

# Cronica de Bucovăț

Un ziar pe placul dumneavoastră

• Mai 2022 • nr. 34 • Anul IV •



## Comuna noastră, sub semnul înnoirii

### Stimularea spiritului civic și implicarea în viața comunității se face printr-o mai bună gospodărire

Voluntariatul și spiritul civic sunt elemente cheie într-o comunitate respectabilă. Pentru a-și dezvolta competențele sociale, nu doar tinerii, ci și persoanele trecute prin viață, e dorit să se implice în viața cetății prin faptul de a analiza, a

găsi soluții și a le pune în practică, evaluând apoi rezultatele și învățând din experiența trăită.

**Gheorghe POP**  
Primar  
**Ionuț Cristian LUDA**  
Viceprimar

Continuare în pag. 2

## Să ne întoarcem la rădăcini!

### Lecția de demnitate

Pe mine m-au crescut mâini muncite, cu noduri și bătăături. Nu au avut posibilitatea să îmi dea totul de-a gata, pentru că nu s-a putut; dar mi-au dat tot ce au avut, din tot sufletul. Și m-au învățat ce înseamnă să muncești, să te zbați, să îți dorești, să nu aștepti de la alții nimic, pentru că, cel mai adesea, aștepti în zadar.

Pe mine m-au crescut oameni care, toată viața lor, au știut să meargă mai departe, să strângă din dinți și să își lase destinul, acolo unde nu a depins de ei, în voia lui Dumnezeu.

Mi-au arătat ce sunt demnitatea, respectul și m-au învățat să nu renunț niciodată la mine însumi pentru alții. M-au învățat să am coloană vertebrală într-o lume plină de oameni care se înclină, de cele mai multe ori, după cum bate vântul. M-au învățat să nu mă închin decât în fața lui Dumnezeu.

**Aurel MILĂ**

## Scriitorul, în viața cetății

### Interviu cu Dumnezeu

- Ai vrea să-mi iei un interviu, deci... zise Dumnezeu.

- Dacă ai timp... i-am răspuns.

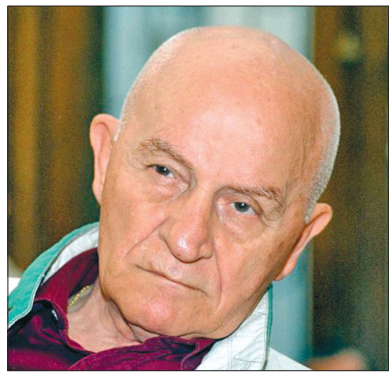
Dumnezeu a zâmbit.

- Timpul meu este eternitatea... Ce întrebări ai vrea să-mi pui?

- Doamne, ce te surprinde cel mai mult la oameni?

**Octavian PALER**

Continuare în pag. 2



## Punctul pe i

La 16 ani mi-am pierdut libertatea; la 24 de ani mi-am pierdut țara. În ultimii 60 de ani au apărut multime de știri triste din patria mea, povești despre violență, distrugere și ucidere, ce induce un sentiment de neputință.

Totuși, dacă lași tristețea să-ți copleșească mintea, îți distrugi sănătatea. Aici inteligența umană poate ajuta, pentru că reconsiderându-le, chiar evenimentele ce provoacă un sentiment de neputință și demoralizare pot fi folosite spre a construi puterea interioară. **(Dalai Lama)**

Cea mai primejdioasă temniță e aceea în care te simți bine; nu vei ieși niciodată din ea. **(Arsenie Boca)**

## Panoptic

### Retrăim vremuri demult apuse

La vreme de război și muzele tac. După doi ani de pandemie teribilă, cu viețile puse între paranteze, ne confruntăm cu realitatea agresiunii rusești în vecinătatea noastră. Un război absurd, atroce, în care mor - de-a valma - militari, copii, femei și bătrâni; un război despre care nu aș fi crezut vreodată că mai e posibil în contemporaneitate.

Dar iată că oroarea e mereu

posibilă, iată că fața oamenilor, fața istoriei nu se schimbă odată cu evoluția tehnologică. Vorbim de civilizație, însă fața din umbră a omului, instinctele lui sunt tot acolo. Desigur, am putea invoca violența capitalului, „logica” petrolului și a gazelor naturale, cele care trasează geopolitica mondială.

**Constantin JIHIȚA**

Continuare în pag. 2

## Istoria locală, izvor de cunoaștere

### Hronicul străvechimei noastre (VII)

În anul 1774, Șisvarul (Bucovățul de astăzi), situat în vecinătatea râului Bega, a fost inundat și, drept urmare, comuna a primit autorizație de strămutare pe un platou mai uscat, adică pe actuala vatră. Puținii locuitori din Crângul Cetățuicii, strămutați pe noua vatră, au întemeiat Ulița de la Pod. Alături de aceste familii puțin numeroase, s-au așezat câțiva refugiați din Oltenia, în grupuri compacte, pe strada a treia, formând Ulița Țăranilor, denumire care se păstrează și astăzi.



Continuare în pag. 2

**Prof. Ionuț Cristian LUDA**  
Viceprimar

## Amintiri, legende, tradiții, credințe

### Obiceiuri și sărbători de primăvară (III)

**Ghermanul.** În ziua de 12 mai, localnicii caută ocrotire de trăsnete și grindină. Biserica ortodoxă îl preamărește pe Sfântul Gherman, Patriarhul Constantinopolului, vajnic apărător al icoanelor și al credincioșilor în perioada iconoclasmului. Povestea vieții sale este tristă, însă puterea credinței i-a adus nemurirea.

**Aurel MILĂ,**  
Învățătorul satului  
Continuare în pag. 2



## Presă din S.U.A.: România, prima și cea mai veche civilizație a Europei

României i se recunoaște faptul că a dat start civilizațiilor lumii. Cultura Cucuteni a premers, cu câteva sute de ani, așezările umane din Sumer și Egiptul Antic. Populația aparținând culturii Cucuteni avea organizare protourbană, cu locuințe mari, cu vetre luminoase.

Specialiștii vorbesc despre cultul zeiței-mamă, dovadă fiind statuetele antropomorfe descoperite în localitatea cu același nume, situată în proximitatea Iașului. În locuințe au fost descoperite oase umane, posibilă mărturie că oamenii se îngropau la temelia caselor, în mod ritualic, fapt susținut și de absența necropolelor.



## Ars mundi

### Scumpă țară românească

de George Coșbuc

Scumpă țară românească,  
Cuib în care ne-am născut,  
Câmp pe care s-a văzut  
Vitejia strămoșească,  
Scumpă țară românească,  
Te salut!

Și-a mea frunte ți se-nchină  
Ca 'naintea unui sfânt,  
Căci, deși copil eu sunt,  
Inima de dor mi-e plină.  
Să te vad mereu regină  
Pe pământ.

Să ai viață de vecie,  
Să sporească-al tău popor;  
Sub stindardul tricolor  
Să nu vezi decât frăție,  
Și-atunci, dac-o fi să fie,  
Pot să mor!

### Tot ce-i românesc trebuie să piară?!

Există o vorbă care spune că dacă cineva îi face rău altcuiva trebuie să ne întrebăm cât bine a primit rățacitorul din partea celui lovit.

Cei care îi juraseră credință lui Vodă Cuza, în 1859, s-au adunat într-o coaliție monstroasă, având în substrat avantaje financiare, temându-se de reformele ce le-ar fi atins îmbuibarea. Prin urmare, ce au făcut? Au complotat împotriva celui mai mare reformator al societății românești din toate timpurile, forțându-l să abdice la 11 februarie 1866.



