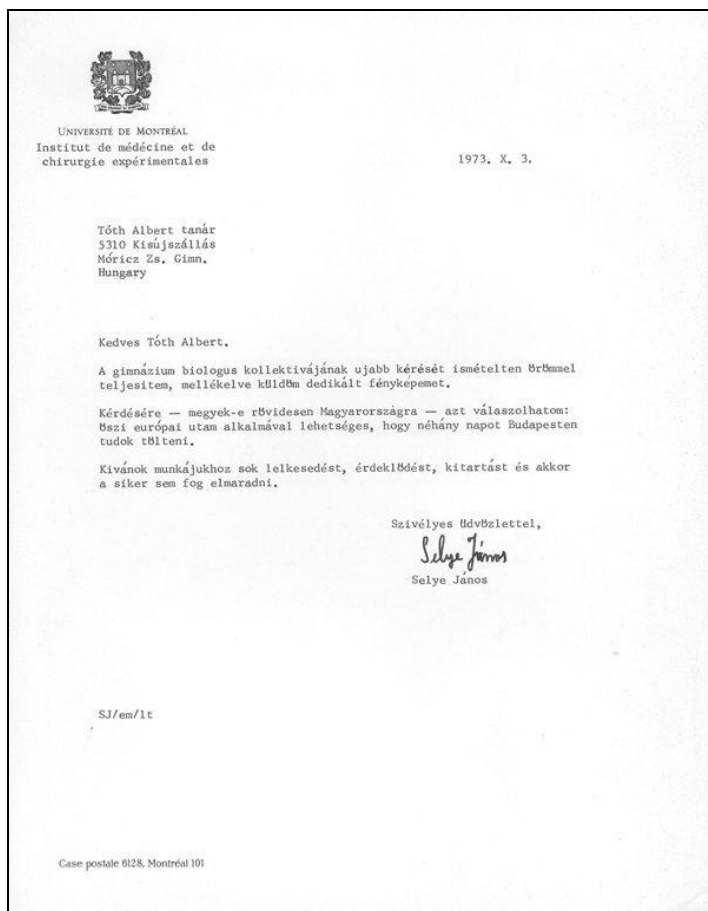
Selye János levele Tóth Alberthez. Montreal, 1972. aug. 30.<sup>14</sup>  
(A szerző gyűjteménye)

A tudósi nagyság, a jövő generációkért érzett felelősség egyik szép példája tükröződik vissza abban, hogy az 1972. augusztus 30-án kelt levelében Selye János „*különös elégtétel*”-nek nevezte, hogy magyar nyelvre lefordított könyvei a fiatal diákok, gimnáziumi tanulók körében is nagy népszerűségnek örvendenek.

A Selye Jánossal folytatott levelezés kiemelt jelentőségű dokumentuma az a levél és fénykép, amellyel 1973-ban újabb kérésünket teljesítette a

<sup>14</sup> Az első levél Selye Jánostól. Az egyetem (UNIVERSITÉ DE MONTREAL) cégjelzésű A/4-es méretű levélpapírján írógéppel írott szöveg, kézzel aláírva, utóírással, keltezéssel. A magyar helyesírásnak megfelelően az ékezetek ceruzával javítva.

Montreali Egyetem kutató professzora. A laboratóriumban készült dedikált fényképen munka közben látható a professzor, amint a kísérleti állatot tartja kezében. Ez a jellegzetes kép, amely Selye Jánosról talán a legismertebb ábrázolás, oly módon örökíti meg a tudóst, aki munkáját nagy hozzáértéssel, felkészültséggel és mindemellett hallatlan alázattal végzi. A fénykép már önmagában is egyfajta értéket, kutatói alapállást közvetít.



