



Halottak Napja



Ercsi úti temető – urnasírok

November elsején a holtak városában megszépülnek a végső nyughelyek, hófehér krizantémok nyílnak a sírhalmokon, s este mécsesek gyúlnak a fejfák tövében. A halál földi mezsgyéjét élők lába tapodja, s ki-ki könnyekkel küszködve, vagy csak magába mélyülten idézi fel elhunyt szerettei arcát, a közös emlékeket, s meggyújtja az emlékezés mécsesét.

Ercsi úti temető. Hat óra van. A vöröslő nap a színes bogyókat



Ercsi úti temető – kolumbárium

termő bokrok tetején ül, majd a fák törzsén felkúszva a kopár ágak hegyén pár pillanatra megpihen, s az utolsó fogódzót is elengedve tétován égi útjára indul. A sírhalmok között hajnal szülte párapamacskok, a nyúlánk árnyak gyászszalagként a sírokra vetülnek. A temető megbontott drótkerítésén át idősen néni botorkál. Korán kezd, sok halottja van. Őt egy makói család követi, sietnek, mert még mennek tovább. Később egy anyuka jön, hat év körüli kisfiával kézen fogva, egy kamaszlány a nagymamáját kísérté el. Magányos férfi levett kalappal a kezében imádkozik. Két hatvanas éveiben járó asszony kapával-gereblyével rendezi a sírt. Az egyik sírbolthoz Audival érkezik a család, aranyozott fenyőtoboz-kölményt hoznak az elhunytaknak.

Ahogy oszlik a homály, mind többen lesznek. Tíz óra után már hömpölyög a tömeg. Nézem az embereket, némelyik komoly arcot ölt, mások szomorúak, olyik magában beszél, van, aki nevetgél, vagy közömbösen sétál. Fiatalok és idősek, szegények és tehetősek, hívők és nem hívők, virággal vagy koszorúval, zokogva vagy könnyek nélkül járvák az utat. Van, aki egyedül jön, van, aki családdal, s van, ahol az egész rokonság összeverődik.

Többekkel beszélgetek a temetésről, a halál utáni életéről,

ről, a remélt túlvilági találkozásról, a majdani feltámadásról. A másvilágról és az örökkévalóságról alkotott elképzelések között nagyon sok volt a hasonlóság. Az inkább csak a részletekben megmutatkozó különbségeknek is inkább a gyermekkorban nagyszülőktől hallott hiedelmek, babonák, mesébe ágyazott történetek, az iskolázottság, az elhunythoz fűződő érzelmi viszony az oka, mint a felekezet szerinti hovatartozás.

Crossfit Magyar Bajnokság

Érdi csapatarany

Európa egyik legnagyobb crossfit versenyét rendezték október 15-16-án a Fitparádé keretein belül. A kétnapos versenyen csaknem száz hazai és külföldi versenyző lépett a nagyközönség elé, hogy négy kategóriában és több korosztályban kiderüljön, ki a „Leg fittebb ember/csapat Magyarországon” és ezzel a magyar bajnoki cím birtokosává is váljon.



A dobogó tetején az érdi Testakadémia csapata

A testedzés alapelvei nagyon hosszú ideig a funkcionális edzésre épültek. Ha használtak is a régi idők sportolói edzéseszközöket, például súlyokat, törekedtek a teljes test edzésére, és feladataik főleg a sok izmot és ízületet megmozgató gyakorlatokra épültek. Az 1930-as évektől kezdve a folyamatosan nyíló edzőtermek célja a elsősorban a profitszerzés volt, amihez a legtöbb embert kellett megmozgatni, legkevesebb idő alatt, minél kevesebb edzővel, és minél biztonságosabban. Ez a folyamat vezetett a gépek

elterjedéséhez. Ez a tendencia tartott az 1990-es évek végéig, amikor újra elkezdett erősödni a funkcionális edzést pártolók tábora. Még nagyobb lendületet kapott ez az irányzat, amikor a „300” című film színészei crossfit módszerekkel készültek fel, azaz: nagy intenzitású rövid edzéseket vezettek, teljes testes edzést végeztek, amelyek nincsenek szétbontva külön izomcsoport-napokra, és egyszerű eszközöket használtak (gyűrű, ugrókötel, traktorgumi), nem pedig gépeket. Az eredmény lenyűgöző volt.