Alexandru Ioan Cuza și-a primit destinul cu împăcarea mioritică a baciului care, deși își știa sfârșitul, a ales să lase totul în voia soartei, convins de victorie prin renașterea poporului său.

Mă minunez în fața acestei atitudini cristice pe care o găsim la mulți alți bărbați de stat în istoria noastră.

Și a plecat în pribegie...



## Stimularea...

Urmare din pag. 1

Prin urmare, este imperios necesar ca atât școala, cât și administrația locală, să încurajeze elevii și cetățenii spre a se implica în acțiuni de voluntariat, dovedind, în felul acesta, spirit civic, responsabilitate și atașament față de comunitate.

De pildă, să fie încurajați în a participa activ la identificarea și rezolvarea aspectelor specifice localității prin idei, mini-proiecte, participare activă la curățenie și bună gospodărire. Vizăm, în felul acesta, perspectiva unei comunități curate, bine organizate și dezvoltate. După cum se poate observa, comunitatea noastră face pași importanți spre a deveni comună modernă, cu iz occidental. Ritmul dezvoltării cartierelor noi este unul dinamic, fapt ce se observă cu ochiul liber de către oricine locuiește aici, ori ne vizitează localitatea, prin apariția noilor microcomunități pe teritoriul comunei noastre.

Având în vedere aceste considerații, vă rugăm să înțelegeți că, din momentul mutării dvs în comuna Bucovăț, aparțineți acestei comunități nu doar numeric, ci și participativ, prin implicarea fiecăruia în a întreține casa, spațiul verde, strada la nivelul unei localități de rang european. Este o cerință ce derivă din propriul consimțământ, nu ca fiind impusă prin reguli venind de undeva, "de sus". Noi vă considerăm parteneri de dialog și de acțiune, dorind ca atitudinea aceasta să se reflecte în modul cum arată strada, cartierul, localitatea. Privind lucrurile din această perspectivă, vă îndemnăm să fiți buni gospodari, astfel încât frontul stradal să arate "ca la expoziție". Asta înseamnă să aveți grijă de spațiile

verzi din fața caselor, să tundei iarba, eventual să plantați flori, să întrețineți grădinile aferente caselor, să cosiți, repetat, parcelele destinate construirii viitoarelor case, să nu aruncați diverse obiecte pe spațiul public sau pe pășuni.

La urma urmei, toate acestea sunt aspecte ce țin de bunul simț al fiecăruia. Ba mai mult, vă îndemnăm să veniți cu sugestii privind eradicarea unor vechi obiceiuri nesănătoase privitor la murdărirea spațiului public, pentru că, în definitiv, aspectul localității ne privește pe toți.

Vă aducem la cunoștință că se apropie perioada când își face apariția Ambrosia artemisiifolia - buruiană invazivă cu efect alergic, nocivă pentru sănătate. Dacă pe domeniul public gestionarea și combaterea ambrosiei revine administrației publice locale, în ceea ce privește spațiile private, aveți îndatorirea să distrugeți această plantă prin smulgerea ei din rădăcină, cosiri repetate sau erbicide. Facem apel la buna înțelegere a fiecăruia dintre dvs, spre a nu fi nevoiți să luăm măsurile prevăzute de lege. Se vor face controale din partea forurilor superioare și nu dorim să aplicăm amenzi, considerându-vă parteneri de dialog, oameni de bună condiție civică.

Un alt aspect asupra căruia dorim să vă atragem atenția este faptul de a nu lăsa la voia întâmplării parcurile și spațiile verzi. Mereu găsim sticle, coji de semințe și alte deșeururi "scăpate" din mâna unora certați cu bunul simț. Ce exemplu oferim copiilor noștri? Dacă asta s-ar întâmpla în Germania, de pildă, primul cetățean din localitate ar anunța, degrabă, organelle competente, iar acela ar fi zdrăvăn amendat. Dacă tot ne dorim "o țară ca afară", să ne și comportăm ca atare. De acord?

## Obiceiuri...

Urmare din pag. 1

Pe vremuri, credincioșii îl țineau cu sfințenie, încredințându-i fiind că sfântul le protejează animalele și culturile de dăunători și vreme neprielnică. El reprezenta belșugul lanurilor. În semn de prețuire, de ziua lui, nu lucrau câmpul, cu coseau, nu spălau, nu făceau treburi casnice de niciun fel; nici măcar nu se pieptănau. Știți ce mult contează această încredințare că, astfel, îți aduci liniște în casă și seninătate în suflet?

**Înălțarea Domnului – Ispasul.** Această mare sărbătoare este la 40 de zile de la Paști și coincide cu Ziua Eroilor. Preotul pomenește în biserică sătenii căzuți pe câmpurile de luptă și sfințește coliva adusă de familiile acestora. Vă îndemn, dragii mei, să mergeți la biserică și să stăruiti în rugăciune pentru sănătatea voastră și a tuturor celor dragi. Și să aduceți un omagiu celor dintre ai noștri care au trăit momente dramatice pe fronturile celor două războaie mondiale, iar celor dispăruți să le dăruim ofranda noastră de suflet ca unora care s-au jertfit ca noi să fim și să rămânem o țară eliberată de rău, de ocupații străine. Să nu uităm că am avut parte, din nefericire, de o asemenea epidemie de ciumă roșie, cum n-am avut vreodată în istoria noastră. Dumnezeu să ne păzească

de boli, de răutatea din noi și de ocupația sovietică, acum și în veci de veci. Amin.

**Sfinții Împărați Constantin și Elena.** Este o sărbătoare importantă pentru noi, ortodocșii, prin faptul că împăratul Constantin a dat libertate creștinilor. Cum s-a ajuns la acest deznodământ? Înaintea luptei de la Pons Milvius (Podul Îngerilor), în anul 312, contra lui Maxentius, Constantin a văzut pe cer, ziua, o cruce luminoasă deasupra soarelui, cu inscripția "prin acest semn vei învinge". Noaptea, în vis, i s-a arătat Mântuitorul, cerându-i să pună pe steagurile sale crucea, ca semn protector în luptă.

Constantin a câștigat bătălia, iar, ca dovadă a credinței sale în ajutorul divin, a pus inscripția pe Arcul lui Constantin din Roma, ce există și astăzi, prilej cu care mărturisește că a câștigat lupta "prin inspirație divină". Un an mai târziu, emite Edictul de la Milan, prin care creștinismul devine "religie permisă".

În această zi nu se lucrează ogoarele, nu se dă cu sapa, nu se plivesc ierburile. Se spune că aceasta este ziua în care păsările își învață puii să zboare. De Sfinții Constantin și Elena, femeile dau cu tămăie și stropesc cu aghiasmă pentru a alunga duhurile necurate. Pentru sănătate și bunăstare, în ziua praznicului, unul dintre membrii familiei e bine să ducă la biserică trei bujori îmbobociți, flori de lămâiță, dulciuri făcute în casă și pâine.

## Retrăim...

Urmare din pag. 1

Cu orașe rase din temelii, cu amenințări nucleare. Însă, dincolo de toate, este oroarea stărnită de crimele pe care un dictator depășit de vremuri le săvârșește în Ucraina pentru setea lui de putere, de spațiu vital. Da, istoria se repetă.

