

Csernus Imre - „Fogadalmak helyett engedj a pillanatnak!”

2012 január 01. Flag

Szöveg méret

90
Mentés

- 0

Értékelés kiválasztása
Még nincs értékelve

Mérték

Nem könny? hónap a december – nemcsak a szeretet, de a súlyos felismerések id?szaka is. Az év méltó zárásáról dr. Csernus Imre mesél.

Bizonyos szempontból furcsa, de a karácsony a legstresszesebb hónap, ami a házasságoknak, párkapcsolatoknak nem tesz túl jót, decemberben több a felek közötti nézeteltérés, mint az év bármelyik más id?szakában; naponta legalább négyszer összezörrennek valamin, ami akárhogy is nézzük, százhuszonnégy veszekedést jelent az ünnepi hetekben. Az anyagiak, a munkahelyi gondok és a családi logisztika a viták leggyakoribb tárgya, hatásukra nagyon sokakban komoly és súlyos döntések születnek. Emberek elválnak, felmondanak, országot váltanak, és szomorú, de az öngyilkosságok száma is megugrik. Hogy miért van ez? Miért bír ilyen különös jelent?séggel ez az id?szak?



Egyrészt a katolicizmusnak köszönhet?en rögzült bennünk, hogy ez a szeretet, a csoda, az összetartás, a család ünnepe, másrészt ez az a hónap, amikor az emberek nem tudnak elmenekülni a problémáik el?l. Ilyenkor jellemz?en nincs munka, a barátok sem nagyon érnek rá, nincs túl sok opció arra, hogy a gondok el?l elszaladjon az ember. Hirtelen magára marad, pontosabban kettesben az addig sz?nyeg alá söpört problémákkal, hazugságokkal, ámításokkal, amelyek megoldása alól a hétköznapok során felmentette magát.

A szeretet ünnepén azonban mindez váratlanul – de törvényszer?en – a felszínre tör, az ember szembesül saját gyávaságainak hosszú, nagyon hosszú listájával: rájön például arra, hogy nem a megfelel? munkát végezi, hogy boldogtalan, kielégítetlen, kiégett, magányos, szerencsétlen, vagy mellbe vágja a felismerés, hogy a párkapcsolata nem az igazi. Sokan ilyenkor kérdezik meg maguktól: Ki ez az ember itt mellettem? Mit keresek én ebben a házasságban? És sorolhatnánk hosszasan a fájdalmas bels? párbeszédeket. Nincs menekvés, karácsonykor b?ven jut id? átgondolni mindent, s mivel ez legtöbbször nem egy kellemes folyamat, a pasik italba, a n?k a sírásba menekülnek – ami persze nem old meg semmit sem.

Mindennek tetejébe itt az év vége is, ami menthetetlenül a számvetés, a visszatekintés, és persze a komoly fogadalmak id?szaka is egyben, ami nagyon nem könny?. Nehéz szembesülni azzal, hogy az id? múlik, hogy egy csomó dolgot elszúrtunk; rossz konfrontálódni a negatív dolgokkal. Ráadásul a nagy elhatározások, fogadalmak nyomasztják is az embert, és amit én látok, hogy legtöbben fogadalmaikat er?b?l vagy dühb?l teszik, ám az indulat által generált elhatározásokat a többség nem tartja be. Én azt gondolom, hogy az év végi nagy és érzelmes számvetés helyett végezzünk napi, pontosabban pillanatnyi visszatekintést – kezdjük el például még ma. Nem olyan nehéz feladat ez, mindenki pontosan el tudja dönteni, hogy aktuálisan mi volt a jó, és mi volt a rossz. Csak merjünk kíméletlenül ?szinték lenni magunkhoz! Ha ez megvan, akkor nem lesz semmi baj.

Sikeres visszatekintést és boldog új évet kívánok!

N?k Lapja Café - www.noklapjacafe.hu



Ajánló