



Sós Ferenc Felépülőben lévő terápiás munkatárs

Budapesten születtem, és azóta ott élek.

Egyedüli gyermekként nőttem fel egy anyagilag biztonságos, de érzelmileg már sokkal kevésbé támogató és elfogadó családi környezetben. Sokat voltam egyedül, gyakran éreztem magam magányosnak. A túlzásokra, mértéktelenségre való hajlamom már gyermekkoromban megmutatkozott. Teljesen bele tudtam feledkezni abba, amit élveztem, amit szívesen csináltam. Kezdetben játékba, sportba, később vásárlásba, munkába, evésbe, ivásba.

Kortársi közösségekben jól feltaláltam magam, de valahol mélyen volt egy olyan érzésem, hogy „más” vagyok, kívülálló.

Szeretem az intenzív érzéseket és élményeket, a kihívást, a mámort. Sokféle eszkööm és technikám volt és van, amivel ki tudok lépni a „szürke hétköznapi” élmény- és érzésvilágából.

Időnként fogyasztottam alkoholt is kisebb és nagyobb mennyiségben, ezenkívül hasonló módon használtam más tudatmódosító szereket is. De vannak más módszereim is, amivel a szervezetem állítja elő adrenalin- és endorfintermeléssel a módosult tudatállapotot. Sajnos ezek a dolgok egyre kevésbé adták azt az élményt, amit a kezdetekben, és egyre több problémát okoztak. A mámor helyét egyre inkább átvette a szenvedés.

1996-ban rátaláltam azokra az önsegítő csoportokra, ahol sok hozzám hasonlóan „más” embert ismertem meg. Közülük a legtöbben megtalálták a megoldást pusztító szenvedélyük megfékezésére, megszüntetésére. Közöttük ez nekem is sikerült. Azóta is rendszeresen járok ezekbe a közösségekbe. Az ott folytatott beszélgetések, tapasztalatcserék, az a sok ezer óra segített hozzá azokhoz az ismeretekhez, tapasztalatokhoz, amivel ma rendelkezem. Az elmúlt közel húsz évben az ország egész területén látogattam ezeket a csoportokat, és működtem közre ilyenek létrehozásában. Kezelőintézetekben, kórházakban, börtönökben, terápiás helyeken beszélgettem azokkal, akiket szenvedélyük oda juttatott.

2013-ban kerültem kapcsolatba a Hivatásörző Házzal. Azóta itt is dolgozom azon, hogy a Házhöz segítségért forduló is megtalálják a megoldást függőségükre.

Jelenleg egyéb tevékenységeim mellett teológiát hallgatok a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Hittudományi Karán. Így a teológia nyelvét is használva nagyobb eséllyel találjuk meg a közös hangot és nyelvet a Házhöz segítségért fordulókkal. Sok más mellett azon munkálkodom, hogy

ők is ráataláljanak a lakókörnyezetükben működő valamelyik önségítő csoportra. Segítve ezzel a későbbiekben is megőrizni a Házban megalapozott józan, káros szenvedélyektől mentes életvezetésüket.

Budapest, 2020.04.28.

Sós Ferenc