Selye János levele Tóth Alberthez. Montreal, 1973. okt. 3.<sup>15</sup> (A szerző gyűjteménye)

<sup>15</sup>

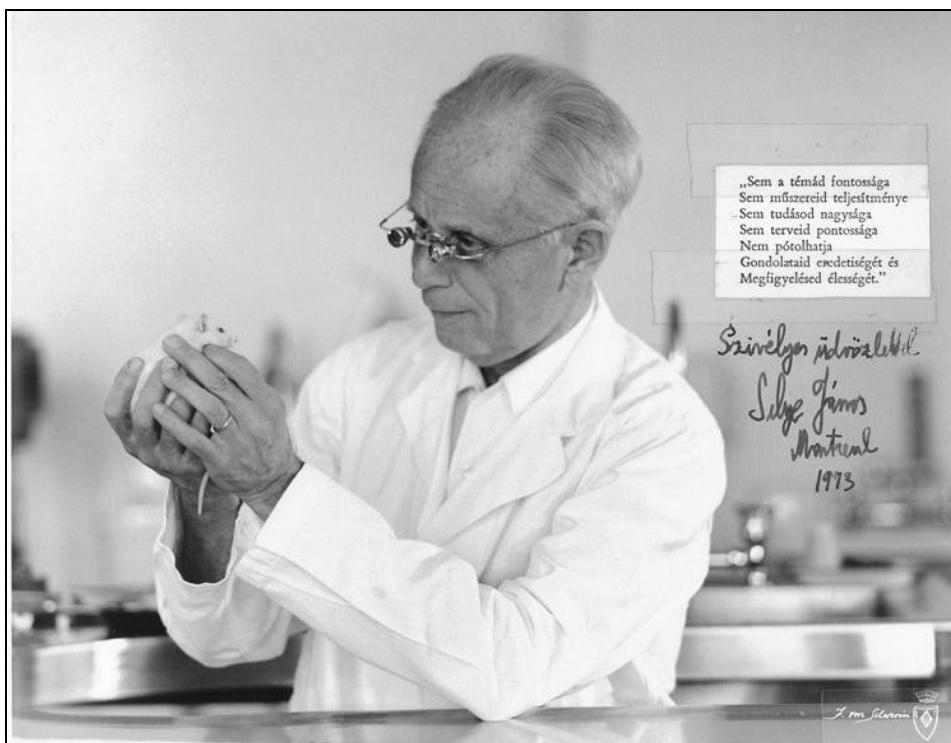
A/4-es formájú levél 1973. X. 3.- keltezéssel, az egyetem címerével ellátott céges levélpapíron. A levél szövege írógéppel íródott, ceruzás ékezetjavítással, a Hungary szó javító lakkal korigálva. A levél aláírása kék színű tollal jól olvashatóan: Selye János. Az 1973. október 3-án küldött levél és fénykép borítékja 31 x 23 cm-es, törtefehér színű nyomtatott feladóval: UNIVERSITÉDE MONTREAL Case postale 6128, MONTREAL

A korábbi levelünkben azt is kértük a professzortól, hogy írja meg azt a vezérgondolatot, szellemi üzenetet, amit kutatómunkája során a legfontosabbnak tart. Kérésünket készségesen teljesítette: „*Egész életemben ahhoz a tanácshoz tartottam magam, amely most intézetünk bejárata fölé van vésve.*” – írta. A szállóigévé váló hétsoros mottót gépelt formában, két cellux szalaggal applikálta a fénykép jobb felső sarkába:

*„Sem a témád fontossága,  
Sem a műszereid teljesítménye,  
Sem a tudásod nagysága,  
Sem terveid pontossága  
Nem pótolhatja  
Gondolataid eredetiségét és  
Megfigyelésed élességét.”*

---

101. A címzés írógéppel íródott, jól olvasható postai bélyegzés. PAR AVION címkével, PLEASE DO NOT FOLD rábélyegzéssel a borító mindkét oldalán.



