

merés, együttműködés, megtartás, öröm... érzését. Idővel eljutunk az önismeret mélyebb ösvényeire, többnyire már felnőttként. Újra megtanulunk együttműködni önmagunkkal, majd társainkkal.

Rengeteget lehet erről írni. Dupla Rák horoszkóppal ma már jobban értem a saját működésemet.

Tudom és érzem, miért fontos nekem a közösség, a közösségem sz-építése, értem, hogyan lehetek

önmagammal egyre tisztább egységben, és hogy a tudatosságnak mennyire fontos szerepe van a közösség felépítésében, működtetésében.

Mai napság, amikor a világ nagy része válságot él meg, mi varázslatos folyamatot élünk, hogy mindenki egyetlen „sejtként” hogyan tud Szervezetté, Közösséggé összekapcsolódni.

**Tófalvi Erzsébet**

Folytatjuk a következő cikket: A közösség jelentősége a hétköznapiakban

**Kapcsolódási lehetőség:**

FB/Tófalvi Erzsébet  
LEMangURIA Élettánc Test-

és Érzelmi Tudatosság –  
Önismereti kiscsoport

MaG DaNa Meditációs Kör  
Szakrális Női Kör

Naturszundi gyógyhatású  
tönkölypelyva párna  
Manufaktúra

# Varázslatos sífesztivál a Viadalban

Micsoda csoda! Aprók sí bemutatója, nagyobbak síversenyének látványa kápráztatta el a szülőket, nagyszülőket, régi tanítványainkat, vendégeinket. Köszönjük, hogy *Dömötörné Papp Hargita* képviselte Budakeszi Önkormányzatát.

Mi történt 2021.december 4-én a Viadal Sport Egyesület tanpályáján? Megtartottuk hagyományos sínapiját, a sí sport népszerűsítésének napját, bepótoltuk a Covid-járvány miatt elhalasztott Viadal-kupa versenyünket. Ünnepeltünk, együtt örültünk, együtt sportoltunk.

Advent az egyik legnagyobb ünnepre készülődés ideje. Mi a várakozás, csendes készülődés idejét egy kis harosány sport ünneppel párosítottuk. Ott gőzölgött a forró tea, a szülőket által készített fantasztikus sütemé-

nyek hívogattak, de először mindenki a versenyre koncentrált. Minden síbajnok a legjobb időt szeretné elérni. Korosztályonként folyt a verseny, nagy volt az izgalom.

Az eredmények hirdetésekor a dobogón sok-sok boldog arc tükrözte az éremszerzés örömét. Gratulálunk *Lázár Dániel* győzelméhez, ő vihette el a legjobb időeredményért, a pályacsúcsért járó kupát.

Az izgalmak után jólesett a „terüj-terüj asztalkám”-at körül állva majszolni a mennyei süteményeket. Köszönjük a szülők fáradozását.

Másnap a Mikulás is ellátogatott hozzánk, hiszen csupa lelkes sportszerető, jó gyerek jár közösségünkbe, megérdemelték a kis meglepetés ajándékot.

**A Viadal SE vezetősége**