Gazetăria și literatura sunt o marcă a civilizației umane, în dorința lor de a învinge timpul și a supraviețui răutăților lumii acesteia. Scrisul ne ajută să acceptăm perisabilitatea prin creativitate. Ele rămân, fără îndoială, una din cele mai puternice voci pacifiste de care dispune omul spre a nu capitula în fața nedreptăților comise de cei cu care ai conviețuit - mai rău sau mai bine - și e bine să nu lăsăm pândalnică jelanie să ne asuprească sufletește și spiritual ființa. Iată ce spune scriitorul rus (emigrat în Elveția) Mihail Șişkin: „Literatura se opune războiului. Ea exprimă nevoia omului de a iubi, nu de a urî”. Literatura transcende, într-o formă sau alta, pulsionile și instinctele primare ale omului, creează punți de universalitate între oameni și culturi, anulează intoleranța, rasismul, șovinismul, precum și alte forme de ură colectivă.

„Războiul este un loc în care tinerii, care nu se cunosc și nu se urăsc, seucid, prin decizii ale unor bătrâni care se cunosc și se urăsc, dar nu seucid”.  
(Erich Hartmann)



## Interviu...

Urmare din pag. 1

Dumnezeu mi-a răspuns:

- Faptul că se plictisesc de copilărie, se grăbesc să crească... apoi tânjesc să fie iarăși copii; își pierd sănătatea pentru a face bani, apoi își pierd banii pentru a-și recăpăta sănătatea. Faptul că se gândesc cu teamă la viitor și uită prezentul; în felul acesta, nu trăiesc nici prezentul, nici viitorul; trăiesc ca și cum n-ar muri niciodată și mor ca și cum n-ar fi trăit.

## Hronicul...

Urmare din pag. 1

Prima dată, **țărani** s-au așezat în hotarul satului, mai precis pe malul pârâului Bistra, în apropiere de așa-numita zonă de Vezurieni, cunoscută de localnici cu numele de **Grădina Țăranilor**. Ei au emigrat în Banat pe la 1735-1740, din teritoriul cuprins între Tismana și Baia de Aramă, din Plaiul Cloșanilor, și s-au așezat în Banatul de munte, zona Bocșa Montană și Reșița. Au fost numiți **țărani** pentru că veneau din țară, adică din Țara

Dumnezeu mi-a luat mâna și am stat tăcuți un timp. Apoi am întrebat:

- Ca părinte, care ar fi câteva din lecțiile de viață pe care ai dori să le învețe copiii tăi?

- Să învețe că durează câteva secunde ca să deschidă răni profunde în inima celor pe care îi iubesc și că durează ani pentru ca acestea să se vindece; să învețe că un om bogat nu este acela care are cel mai mult, ci acela care are nevoie de cel mai puțin; să învețe că există oameni care îi iubesc, dar, pur

Românească. O parte din ei s-au așezat și la Bucovăț.

Din perspectivă demografică, Bucovățul, comparativ cu satele limitrofe, a fost unul relativ mic, având 83 de familii, 3.411 jugăre și 927 de stânjani, pe când Bazoșul (atenție!, nu Bazoșu Nou, care a apărut mai târziu), ci Bazoșu Vechi de astăzi, ce aparține Orașului Recaș, avea, în vremea aceea, 114 familii, Jesswin (Izvin) avea 202 familii, iar Mochnicza (Moșnița Veche) număra 235 de familii.

În ceea ce privește raportul dintre populație și suprafață, Bucovățul se afla pe primul loc



„Putin – scrie Mihail Șişkin – i-a otrăvit pe oameni cu ură. Putin o să dispară, dar suferința și ura s-ar putea să dăinuie încă multă vreme. Arta, literatura, gazetăria pot ajuta la îndepărtarea acestei traume. Dictatorul își va încheia, mai devreme sau mai târziu, viața-i josnică și inutilă, dar cultura va continua – așa a fost întotdeauna, așa va fi și după Putin. Literatura nu trebuie să fie despre el, ea nu trebuie să explice războiul: de ce niște oameni ordonă unui popor să-l ucidă pe un altul. Literatura se opune războiului, exprimă nevoia de a iubi, nu de a urî.”

Privind în urmă, deși omenirea a cunoscut ororile nazismului și ale celui de-Al Doilea Război Mondial, iată că lumea reintră în atmosfera vremurilor de atunci, ea se potrivește vremurilor de azi - pandemice și războinice. Viața noastră s-a redus la „sfera privatului” în pandemie, iar noi ne-am retras în bulele izolării. Și poate că cel mai rău dintre toate e celălalt rău: violența „ideologiei” în războiul Rusiei lui Putin împotriva Ucrainei.

și simplu, încă nu știu să-și exprime sentimentele; să învețe că doi oameni se pot uita la același lucru și pot să-l vadă în mod diferit; să învețe că nu e suficient să-și ierte pe ceilalți, că trebuie să se ierte pe ei înșiși.

- Mulțumesc pentru timpul acordat... am zis umil. Ar mai fi ceva ce ai dori ca oamenii să știe?

Dumnezeu m-a privit zâmbind și a spus:

- Doar faptul că sunt aici, întotdeauna. Nu încetați să credeți și să sperați.

față de satele limitrofe. Analizând datele din acea perioadă, satul Bucovăț era o localitate mică din perspectiva numărului de case (avea 73 de case), pe când Bazoșul avea 141 de case, Izvinul 172 de case, Moșnița Veche 101 case, Ianoava 212 case.

În acele vremuri, multe localități apropiate se asociau pentru construirea de școli într-un loc potrivit și alcătuiau, în felul acesta, comune noi.

(Aceste informații au fost culese din **Monografia Comunei Bucovăț, scrisă de învățătorul Aurel Milă.**)



## Omule, tu ești primul tău medic! (Hipocrat)

## Pentru o viață echilibrată, gândește și mănâncă sănătos!

### ● Revino la realitatea chibzuită!

1. Renunță la alcool, tutun, carne. Nu consuma fast-food. În general, nu mănca orice și oriunde, este de dorit să consumi alimente vii, limită la carbohidrații, exclude zahărul. Nu mesteca gumă.

2. Curăță tractul gastro-intestinal. Este de dorit să faci o cură antiparazitară. Pe cât posibil nu apela la medicamente. În general, nu mai crede în boală, căci nu există. Gandeste pentru tine însuși!

3. Începe să-ți simți organismul. Corpul are propria sa voce și minte, și întotdeauna spune ce vrea și ce nu vrea. Trebuie să te înveți să-l respecti.

4. Zilnic (spre exemplu dimineața) fă gimnastică în fața geamului deschis. Uleiurile esențiale te ajută la însănătoșirea firii.

5. Mergi zilnic, în ritm vioi, timp de cel puțin jumătate de oră, de preferință cât mai departe de casă și mereu pe alt drum. Comunică cu natura. Concentrează-te pe respirație. Nu mai vizita mall-uri, stadioane, demonstrații, pub-uri și locuri aglomerate. Evită comunicarea inutilă.

6. Fă o revizie în dulapul de haine. Lasă doar

lucrurile practice și lejere. Scapă de cele inutile. Poartă cât mai puține bijuterii. Lanțuri, coliere, brățari, inele – toate acestea blochează fluxul liber al energiei.

7. Aruncă cuptorul cu microunde, nu te uita la TV. Scoate electrocasnicele inutile din casă. Vorbește cât mai puțin la telefonul mobil; închide-l în timpul somnului și al rugăciunii. Limitează timpul petrecut la calculator.

8. Fă ordine în cameră, în casă, în grădină. Înlătură lucrurile inutile fără milă. Spune adio la tot ce e rupt, spart, lipit, stricat. Ceea ce e la exterior, aceea e și în interior.

9. Iartă pe toată lumea și cere iertare de la toți.

10. Comunicarea cu animale, plante și copii mici este benefică.

11. Fii creativ. Scrie (de mână), desenează, fă avioane din hârtie, cântă, dansează, râzi din toată inima, ține legătura cu prietenii. Trăiește aici și acum.