Selye János dedikált fényképe és a szállóigévé vált, utólagosan a képre applikált mottó<sup>16</sup> (A szerző gyűjteménye)

Eredeti gondolatokban szűkölködő világunkban úgy hiszem ennél bölcsőbb tanácsot aligha adhatnánk egy fiatal kutató, egy leendő tudós számára. Ez a rövid gondolatsor olyan kutatói, tudósi mentalitást sugároz, amely a nagyfokú felkészültségen túl, mindenekeelőtt a szubjektum eredetiségét, a gondolkodás autonómiáját hirdeti, s amelynek megvalósítására valóban csak a legnagyobb egyéniségek válhatnak képessé. És ez az üzenet egyetemesen szól nemcsak a montreali egyetem fiatal tudósainak, a Kanadába eljutó szegedi orvostanhallgatóknak, hanem a kisújszállási gimnázium tanárainak, tanulóinak is. A kapcsolatfelvétel rövidesen a Montrealban élő nemzetközi hírű magyar tudós és a fiatal kisújszállási gimnáziumi tanár, illetve a lelkes diákkör között baráti hangvételű levelezéssé alakult át. Az egyik legeredetibb, közvetlen hangú levelét

<sup>16</sup> Kék színűtollal íródott, jól olvasható dedikáció a 25 x 19,5 cm-es méretű fekete-fehér fényképen. A kép jobb felsőmezőjében kétsoros, idézőjelben közölt írógéppel íródott szöveg, amelyet két cellulz szalaggal rögzítettek a fényképre. A fotó hátdolaján a képet előállító műhely neve és címe van feltüntetve.

1973. január 8-i keltezéssel küldte, viszonzva újrvi jókivánságainkat. Erről az aláírás „János bátyád” is tanúskodik.

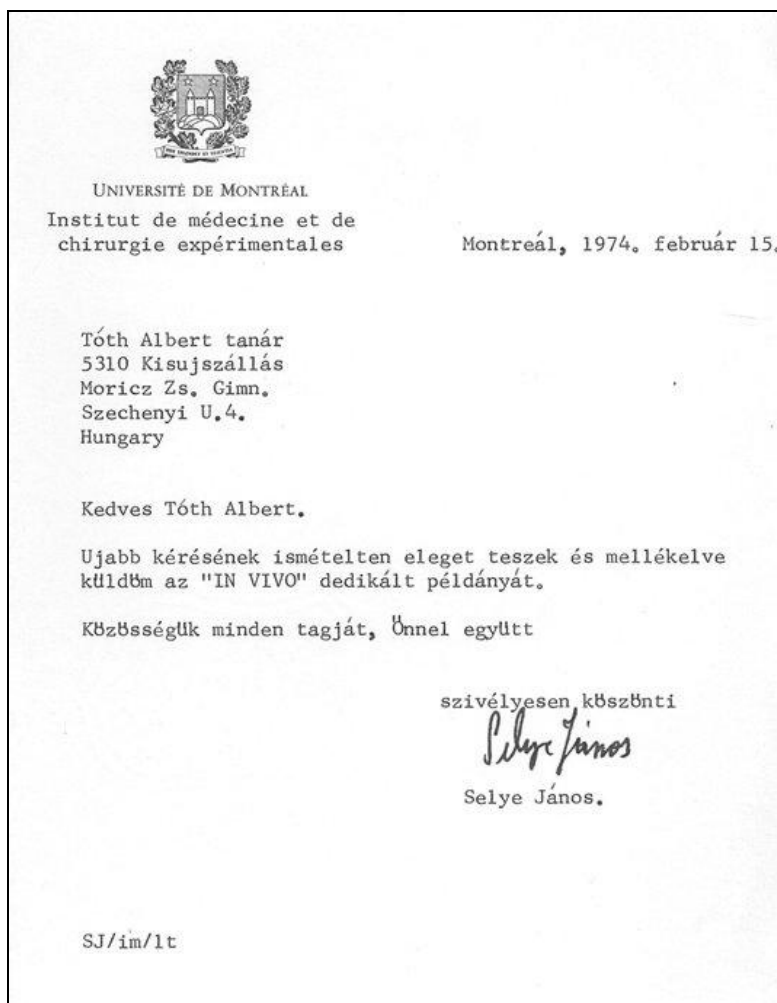


Selye János levele Tóth Alberthez. Montreal, 1973. jan. 8.<sup>17</sup> (A szerző gyűjteménye)

