**Kedves Sportszakkörösök!**

Folytatva az elmúlt heti gondolataimat, javaslataimat az egészséges életvitelhez, a sikerek eléréséhez, most arról tájékoztatlak benneteket, ami annak idején számomra nagy hatással volt. Példát meríthettem belőlük.

Igen, mindig kell ötleteket, gondolatokat kölcsönözni olyan elismert, a szakmai és sport területen kiemelkedő, sikeres emberektől, akik képesek is voltak az ő tevékenységüket, sikereikhez vezető útjukat leírni. Ezzel az utókor számára is példát mutatni.

Egyik ilyen személy volt számomra **Grosics Gyula**, akit aktív sportoló korában a világ legjobb focikapusának tartottak a szakemberek, az újságírók…stb.

Néhány információ róla:

- Ő volt az ún. Magyar aranycsapat, a válogatott kapusa.

- Fekete párducnak is nevezték, mert fekete sportszerelésben védett.

- Újat hozott a labdarúgás kapustevékenységében: ő volt az, aki először nem csak a gólvonalon állva próbált kiemelkedőt nyújtani, hanem ha kellett, a tizenhatoson kívülre is kifutott és ezzel akadályozta meg az ellenfelet a gólszerzésben. Tehát Ő egy új dolgot is hozott a sportba. **Gondolkodott,** nem csak elvégezte, amit tanítottak neki. 88-szoros Magyar válogatott volt, ami azért is nagy szó, mert abban az időben, amikor sportolt, jóval kevesebb volt a válogatott mérkőzések száma, mint manapság.

- Amiben még kiemelkedett: számára *a megelőzés* volt az egyik legfontosabb tevékenység**.** *Ugye, ma is milyen aktuális?* Sok mindent meg kell nektek is előznötök, mint a mostani legfontosabb, a covid. Azután a sérülések elkerülése. Hogyan lehet elkerülni? Speciális bemelegítéssel, megfelelő izomzat kialakításával a különféle sportmozgásokkal…. stb.

Grosics Gyula nem csak egyszerűen sportoló volt, hanem példakép lett.

Tudta, hogy ez felelősség is. Példát kell mutatnia. Hogyan? Tanította a fiatalokat edzőként, közben pedig könyvet írt. Pedig az nem egyszerű, ezt ti is gondolhatjátok. Átérezte, így tud segíteni a jövő generációinak. Azt is tudta, nem csak a sportolóknak mutat vele példát, ad ötleteket, hanem mindenkinek, aki érdeklődik az után, hogy ő maga is hogyan lehet sikeres ember.

Könyvének címe: „Így láttam a kapuból” . Olvasmányos, mert nem lehet letenni, ha elkezditek olvasni. Tanulságos, mert utat mutat másoknak ahhoz, hogyan is kell értékes emberként élni. Ezzel értéket teremtett.

Könyvében számtalan mérkőzés-sztori olvasható. Sok – sok olyan emberrel való kapcsolatát írja meg, akik példák lehetnek ma is előttünk. Nemzetközileg is elismert emberek, irodalmárok, politikusok, sportolók voltak.

Ő lett azután a *Budapesti Volán Sportkör elnöke*. Ez is elismerésre méltó, hiszen abban az időben, amikor a szocialista-kommunista szellem uralkodott, kevés nem a politikában rangos személy lehetett vezető. Természetesen közöttük is voltak elismert emberek, nem csak a politika részéről.

Grosics Gyula neve fényesen csengett az akkori világban. A szocialista szerkezet a kirakatába tette, tudva, hogy így érhetnek el elismerést nemzetközi szinten.

Akkor sokan disszidáltak a válogatott sportolók közül. Mégis büszke volt nevükre az akkori rezsim, hiszen Magyarországot reklámozták.

Grosics Gyula könyve azért is érdekes, mert számtalan olyan fotókkal is illusztrálta, melyek bizonyítékul is szolgálnak a leírt történésekhez.

Magam is sok-sok kapus fortélyt tudtam meg, ezeket olvasva, azután pedig edzésen gyakorolva sajátítottam el. Sokszor még az utcán edzésre menet, vagy onnét eljövet éreztem a látott mozdulatok végrehajtását a gondolataimban, a zsigereimben. Ilyen hatással van az emberre egy példakép!

Nektek van-e példaképetek? Miért választottátok? Milyen tulajdonságaiból merítettetek erőt céljaitok eléréséhez?