12. Zâmbește. Oricui, oricând și oriunde.

## Senzațional! Civilizația strămoșilor noștri, superioară celei actuale

Zi de zi ni se comunică descoperiri științifice cu mijloacele moderne de care dispune cercetarea în timpurile noastre. Aflăm, astfel, că slăbina afumată, departe de a ne crea necazuri, este un antioxidant ce fortifică imunitatea. Consumată cu ceapă, la rândul ei conținând 58 de minerale, absolut indispensabile organismului, cu un pahar de țuică, efectele ei se dublează.

Afirmația că ouăle ar crește colesterolul este o prejudecată. Ele sporesc doar colesterolul bun (H.D.L.), cel de care organismul are nevoie.

Mămăliga combate obezitatea, îmblânzește anumite disfuncții ale tiroidei, cum ar fi îngrășarea, somnolența, lipsa de tonus fizic și mental, precum și gastrita hiperacidă, ulcerul, reumatismul, diabetul, menstruațiile cu sîngerări abundente, anexita și metroanexita, litiaza renală, hepatita.

Varza acră face adevărate minuni, la fel și castraveții murați. Însoțind o friptură de porc, asigură o bună digestie și o asimilare corespunzătoare a principiilor activi din alimente.

Salata verde conține toată gama de vitamine plus zinc, sodiu, potasiu, clor, sulf, calciu, molibden, seleniu.

Usturoiul e panaceu. Ardeul iute este o adevărată farmacie a inimii. Nu trebuie neglijate verdețurile și fructele. Ceea ce nu înseamnă să renunțăm la mâncărurile tradiționale: sarmale, răcitură, fasole boabe etc.

Alimentele acestea sunt, în același timp, remedii pentru o seamă de boli cronice, apărute de-a lungul anilor, datorită stresului, neglijării de sine, abuzurilor de toate felurile, dar și insuficienței unor compuși macromoleculari indispensabili sănătății.

Poate părea frapantă constatarea apărută, într-o revistă medicală din S.U.A., privitor la băutura populară a românilor: țuica. Ea e considerată, mai nou, medicament. Nu este nicio exagerare, studiile biochimicilor americani confirmând că bătrânii nu greșeau deloc atunci când alungau bolile cu tradiționala băutura-minune. Consumată cu moderație, ea combate cu succes bolile de inimă, de stomac și bilă, care ne fac viața grea pentru mulți dintre noi.



Care este secretul acestor vindecări miraculoase? Cercetătorii americani au descoperit că o enzimă prezentă în cactusul *Karroll viridis enoae* se găsește în cantități de opt ori mai mari în țuica de prune a românilor. Această substanță are rolul de a reduce depunerile de colesterol de pe artere, vasele ce transportă sângele către inimă, ea fiind prezentă în peste o sută de medicamente naturale cu rol în prevenirea aterosclerozei și a infarctului miocardic.

Un alt grup de cercetători, de această dată germani, a descoperit în țuică șase tipuri de substanțe ce hrănesc globulele roșii din sânge și cresc, cu 120%, viteza de producere a hemoglobinei.

Alt beneficiu al țuicii vizează reglarea funcțiilor hepatice grație conținutului de vitamine A, B, C, D1 și D2, nedegradabile termic și ușor de asimilat. Băutura-minune a românilor se recomandă în dischinezii biliare, disfuncții ale ficatului, provocate de o slabă irigare cu sânge a acestuia, ba chiar și în constipație.

Pentru efecte optime, țuica este indicată ca aperitiv, cu 10-15 minute înainte de masa de prânz și de seară (nicidecum la dejun), pentru că favorizează, în mai bună măsură, absorbția nutrienților din alimente.

**Nota bene.** Spre deosebire de medicamentele de sinteză, acestea nu au contraindicații, deci nu trebuie ascunse de copii. După ce ne-am convins, personal, de efectele benefice ale celor recomandate, nu ne rămâne decât să ne întrebăm ce fel de aparatură suprasofisticată aveau strămoșii noștri din moment ce se tratau cu aceste produse ale căror spectaculoase efecte medicina modernă le descoperă abia acum?

### În loc de concluzii

Cea mai rafinată desfătare pentru suflet, asemenea delicatelor culinare pentru stomac, e atitudinea iubitoare, blândă, neprefăcută față de cel care te-a jignit. Și mai rafinată e dacă reușești să-i faci un bine fără știrea lui. (Lev Tolstoi)

Uneori suntem atât de singuri, încât nici somnul nu ne mai vizitează. (un insomniac)

## Secretele celor care nu se îmbolnăvesc

Din tot ce am scris până acum, se poate înțelege deja care trebuie să ne fie stilul de viață, ce alimente, cum și cât să mâncăm, comportamentul pe care să-l adoptăm dacă vrem să trăim mult și bine. Acum, hai să vedem cum sunt cei care au ajuns la vârste înaintate:

### Sunt bonomi

Acești oameni sunt foarte buni și înțelegători, blânzi, optimiști, au umor, adesea sunt credincioși, promovează speranța în bine, au gândire pozitivă. Sunt oameni buni. Desigur, există și excepții...

### Sunt cumpătați

Privitor la dietă, ei consumă alimente naturale preparate cu mâna lor. Aceste persoane nu cumpără dulciuri sau alimente semipreparate, folosesc frunzele verzi ale zarzavaturilor și rădăcinile crude pentru condimentare, piperul îl macină din boabe. Mâncărurile le prepară în casă doar din fructe, legume și, uneori, carne (proaspătă), își fac pâinea în casă. Mănâncă puțin și cumpătat, menținând greutatea apropiată de cea ideală.

Mezelurile, margarina sau excesul de carne sunt excluse. Important! Aceste persoane preferă ceaiul verde (neîndulcit sau îndulcit cu miere) în locul cafelei, nu fumează și nu sar niciodată peste masa de dimineață, care, pentru ei, este... marele dejun.

Practică exercițiul fizic. Ei nu uită să facă mișcare. Preferă să plece la muncă mai devreme, astfel încât să meargă pe jos chiar și distanțe mari. Își urmează ritmul biologic. De asemenea, ei nu folosesc liftul chiar dacă stau la etajul 10. Mulți, însă, locuiesc în mediul rural, lucrează în grădină. Au plăcerea de a consuma alimente-medicament (ceapă și usturoi).

Pentru ei nimic nu trebuie. Fac totul cu plăcere, din convingere.



### Sunt prietenoși

Vizitarea prietenilor și a familiei, săptămânal, asigură confortul sufletesc de care orice om are nevoie. Sentimentul de apartenență la familie și la un grup de prieteni exprimă nevoia de comunicare, spre a se simți ajutat, protejat, ajutând la rândul său pe cei în nevoie.

### Au somnul „perfect”

Sunt persoane matinale, care își organizează timpul astfel încât să ducă la bun sfârșit în timpul zilei ceea ce și-au propus pentru a se putea culca devreme. În felul acesta, glandele endocrine și organele cu ritm nictemeral își exercită pe deplin funcțiile, corpul se odihnește și se regenerează. Aceste persoane par mult mai tinere decât sunt, ca înșurire de ani.

### Au stresul limitat

Ei au alt mod de a trăi, fără să se enerveze de orice, oricând pentru că au înțeles că există rezolvare pentru orice problemă fără să se streseze pe ei și pe cei din jur. Iar dacă acea problemă nu se rezolvă, se poate trăi și fără. Ei nu amână lucrurile, se simt mulțumiți la finalul zilei și lipsiți de griji pentru că au făcut ceea ce și-au propus. Valorile vieții pentru ei sunt în special cei dragi și timpul petrecut cu aceștia.