Az 1974. február 15-én kelt levelében értesített bennünket, hogy ismételt kérésünket teljesítve megküldi az „*In vivo*” dedikált példányát. „*A Mórícz*

<sup>17</sup> Az 1973. január 8-án kelt levél január 10-én feladott borítékja jól olvasható vörös színű postai bélyegzéssel és kék színű egyetemi pecséttel volt ellátva. PAR AVION küdemény. A címzés ékezetjavítással, írógéppel történt. A feladó nyomdai címzéssel MED. EXP. Írógépes beírással a szokott módon a levél bal felső sarkában. A levélboríték a hazai szabványtól eltérő méretű 15 x 11,5 cm. Maga a levél kisméretű 21,5 x 14 cm-es céges papíron írógéppel íródott levél. Aláírása kék tollal: János bátyád. Az ékezetek ceruzás javítása következetesen megtörtént.

Zsigmond Gimnázium biológiai szakkörére szeretettel gondol Selye János Montreal 1974”.



Selye János levele Tóth Alberthez. Montreal, 1974. febr. 15.<sup>18</sup>  
(A szerző gyűjteménye)

Az „In vivo” Selye János egyik legeredetibb műve. A könyv alcíme: A szupramolekuláris biológia védelmében. E művében a professzor a kor divatos

<sup>18</sup> Az „In vivo” könyvküldeményt kísérőlevél egyetemi céges levélpapíron, írógéppel íródott. Kék színűtollal jól olvasható aláírással. A levél mérete: 21,5 x 14 cm.

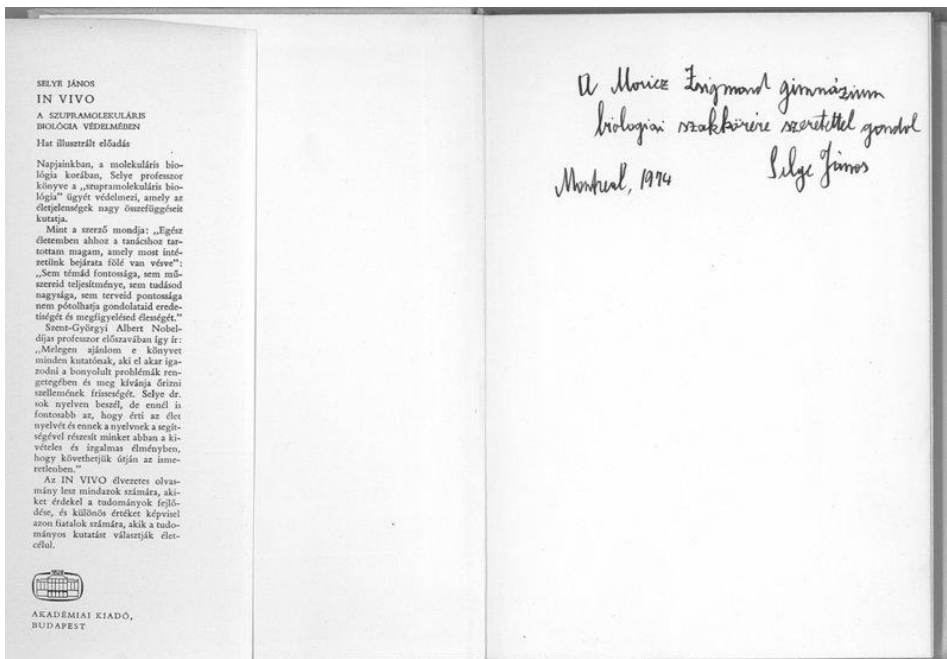
molekuláris biológiai elméleteivel kapcsolatban mindenekelőtt az élet egésze kutatásának fontosságát hangsúlyozza. Előszavában Lissák Kálmán és Szent-Györgyi Albert is ezt emelte ki: „Az élet tanulmányozása közben a magasabb régiókból egyre alacsonyabbakba szállunk és ott állunk üres kézzel. A molekulák és az elektronok élettelenek.”<sup>19</sup>

