



Csernus Imre: „A változás fájdalommal jár”

2013 július 20. Flag

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

• [0](#)

értékelve

Még nincs

Mérték

Ha valaki, akkor dr. Csernus Imre tudja, miben méri a változást: számtalan szenvedélybeteget kísért a gyógyulás útján, de saját sorsában is megtapasztalta, mit jelent tanulni, hibázni, elbukni és újjászületni. Ezért most újraírta legendás könyvét.

Amit a díler nyújt, az rövid távon örömmel látszó illúzió, amely soha nem lehet a tied, hosszú távon meg nagy fájdalommal jár. Amit én kínálok, rövid távon irtózatossá válhatsz, hosszú távon viszont nem illúzió, hanem a harmónia felé vezető út. Tudom, mert magam is ezt járom, az állandó változás útját taposom. Nemrég újragondoltam annak a fiatal orvosnak a sorait, aki nyolc évvel ezelőtt voltam. Azt hittem, nagy kaland lesz a múlttal való szembenézés. De nem az volt. Keményen megdolgoztam vele.

Változás. Mit jelent ez számomra, ha az elmúlt nyolc évre visszatekintek? A legnagyobb változásom talán az, hogy akkor egy dühös ember voltam, ám eljött a pillanat az életemben, amikor elakadtam, fel kellett tennem magamnak a kérdést: ami korábban működött, az most miért nem? Segítséget kellett kérnem, válaszokat kerestem, és sok mindent meg kellett tanulnom önmagamról, saját személyiségemről, a másik ember elfogadásáról, tiszteletéről. De hasznomra vált, az évek során megszerzett tudást ma már koncentráltan tudom használni, s ahogy a dolgok a helyükre kerültek, úgy kezdett el a belső békém is fokozódni.

Amiben most hiszek és amiben nyolc éve hittem, az ugyanaz, de már tiszteletben tartom a másikat.

Pontosabban annyi tiszteletet adok neki, amennyit ? ad önmagának. Ma már nem frusztrál, elfogadom, hogy amikor dolgozom, egy eszköz vagyok. Persze a meglepetés magatartás mit sem változott, a vulgaritással is élek néha, ami szándékosan használt eszközöm. De ebben nem a bántás a lényeg.

„A választás meglepte és lehetősége... Ezt sokan elfelejtik, el akarják felejteni. Nem akarják meglátni, hogy ott van el?ttük meglátni, vagyis nem merem meglátni. Görcsösen ragaszkodtam az adott álláspontomhoz, miközben ott volt a másik is. Rá én tanulópénzem. (...) Ha az emberek igazán szembenéznek önmagukkal, rájönnek, hogy tele vannak játszmákkal és önbizalmi hiánnyal. És ha ezeket a hazugságaimat átlátom, és hangosan kimondom ?ket, akkor belépek a fájdalomba. Csak részlet dr. Csernus Imre Drogma című újraindított könyvéből.”

A nyolc év során sok minden történt, sok változást éltem át, bezárták Lipótot, de a magánéletemben is sok mindenben keresztülmentem. De elbúcsúztam az életem ezen szakaszától. Béke van bennem. Megtanultam megélni azt, ami van. Kihasználom a pillanatot. A cél, hogy meg?rizzem azt, amit most felépítettem. Ma a Budai Egészségközpontban dolgozom, többek között élsportolók mentális felkészítésével foglalkozom, illetve a szenvedélybetegség számára életre hívott alapítványom továbbra is működik.

Nyolc évvel ezelőtt leírtam azt a mondatot, hogy „Jól érzem magam így”. Ez hazugság volt. Most már tudom. Ezekkel az eszközökkel kompenzáltam a bizonytalanságomat, mert akkoriban nem hittem eléggé önmagamban. Emberként, férfiként nem volt elég önbizalmam. Nem ismertem egy sor olyan törvényt, amit ma már igen. Például azt sem, hogy mindenki annyi tiszteletet, megbecsülést kap másoktól, amennyit önmagának ad. Sem azt, hogy az önbizalom megszerzése kemény munka, amikor – akár nap, mint nap – a félelmeimet gy?zöm le. A tengert a mai napig szeretem, de már tudom, hogy nem lesz soha az otthonom. Régen még azt hittem. Menekültem. Ékszer alig hordok, az utóbbi id?ben néha egy nyakláncot. A tetoválásomra viszont mind a mai napig büszke vagyok. Azt soha nem bántam meg. Kétségtelenül dolgozik az egóm, de ezzel úgy érzem, senkinek nem ártok. Emberből vagyok és változom.

Csernus Imre - noklapja.hu

[Tweet](#)





Raffay Ernő ajánlásával
Kortörténeti dokumentumgyűjtemény,
készült jelképesen **1919** sorszámozott példányban

Hangoskönyv CD melléklettel

NYOTAR MENEDZS
KÖNYVTERV

The banner features a red background with a black fist icon on the left. It displays a book cover titled 'A változás fájdalommal jár' and a CD case. The CD case has a portrait of a man and the text 'ERŐS ÖRÖK' and 'ERŐS ÖRÖK'. A circular logo on the right contains a white fist and the text 'NYOTAR MENEDZS KÖNYVTERV'.

Ajánló