Consumă un pahar cu vin natural zilnic.

Aceste trăsături rezultă în urma studiilor privitor la longevivi.

Acad. dr. Ovidiu BOJOR

## Hai să zâmbim... serios!



## Test rapid PCR (Pălincă Contra Răceală), remediu natural anticovid 19

Conține extract de Prunus domestica, de la "laboratoare" cunoscute

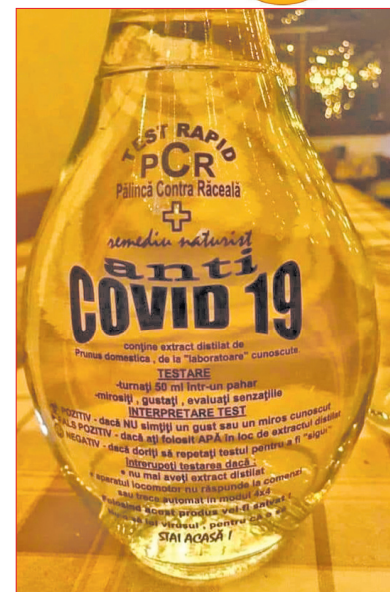
Testare: Turnați 50 ml într-un pahar, mirosiți, gustați, evaluați senzațiile.

Interpretare test: Pozitiv: dacă nu simțiți gust și miros cunoscute

Fals pozitiv: dacă ați folosit apă în loc de extract distilat

Negativ: dacă doriți să repetați testul, pentru a fi "sigur"

Întrerupeți testarea dacă: nu mai aveți extract distilat; aparatul locomotor nu răspunde la comenzi sau trece automat în modul 4X4



Folosind acest produs vei fi salvat!

Nu te mai gândi la virus, pentru că, și așa, STAI ACASĂ!



De la agricultura tradițională la una modernă, regenerativă

# “Când ieși din casă, fă-ți cruce și spune “Doamne-ajută!”, că asta îți dă avânt în tot ceea ce faci!”

## Am întâlnit oameni fericiți

Am ajuns spre seară în casa familiei Crișan. Gheorghe, seniorul, îmi spune că părinții lui au venit în părțile acestea din țara de piatră a Apusenilor, tocmai din Albac, satul lui Horea. Asta s-a întâmplat în urmă cu o sută de ani, îndată după ce s-a încheiat primul război mondial. Au primit pământ, prin decret regal, tocmai în Banat, la Secaș. De unde, mai apoi, s-au mutat la Bucovăț. Frații Marius și Cătălin au fost de acord, la îndemnul părintelui lor, să lucreze pământul.

Am avut o surpriză de proporții să cunosc acești oameni faini de tot, cu priviri agere și blânde, în același timp, cu un surâs cald întipărit pe chip, părându-mi-se „așezat” acolo din naștere. Își deschid sufletul cu un firesc și cu o generozitate ce par a fi în contradicție cu chipul dârz al strălucitului străbun, pe numele său real Nicola Ursu. Mi s-a mai întâmplat, de câteva ori, să întâlnesc oameni exemplari și, de fiecare dată, mi-am reproșat că nu m-am îndreptat spre gazetăria de televiziune, având, în felul acesta, privilegiul de a aduce în prim plan imaginea, cea atât de viu grăitoare. Sunt trei generații în fața mea, ce se ostenească în a se dăruia lucrării ogorului. Pare greu de crezut, dar oamenii aceștia chiar reușesc să-mi citească gândurile.

Rupe tăcerea Marius, cel care m-a poftit la el în curte, acolo unde s-au adunat cu toții, să se întâlnească cu ziaristul cel iscoditor, să-i spună povestea unui început plin de neprevăzut, de nevoi și satisfacții.

- Nici nu știu dacă a fost prea greu sau doar ne-am angrenat la o muncă în care izbândești dacă pui suflet și pricepere, consecvență și continuitate, fără să te uiți la ceas sau să te gândești că poți lăsa garda jos la prima poticneală, atunci când ceva nuți „iese”. Am avut încredere în

tata Gheorghe și ne-am pus pe treabă. Cătălin și cu mine, cu soțiile alături, dimpreună cu copiii, de cum au crescut mărișori, alcătuim o echipă care nu știe ce înseamnă aceea „nu se poate”. Educația dă roade dacă derivă din fapte. Și, neapărat să scrieți, că tata a fost cel care ne-a înflăcărat încredere și tărie în a nu obosi defel, în a lucra pământul cu dedicație și cu dragoste.

Știți ce m-a uimit cel mai mult la cei doi frați care au împrumu-

mare, Darius, elev într-a șaptea. Alin are de „înfruntat” în curând BAC-ul, apoi se îndreaptă spre Agronomie. Se declară îndrăgostit de tractoarele cele noi, pe care le descrie cu lux de amănunte: 125 și 300 de cai putere, înșiruie alte caracteristici care îl impresionează foarte mult cu o precizie ce mă uimește de-a dreptul. Au și GPS...

Maria, sora lui mai mare, e studentă la două facultăți: Agronomie și Științe Economice. Se

nizarea lucrărilor ce se înfăptuiesc, de mai bine de 30 de ani, în ferma familială. Au început cu aratul, prașitul și transportul cerealelor cu doi cai. În trei ani au ajuns la opt cabaline. În scurt timp, au fost nevoiți să cumpere un tractor U650, apoi alte două, cu utilajele aferente. Asta au făcut-o pe măsură ce au luat mai mult pământ în arendă și au cumpărat parcele situate - interesant - într-un inel ce înconjoară, practic, localitatea.

de făcut. Și unde mai pui că nimeni nu le scutește de treburile pe care le-au avut dintotdeauna, cele care țin de buna gospodărire a casei?

Cultivă grâu, porumb, floarea-soarelui, soia, iar recoltele sunt, cum se întâmplă, de regulă, în agricultură, mai mari sau mai mici, în funcție de starea vremii. Mai este și inconvenientul de a avea parcele destul de împrăștiate, ceea ce presupune drumuri multe, cheltuieli sporite.

Îmi spune că s-a lovit, în toți acești 32 de ani, și de niscai răutăți ale unor oameni ce pretindeau a le fi prieteni.

## Educația se face mai mult prin fapte decât prin vorbe

Îl întreb pe Marius, unul din „adjuncții” bunului Gheorghe, cum îmi spunea Alin, ce anume a contat așa mult încât să se înhame la o lucrare atât de complicată. Mi-a răspuns:

*Dacă vrei să ai o viață liniștită, învață să nu pui la suflet toate nimicurile. Nu îți știe lumea nici lacrimile, nici nopțile nedormite, nici îndoielile, nici temerile, nici renunțările. Fii fericit alături de oameni care contează pentru tine și ignoră-i pe ceilalți. Nu te război cu nimeni, respectă-i pe toți. Simte-L pe Dumnezeu în tine și lasă-te călăuzit de îndemnul Sale.*

Îl invit pe Cătălin să-mi spună ce contează pentru el cel mai mult în viață. Iată ce-mi cere:

*Încă ceva să nu uiți, ne spuneau, adesea, părinții noștri, care ne sunt alături și ne dorim să îl țină Dumnezeu încă mulți ani de aici înainte sănătoși și cu voie bună, așa cum au fost ei de când se știu: „Atunci când crezi că în viață ai obstacole, să îți amintești că între tine și Dumnezeu nu poate sta nimeni. Atunci când inima ta atinge inocența, să știi că e pe cale să se nască veșnicia.” Vorbeau, desigur, despre respect și integritate. Ne spun și acum, din când în când, spre încântarea nepoților, care îi adoră pur și simplu: “Când ieși din casă, fă-ți cruce și spune “Doamne-ajută!”, că asta îți dă avânt în ceea ce faci!”*

S-a înserat de-a binelea când m-am ridicat să plec, nu fără a le fi cerut acestor oameni inimoși să lase poarta deschisă pentru când va fi să mai trec pe la ei. Și, în fine, le-am cerut îngăduința de a le face o poză de grup. Trei generații de oameni ambițioși și răzbatători. După insistențe, ni s-a alăturat și buna Rodica. O femeie cu trăsături frumoase și cu un zâmbet larg, de om așezat în rosturile sale, moștenitoare a unor deprinderi de aleasă speță, aduse cu ea și cu bunul Gheorghe din Albacul dăinuirii moților, cei mai buni români dintre români. Dixit!