Majd 1967 áprilisában a Nobel díjas Szent-Györgyi így folytatja Selye művének méltatását a könyv előszavában: „Nagy örömmre szolgál, hogy dr. H. Selye könyve elé írhatok néhány sort. Ő az életet kezdettől fogva a maga egészében látta, felismerte minden szépségét és egy költő ösztönös értésével kutatta. Selye dr. sok nyelven beszél, de ennél is fontosabb az, hogy az élet nyelvét érti, s ennek a nyelvnek a segítségével részesít minket abban a kivételes és izgalmas élményben, hogy követhetjük útját az ismeretlenbe.”. (Szent-Györgyi Albert: Internat. Sci. Techn. 1966. június)

---

<sup>19</sup> LISSÁK Kálmán –SZENT-GYÖRGYI Albert: Előszó. In: SELYE János: In vivo: A supramolekuláris biológia védelmében. (Ford.: Mészáros Károly) Bp. 1970.





Az „In vivo” kötet Selye János által dedikált példánya<sup>20</sup>  
(A szerző gyűjteménye)


## Döntés a Jermy Gusztáv-díjról

Az 1973/74-es tanévet azzal zárta a Jermy Gusztáv Bioszféra szakkör, hogy abban a tanévben a két világhírű tudósnek ítélte oda a Jermy Gusztáv-díjat. Ezt a kitüntetést a kisújszállási Móróc Zsigmond Gimnázium biológusai alapították, amit a legkiválóbb diákok nyerhetnek el, vagy azok kaphatják meg, akik a biológia oktatását, a szertárfejlesztést jelentősen előmozdították. Az első díjazott 1973-ban Karikó Katalin, jelenleg a Dept. of Neurosurgery University of Pennsylvania kutatója. A plakett Papi Lajos szobrászművész alkotása. Az említett tanévben a két világhírű kutatónak egy időben küldtük ki a plakettet díszoklevél kíséretében. A fogadtatásról Selye János professzor 1974. augusztus 7-én Montrealban kelt levele tanúskodik.

<sup>20</sup> Az „In vivo” címűkönyv borítékja, barna színűvastag karton, szabványméretű légipostai küldemény volt, gépi címmel, kék színűegyvetemi körbélyegzővel lebélyegezve.

*Petit paquet*

**Pénzt, értéket levélben küldeni nem szabad!**  
**Ajánlott küldemény feladóvényye**

A feladó neve és lakáscíme: <b>Tóth Albert, kisújszállás, Móricz Zs.</b>	Gyűjtőhivatal Kétféle bélyegző- levegőminta	
Cím: <b>dr. Prof. Hans Selye</b> <b>Université De Montreal Case Postale 6128</b>		
Rendeltetési hely: <b>Montreál 101</b>		
<b>Canada</b> utca házszám		
Ajánlási ragszám: <b>1130</b>	Utánvétel	Bérmentesítési díj
	Ft      f	Ft      f
	—	<b>34</b> —
Külföldszolgáltatások: <b>+10 fe</b>		

A Jermý Gusztáv-plakett postai feladóvényye.<sup>21</sup>  
(A szerző gyűjteménye)

A levélben meghivatkozott „*művészi szépségű bélyegek*” valamennyi levelünkre jellemzőek voltak. Rendre a legszebb és filatelista szempontokból is a legkülönlegesebb és legértékesebb bélyegekkel indítottuk útjára küldeményeinket, tiszteletünk egyik megnyilvánulásaként. Szinte a véletlenek játékanak tudhatjuk be, hogy Szent-Györgyi Albert hasonló tárgyú levele csupán egy nappal korábban, augusztus 6-án kelteződött.