Kunbaracson jártak az ÁlomÉpítők



A Viasat3 sorozatának következő epizódjában Kunbaracsra látogatott el az ÁlomÉpítők csapata: egy nyolc gyermekét egyedül nevelő asszonynak segítenek.

Katalin és családja életében sorban jöttek a megpróbáltatások: az albérletük három éve leégett, mindenük odalett. A kunbaracsi polgármester felajánlotta nekik az ottani pedelluslakást, de mivel az iskolát be kellett zárni, így a lakhatásuk is veszélybe került. Két gyerek is súlyos betegséget kapott időközben, ők rendszeres kórházi ápolásra szorulnak. A rengeteg probléma ellenére Katalin és gyermekei pozitívan élnek meg a hétköznapiakat, vidámak, boldogok, örülnek az életnek. – Váratlanul ért minket ez a lehetőség, nem számítottunk rá. Az élet persze nem lett könnyebb, de azt mondhatom, hogy egy gonddal kevesebb van

– mondja Katalin. – Azt, hogy mit éreztem az új otthonunkat látván, szavakkal nem lehet kifejezni. Ha adnak az embernek egy pohár vizet, azt is megköszöni, mit mondjon akkor, ha egy új otthont adnak a családjának? Köszönöm!

Katalin rengeteget dolgozik, hogy eltartsa a családját, emellett amit lehet, megtermel saját kertjében, állatokat tart. – A gyerekek rengeteget segítenek nekem, ami nagyon boldoggá tesz. Az új otthonnal talán az ő vágyaik is egy lépéssel közelebb kerültek: Zsolti fiam rendőr vagy tűzoltó szeretne lenni, Vivien kárpitosként dolgozna.

Katalin és családja történetét, az új otthonuk kialakításának nehézségeit és az átadás boldog pillanatait az ÁlomÉpítők legújabb adásában, november 3-án, csütörtökön 22.10-től láthatjuk a Viasat3 műsorán. Az ismétlés vasárnap 15.55-től.

Csapatbajnoki eredmények:

1. Testakadémia, Érd
2. Beast & Barbells
3. Cosmo Fehérvár.
- ...
7. Testakadémia Érd II.

Egyéni női eredmények:

1. Tóth Frida – (Fusion Gym, Szolnok)
2. Néma Veronika – (Kettlebell Győr)
3. Kocsis Kata (Beast & Barbells, Cegléd)
- ...
5. Simon Viktória (Testakadémia Érd)
- ...
8. Rózsa Kata (Testakadémia Érd)
- ...
11. Mina Éva (Testakadémia Érd)

Egyéni férfi eredmények:

1. Kovács Lacey – (Beast & Barbells, Cegléd)
2. Sulyok Dávid – (egyéni induló)
3. Horváth Gergely – (HITS GYM Budapest)
- ...
14. Csont László – (Testakadémia Érd)

Az érdeklődőket várják következő versenyükre, amelyet 2011. december 17-én rendeznek. További információk a www.testakademia.hu honlapon található.

2011. november 9. (szerda) 18.00
Munkácsy Mihály Művelődési Ház
2045 Törökbálint, Munkácsy Mihály u. 83.
Telefon: 06 23 999-250

Kárpáti Péter
(Gál György Sándor könyve alapján)

Ibolyák

zenés színdarab
Honihy Hanna szerelméről

Hanna: **RÁK KATI**
Pista: **BUCH TIBOR/HOMPOK TAMÁS**

Jegyár: 1 500 Ft
Jegyek a helyszínen válthatók!

www.turayidaszinhaz.hu