Aș încheia acest reportaj cu o expresie tare faină, pe care o întâlnim destul de des în vorbirea curentă: - Jos pălăria!

Constantin JICHÎȚA



tat dârzenia țaranului român? Să fie iremediabil îndrăgostiți de pământ. Faptul că au învățat din mers temeinicia lucrului bine făcut, că au dat sens și concretețe respectului de sine, ca reper de conduită. Să ai principii solide, să faci precum ai văzut că fac înaintașii: să pui mai presus de toate omenia.

## Trei generații de oameni responsabili

Mă uit la copilul acesta de 11 ani - Cosmin - care, cu o bucurie nestăpânită, îmi vorbește despre faptul că lucrează pe tractor alături de bunicul Gheorghe. La fel ca fratele lui mai

va ocupa de întocmirea documentației pentru proiecte europene. Deja a înțeles substratul care îi ajută să reușească. Urmează să facă o cartografiere a solului, încât utilajele astea moderne să dozeze cantitatea de îngrășămintă în funcție de necesarul fiecărei sole.

Andreea și Diana, soțiile lui Marius și Cătălin, sunt implicate nu doar în treburile casnice, ci și în cele ce țin de organizarea transporturilor de cereale, scripțe și alte cele.

În fine, mă îndrept spre șeful clanului, tata Gheorghe, care mă lămurește, scurt și cuprinzător, despre ce-i vorba în orga-



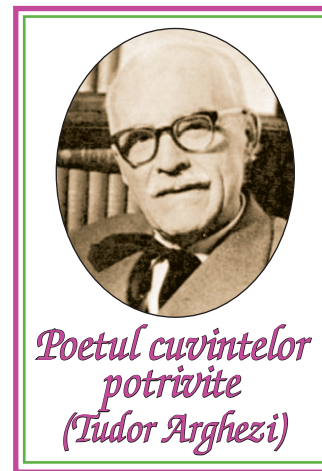




# Argus

Supliment al ziarului "Cronica de Bucovăț"

Mai 2022 ● nr. 8 ● Anul II



Noi punem în cuvinte potrivite bucuria și emoția vieții

## Ce știu copiii noștri despre ceea ce înseamnă a avea bun simț?



### Aventura vieții

## Să fii om de cuvânt, întâi de toate!



Pornind de la versurile de mai sus, îmi exprim câteva păreri și gânduri despre importanța menținerii cuvântului dat în relațiile umane.

Oamenii care **se țin de cuvânt** sunt, în sens larg, cei în care avem încredere pentru că se respectă, indiferent de situațiile prin care trec, oamenii al căror comportament de relaționare cu ceilalți nu se schimbă în funcție de împrejurări și conjuncturi, chiar dacă este vorba

de situații mai complicate cu care oricine se poate confrunta în viață, mai devreme sau mai târziu.

Persoanele care își țin cuvântul dat, întâi de toate, sunt apreciate de către majoritatea oamenilor, deoarece oferă siguranță și stabilitate, nevoi pe care toți dintre noi dorim să le avem în relațiile personale, profesionale sau sociale. Chiar căutăm uneori persoane cu care să ne consultăm cu privire la problemele noastre ori cărora să le putem cere un sfat sau împărtăși frământările care ne preocupă.

Edward ENGELMANN

Continuare în pag. 2

### Povestea de viață a bunicilor mei

## "A fi domn e o-nțămplare, a fi OM e lucru mare!"



Din punctul meu de vedere, bunul simț este foarte important, deoarece, dacă oferim aceasta valoare celor din jurul nostru, aratăm educația pe

care o avem.

În primul rând, bunul simț aduce multe avantaje, deoarece, respectând și având bun simț față de cineva anume, acea persoană va oferi la rândul

ei asemenea. Bunul simț este o calitate morală esențială, apreciată de multe persoane.

În al doilea rând, eu am învățat de la bunicii mei despre respect și bun simț, ambele fiind două valori esențiale în viața. Eu mereu mi-am considerat bunicii "atotștiutori", pentru că din poveștile pe care ei mi le spuneau mereu exista o concluzie pe care o desprindeam.

În concluzie, bunul simț este o calitate morală esențială, apreciată de toți oamenii de pe acest pământ.

Giulia PÂNTEA

### În dialog: lumea de azi cu cea de ieri

## "Să nu-l disprețuiești pe cel care înjură. Ajută-l să se îndrepte!"

● Interviu cu învățătorul, pedagogul și creatorul de școală nouă, Spiru Haret



Vă invit, domnule Spiru Haret, să vorbim despre nevoia de a aduce școala acolo unde îi este locul. Mai precis, unde îi este locul, distins domn?

– Păi, să o luăm cu începutul. În vremea de demult, dascălii proveneau din

rândul celor mai morali dintre membrii unei comunități și, bun înțeles, să fi avut școala normală încheiată. Adică să fi absolvit cei patru ani de studiu într-ale pedagogiei și al tuturor obiectelor pe care, apoi, ei să le facă înțelese elevilor. Nu poți fi un dascăl bun dacă ai carențe de conduită morală, etică, profesională. Pur și simplu ai întina atmosfera aceea de respect pe care ți-o impun instituția ca atare și slujbașii săi. În calitate de ministru al învățământului și cultelor, am vizitat cel puțin câteva sute de școli de la oraș și de la sat, fără osebire.

Rebeca BUCSAI

Continuare în pag. 2

### Crezul nostru

## Dacă ai caracter și determinare într-o izbândă, ajungi departe



De câte ori citesc Dostoievski găesc o mulțime de nuanțe a ceea ce înseamnă, realmente, a fi om cu caracter. Ce principii respectă atunci când trece

prin încercări grele, care sunt valorile morale la care se aliniază și pe care le respectă, deși, câteodată, poate, chiar în defavoarea sa. Firește, asta e posibil să se întâmple la o primă vedere, adică să pierzi că, pe termen lung, în viață nu e de dorit să faci compromisuri. Cu orice preț, așa zice. Pentru că, pe timp ce trece, ești tot mai tentat să găsești "argumente" în favoarea lui "se poate și așa".

Sunt valori ce reprezintă acel minimum de cerințe față de tine însuși, la care să te raportezi nu doar în diferitele ipostaze, sau situații-limită în care te aduce viața, ci și în străfunduri de gând, dorindu-ți să fii onest prin ceea ce ești ca OM.

Mă gândesc la respectul față de oamenii din jur, la respectul față de tine însuși prin a-ți onora cuvântul dat, la sinceritatea în relațiile cu ceilalți, la a nu-ți "fabrica" un comportament "de stradă", mai dichisit, doar ca să faci impresie

bună. Să spui ce gândești, dar să iei seama la ceea ce spui. Să fii integru în privința modului în care te porți nu doar pe stradă sau în societate; în orice împrejurare să fii tu însuși.