Selye János leveleinek egyik érdekessége, hogy azok Kanadában, magyar ékezetek nélküli írógéppel készültek, de a professzor – megőrizve magyar helyesírási készségét és jelezve identitását – a szövegben rendre kijavította a szavakban a jelöléseket. Mint az, az 1974. augusztus 7-én kelt leveléből kiviláglik, a Montrealban tevékenykedő magyar tudós a kisújszállási gimnázium által alapított Jermý Gusztáv emlékplakettet nagy becsben tartotta, erre utal köszönőlevelében az a mondat, hogy „*A nagyon szép plakettet és az azt kísérő diplomát, azonnal elhelyeztem a kitüntetéseimet tartalmazó üvegszekrénybe.*”.

<sup>21</sup> A Jermý Gusztáv-plakett írógéppel megcímezett postai feladóvényye. A súlyos ajánlott küldemény kis csomagként („*petit paquet*”) lett feladva 1974. július 10-én. Jól olvasható a postai bélyegzés és a bérmentesítési díj is.



UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL  
Institut de médecine et de  
chirurgie expérimentales

Montreal, 1974. aug.7

Tóth Albert  
5310 Kisújszállás  
Móricz Zsigmond gimnázium  
Szécheny u.4.  
Hungary

Kedves Tóth Albert.

Nagyon köszönöm, hogy a Jeremy Gusztáv díjat az idén nekem osztották ki.

A nagyon szép plakettet és az azt kísérő diplomát, azonnal elhelyeztem a kitüntetéseimet tartalmazó üvegszekrénybe.

Külön köszönetet mondok a borítékon lévő művészi szépségű bélyegekért, amiket szenvedélyes bélyegyűjtő fiam, boldog örömmel sorolt be albumába.

Szívélyes üdvözléssel

Selye János.

SJ/im/lt

Selye János levele Tóth Alberthez. Montreal, 1974. aug. 7.<sup>22</sup>  
(A szerző gyűjteménye)

Az 1974/75-ös tanévtől jelentős változás következett be a biológiai szakkör életében. A Hortobágyi Nemzeti Park megalakulásának egy éves évfordulóján 1974. február 28-án elhatároztuk, hogy a szakköri munka további fő iránya a terepkutatás, az ökológiai jellegű témák vizsgálata lesz. Ebben fontos szerepet játszott az 1972. június 5-én Stockholmban megnyílt első környezetvédelmi világkonferencia. Ebből az indítatásból született meg az 1975

<sup>22</sup>

Válaszlevél a Jermy Gusztáv-díj átvétele után. Írógéppel íródott, kék színű tintával aláírt levél, céges papíron hosszában keresztbe hajtva. 21,5 x 14 cm-es méretben, géppel megcímezett, egyetemi körbélyegzővel lebélyegezve, hosszúka 24 x 10,5 cm-es borítékban.

augusztusában megrendezett első Hortobágyi Természetvédelmi Kutató Tábor is, amely azóta is töretlenül végzi munkáját a Hortobágyi Nemzeti Park területén. A biológia szakkör is átalakult Jermy Gusztáv bioszféra szakkörre, majd később a nevet megtartva bioszféra oktató központtá.

E jellegváltás következtében már nem volt értelme a megkezdett levelezés folytatásának. Szakmai kérdésekben hiába is próbáltunk volna bármit is kérni, egyenlőtlen partnerek között minden dialógus felesleges igyekezet. Mi csak arra voltunk kíváncsiak, hogy ez a nagy formátumú humanista tudós mit üzenhet, mit tanácsolhat a ma és a jövő emberének ebben az értékszavas, vészesen felgyorsult, nehezen követhető világunkban.

És erre választ kaptunk. Ahogy a Szent-Györgyi Alberttel folytatott levelezés, úgy a Selye Jánossal megszületett levélváltások is maradandó emberi értékeket képviselnek. Ennyi idő után is töretlenül vallom, hogy intelmei, tanításai számos kérdésben ma is mértékadóak. Erről egykori tanítványaim is hasonlóan vélekednek, hiszen ez volt ennek a levelezésnek is az egyik legfőbb haszna, hozadéka.