Unii, mai tranșanți în a găsi o explicație "la rece", afirmă cu tărie că atunci când vorbim de un om de caracter ne ducem cu gândul la faptul că așa este el din naștere. Că, prin educație, te "șlefuești", îți educi comportamentul, devii stilat, manierat, poate chiar și înțelept, doar că toate acestea derivă din acel datum pe care îl dobândești pe cale genetică.

Dincolo de o accepțiune sau alta, de un concept sau altul, este determinantă trăirea ta interioară, acel alter ego care te îndeamnă să nu te dedai la rele comportamente sau atitudini deviate. Prin urmare, doresc de la voi să nu abuzați de citate și nici să nu abordați acest aspect la modul pur teoretic. Exemplele de viață, trăite de voi sau desprinse din lecturi, din lecțiile de viață ale părinților și bunicilor voștri, să prevaleze în textele pe care le încredințăm, cu acest prilej, tiparului. Și, mai presus de orice teorie, să dați valoare faptelor de viață, care să fie în consonanță cu preceptele enunțate.

Velinka BOGICI,  
Profesor coordonator

### Educația completează "golurile" din felul de a fi al copilului

## Să ai o conduită exemplară!



Moto: Un profesor este asemenea unei lumânări. El se mistuie pe sine pentru a lumina calea altora. (Mustafa Kemal Atatürk)

Instruirea implică, în primul rând, formarea culturii generale, a capacităților și deprinderilor necesare integrării în societate, iar asta nu se poate face în afara școlii. Instruirea vizează un sistem de valori necesar evoluției individului și a societății înseși.

Educația se exercită pe tot parcursul vieții; de fapt, cât trăim învățăm. În toată existența sa, omul parcurge un drum lung de cunoaștere. Câștigă cunoștințe, deprinderi practice prin modelarea facultăților intelectuale și fizice.

Dascălul nu este doar o sursă de informație, ci și cel care stabilește o relație umană cu elevii săi. Tactul pedagogic este componenta esențială în a înțelege elevii, a fi omenos, a-i aprecia și nota corect, a da dovadă de exigență și severitate moderată, a sprijini și îndruma

elevul, a-i ierta greșelile minore, a pedepsi fapta, nu persoana.

Pentru aceasta e necesar să acționeze adecvat, suplu și creator, întru reușita actului educațional. Elevii apreciază omenia, însușirea de a fi bun psiholog, înțelegerea problemelor personale, ignorarea micilor abateri, renunțarea la pedeapsă când elevul își recunoaște vina, discreția, evaluarea obiectivă, imparțialitatea, corectitudinea, simțul umorului etc.

Cultura profesională, principialitatea, corectitudinea sunt însușiri pe baza cărora dascălul stabilește o relație socio-afectivă cu elevii săi. Sentimentele dirijează în mare măsură conduita, ca principal factor motivațional.

Dascălul trebuie să fie el însuși model de conduită morală. Nu poate invoca principialitatea, dreptatea, corectitudinea atâta timp cât face discriminări.

Să fii apropiat de elevi, să ai o conduită exemplară sunt cerințe ce sporesc atractivitatea copiilor în a fi ei înșiși elevi model.

Loredana ENGELMANN  
Profesor învățământ primar



**Învăță să te porți și vei fi respectat**

## Să fii moral înseamnă să ai respect de sine



Respectul reprezintă atitudinea de stimă față de o persoană. Din punctul meu de vedere, respectul este o calitate esențială care definește o persoană în adevăratul sens al cuvântului.

Respectul este în sinonim cu bunul simț, o altă calitate deosebită. În orice fel de relație între oameni, respectul ar trebui să fie bază și să dea naștere următoarelor forme de manifestare necesare. Astfel, în cazul respectului, regula de bază este

„ceea ce oferi, aceea primești”. Respectul trebuie câștigat prin respect, cu cât începi să respecti oamenii din jurul tău, cu atât mai mult vei avea, parte de respect. Respectul trebuie cultivat încă din frageda copilărie.

Eu am învățat să respect oamenii din jurul meu încă din frageda copilărie. Stăbunica și bunicile mele din Bucovăț întotdeauna imi spuneau că trebuie să respect toți oamenii pe care-i întâlnesc în cale, că eu trebuie să salut prima și că nu e necesar să mă salute oamenii mai în vârstă pentru că poate nu aud bine și sunt prea ocupați cu treburile lor și nu bagă de seama salutul meu. De asemenea, bunicile mele întotdeauna imi ziceau că

eu trebuie să fiu prima care sare în ajutorul unui om în vârstă și că „ce ție nu-ți place, altuia nu-i face”.

Când eram mai mică nu mi-am dat seama că toate acestea trebuie să facă parte din viața mea, dar acum sunt conștientă că asta, de fapt, înseamnă „cei 7 ani de acasă”.

Respectul tine de educație, respectul se câștigă, respectul este o virtute. Respectul este cel mai important. Respectul este mereu binevenit în societate și dovedește calitățile omului. Prin respect oamenii te apreciază.

Respectul se câștigă prin fapte bune și comportament.

Respectă și vei fi respectat!

**Daria RUIEN**

**Citește, învață, fii cumpătat!**

## Cel mai important aspect în viață este curățenia sufletească



Pentru a ne curăța de greutatea emoțională și psihică, e bine să ne schimbăm gândirea și atitudinea față de cele ce se petrec în jurul nostru. Asta înseamnă să iertăm, să tolerăm și să nu mai judecăm atât de aspru. Să privim natura și mediul cu ochi, mai blânzi, mai buni, mai toleranți. Regenerarea fizică începe cu cea mentală și spirituală. Să ne păstrăm lumina și pacea interioară.

Sunt sigură că vă amintiți doar cuvintele negative spuse de colegi sau de profesori, ba chiar și de cei dragi vouă. Acestea ne macină pe dinăuntru, pentru că le păstrăm în suflet; sunt precum viermele ce macină interiorul unui măr frumos pe

din afară. Sunt sigură că au fost și cuvinte de încurajare și de apreciere, pe care, însă, nu ni le amintim. Cuvintele au o putere mare asupra noastră. În Biblie scrie că la început a fost cuvântul apoi restul; înseamnă că ceea ce spunem sau gândim se reflectă în corpul fizic. Cuvintele pe care le păstrăm în suflet ne doboară sau ne ridică, ne pot aduce sănătate sau boală, supărare sau bucurie, război sau pace, viață sau moarte.

la spune-m, ce cuvinte alegi să auzi de acum încolo? Știu că e mai ușor să memorezi cuvintele negative, dure, critice sau rău-voitoare pentru că acestea dor, umbresc sufletul și mintea. Știu că fiecare a întâlnit momente în care ceilalți îl strigau cu porecle, pe care numai brațele mamei le vindecau.

**Larisa LĂDAR**

**Să învățăm de la cei mai buni ca noi**

## Fii tu însuți, dar fii cu băgare de seamă la cel care devii!



Am citit undeva că e bine să-ți alegi calea în viață după cum te îndeamnă inima. Hmm... Alții, în altă parte, spun să ai un dialog cu Dumnezeu, că de acolo îți vin cele mai bune idei, unele chiar „de-a gata”. Unii-alții rostogolesc în grabă, era să scriu un grohotiș de cuvinte, o seamă de direcții, ținte, termene, scurături, ocolișuri etc. Cine să mai

înțeleagă ceva? Nici din titlul acesta n-am înțeles mare lucru.