### Ajándékként egy igazi meglepetés

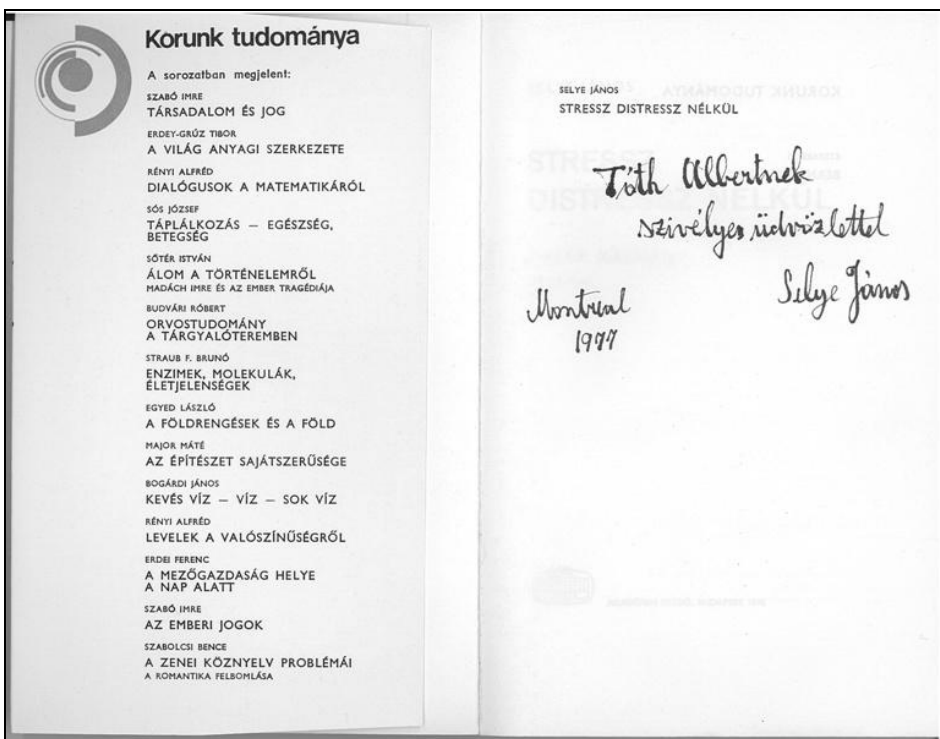
Amikor az Akadémiai Kiadó 1976-ban megjelentette Selye János „*Stressz distressz nélkül*” című munkáját, annak előtte a levelezést már befejeztük.<sup>23</sup> A könyv viszont tematikailag szerves folytatása volt az előbbieknél. „*A stressz az élet sava-borsa*” – mondja Selye János professzor, de mit tegyünk, ha a megoldhatatlannak tűnő kérdésekkel állunk szemben? Erre keresi a választ a világhírű szerző, a stressz-elmélet megalkotója.

A szóban forgó könyvet, amint hírért vettem megjelenésének, természetesen azonnal megvásároltam. Hónapokkal később azonban igazi meglepetés ért, levél érkezett Kanadából. A nagy borítékban a „*Stressz distressz nélkül*” című könyv dedikált példánya volt: „*Tóth Albertnek szívélyes üdvözléssel Selye János Montreal 1977*”. Vagyis az ekkor már közel hetvenéves Selye János – megszerezve a magyar nyelvű kiadást – évekkel az utolsó levélváltás után, külön kérés nélkül, visszaemlékezve a szakkörös diákok leveleire és neki adományozott díjára, elküldte ajánlással ellátott könyvét a kisújszállási gimnázium tanárának.

Mi ez, ha nem az emberi nagyság valódi tanpéldája! Egy világhírű humanista tudós így tekinti „*partnerének*” még évek múltán is egy vidéki magyar középiskola, fiatal tanárát...

---

<sup>23</sup> SELYE János: *Stressz distressz nélkül*. (Ford.: Mészáros Károly) Bp. 1976.