Mi-am propus să mă lămuresc singură, scriind aceste nedumeriri în cascadă, așa cum îmi năvălesc ele, acum, în minte. Și dacă fac asta ce câștig? Nu mi-a venit încă nicio idee. Mai scriu un rând și aștept să-mi vină ideea generatoare de câteva idei mai mici, dar strălucite. Fie și pe rând, nu toate deodată. Credeți că glumesc, cumva? Nicidecum. Mă las dusă de valul inspirației... care nu mai vine.

Mă întreb cum să-mi vină

inspirația scriind ceva, la întâmplare, un miracol sub forma unei idei strălucite, sau mă rog, ceva pe-acolo, pe seama căreia să îngheț un text care să nu plictisească, ba chiar să dea de gândit cititorului, dacă nu cumva să-i și placă puțin?

Ah, da! Îmi amintesc de un filozof francez, Descartes, care spunea așa: „Te îndoiești, deci cugeți / Cugeti, deci ești.” De aici o să-mi vină cel puțin câteva idei pe care îmi propun să le dezvolt data viitoare. Aveți încredere, îmi țin promisiunea! Știți ce mult contează?

**Andreea PARASCHIVA**

## Să fii om...

Urmare din pagina 1

Dacă suntem oameni de cuvânt, putem deveni, în timp, persoane pe care cei de lângă noi să se poată bizui, deoarece ele știu că ceea ce promitem se va realiza, că cele ce sunt stabilite de comun acord vor fi îndeplinite întocmai, că vom păstra confidențialitatea discuțiilor avute. Acest aspect creează siguranță și liniște sufletească în realizarea în fapt a unor dorințe ori așteptări.

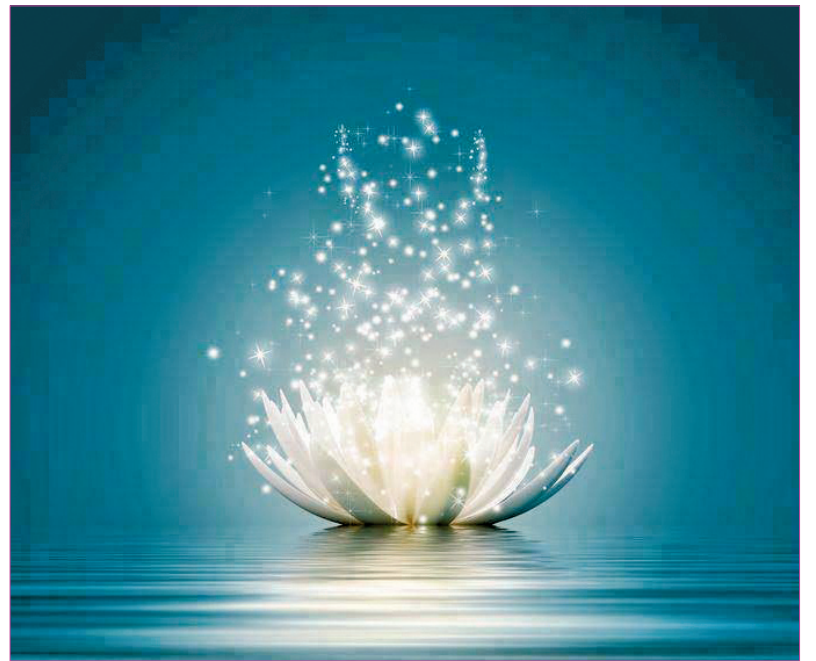
Om de cuvânt este acela care-și ține făgăduielile, care-și respectă angajamentele pe care și le-a asumat în fața celorlalți, inspirând, astfel, încredere.

O promisiune trebuie mereu respectată, indiferent dacă este sau nu vorba despre ceva mareț. Nimeni nu ne poate forța să promitem ceva ce nu ne do-

rim, însă atunci când o facem este important să ne îndeplinim făgăduințele, să spunem adevărul și să fim oameni de încredere, așa cum ne dorim ca cei din preajma noastră să fie.

Deși ne dorim să ne aflăm tot timpul în categoria celor care „se țin de cuvânt”, nu reușim întotdeauna să ne respectăm cuvântul dat și promisiunile făcute, deoarece, în timp, lucrurile se mai schimbă, chiar dacă în mod justificat.

A nu ne schimba opțiunile de la o zi la alta, a respecta ceea ce promitem, nu numai că este un gest de noblețe, ci este și un semn pentru o anumită statură morală pe care o au anumii oameni, nu mulți, din păcate... De noi depinde ce fel de oameni alegem să fim în viață. Să nu uităm, însă, că doar pe o fundație sigură și stabilă putem construi trainic ceea ce ne dorim să se întâmple.



## Să nu-l disprețuiești...

Urmare din pagina 1

Am discutat îndelung cu dascălii din școli primare, din gimnazii, din licee și facultăți, am organizat dezbateri pe teme ce țineau modernizarea învățământului prin sporirea calității predării și a tuturor celorlalte activități din programa de învățământ. Am făcut asta pentru a înțelege bine cum stau lucrurile în teritoriu și ce e de făcut spre a urca niscai trepte în a face învățământul românesc mai aproape de cerințele sociale, de nevoia unei instrucții aplicate, care să corespundă înnoirii și modernității de la vremea aceea.

– Și cum ați procedat, concret, pentru a fi în pas cu epoca, sporind valoarea educațională și dobândind un plus de valoare practică privind calitatea absolvenților școlilor de toate profilurile?

– După ce am vizitat și am înțeles trebuințele școlii românești spre a-și îmbunătăți calitatea predării și a tuturor pârghiilor sale formativ-educative, am fost pe la școli de nume bun de prin Europa. În țările vecine, dar și în cele dezvoltate. Apoi, am luat decizii care să facă diferența între elevul silitor, adesea tocilar, și cel sârguincios, dedicat studiului aplicat, merit să impulsioneze dezvoltarea țării în ansamblul ei.

– Ce ați schimbat, în mod concret, în învățământul românesc de la sfârșit de secol 19 și început de secol 20?

– Am obținut fonduri pentru a scoate școala din noroi la propriu și la figurat. Am schimbat dascălii imorali, slab pregătiți profesional, am clădit școli pe potrivă nevoilor de școlarizare de la momentul dat, ținând și perspectiva. Cei din minister au devenit, ca prin minune, propovăduitori ai noului în sensul cel mai bun, încât școala să devină factor de culturalizare a copiilor, să nu mai fie o corvoadă. Am sporit salariile dascălilor și le-am cerut, în schimb, plus de responsabilitate și scoruri înalte la sfârșitul de an. An de an. Și școala a progresat vizibil cu ochiul liber, cum se spune.

– De 32 de ani, în România de azi, se perindă miniștri, se schimbă directori, inspecții, vin tot felul de diriguitori de tot felul, creând impresia că aduc plusul necesar în educație. Cum se văd de acolo, „de sus”, aceste schimbări/transformații care, de la an la an, par a fi mai bune, dar nouă ne par o luptă pentru supremație. Ce ziceți de toate acestea?

– Sunt și progrese în pas cu Europa civilizată, mai ales de când ați intrat în clubul select numit „Uniunea Europeană”. Progresele vin mai greu, de parcă ar fi scoase cu forcepsul din natura învățământului ce ține pasul cu realitățile momentului. Sunt încă rămăneri în urmă. Dar ceva aș spune, iar asta am spus-o, răspicat, și la vremea mea: „Școala va fi școală când statul va fi stat, iar omul va fi om”.



**FII TU ÎNSUȚI!  
DAR CUM SE FACE ASTA?**