A „Stressz distressz nélkül” című kötet Selye János által dedikált példánya<sup>24</sup>  
(A szerző gyűjteménye)

<sup>24</sup>

A „Stressz distressz nélkül” című könyv küldeményének borítója 34 x 21,5 cm-es méretű barna színű vastag karton boríték volt, öt helyen tűzőgép kapocsal lezárva. Géppel megcímezve: Mr. Albert TOTH, egyetemi körbányegzővel lebélyegezve, légi küldeményként feladva, TEAR STRIP OPENER ON BACK.

ALBERT TÓTH

DER BRIEFWECHSEL EINES LEHRERS AUS KISÚJSZÁLLÁS MIT  
JÁNOS SELYE

János Selye war eine der bedeutendsten, auch weltweit anerkannten Persönlichkeit der Medizin des 20. Jahrhunderts ungarischer Herkunft. Er wurde am 26. Januar 1907 in Wien geboren und starb am 16. Oktober 1982 in Montreal. Er erwarb 1929 an der Prager Universität sein Diplom für Medizin, dann zog er 1931 in die USA, später nach Kanada um, wo er zum Professor für Biochemie und für Experimentsmedizin wurde. Er erwarb sich mit der Erfindung der Stress-Theorie die Weltberühmtheit. Der Kern seiner Theorie ist, das Lebewesen die auf ihn erreichenden Bedrohungen mit einer Alarmreaktion reagiert, seine Reserven und hormonale Kraftquellen in Bewegung bringend. Der Stress bedeutet eine positive Erkämpfung, auf seine dauerhafte Wirkung können aber zugleich Ausschöpfung und zahlreiche psychosomatische Krankheiten auftreten. In unserer hektischen, mit Spannungen belasteten Welt bekam die Erfindung der Stress-Theorie eine besondere Bedeutung. Einerseits gab er der Medizin des 20. und des 21. Jahrhunderts eine riesige Anregung, andererseits spielt er auch im Alltagsleben eine ebenso große Rolle wie soll er bei der Ausstattung der Krankheiten und ihrer Bewältigung ein aktiver, einflussender Faktor sein.

Die Ergebnisse der Forschung von János Selye blieben nicht innerhalb der Wände des Laboratoriums. Der Wissenschaftler großer Bildung hat zielbewusst danach gestrebt, dass er mit seinen Vorlesungen, Vorträgen und Schreiben auch die aus der theoretischen Kenntniss des Stresses ergebenden praktischen Bezüge klar machen soll. Von der Verbindung zwischen dem Stress und dem Alltagsleben ausgehend versuchte er auch Ratschläge zur „Lebenskunst“ zu geben. Seine weisen Mahnungen und seine guten Ratschläge haben sich in erster Reihe darauf gerichtet, wie wir uns mit der Selbstheilfähigkeit des Organismus den Rhythmus des heutigen verschleunigten Lebens harmonischer anpassen könnten.

Der von seiner Heimat früh weit entfernt gekommene Professor János Selye blieb bis zum Ende seines Lebens seinem Heimatland treu. Das versucht auch die Quellenveröffentlichung klar zu machen. Zwischen dem in Kanada lebenden weltberühmten Professor und dem begeisterten jungen Lehrer aus Kisújszállás fing ein mehrere Jahre langer Briefwechsel in den 1970er Jahren an. Im Laufe des vor beinahe vier Jahrzehnten begonnenen, unter den eigenartigen Voraussetzungen des Kádár-Systems stattgefundenen Briefwechsels wurde auf das ethische Denken des für die Zukunft sich verantwortlich fühlenden Wissenschaftlers und auch auf seinen in die junge Generation gesetzten Glauben

ein Licht geworfen. Der behandelte Briefwechsel könnte nach beinahe vier Jahrzehnten als provinzielle Angelegenheit betrachtet werden, aber er ist nicht es. Er ist ein Zeitdokument historischen Wertes, das von der richtigen menschlichen Würde, von der Ehre, der menschlichen Größe und der Heimatliebe zeugt.