



Revista Menora Focsani

*APARITIE
LUNA*



*NR.12
DECEMBRIE
2014*

MINIREVISTA COMUNITATII
EVREIESTI DIN FOCSANI

M
E
N
O
R
A



CUPRINS

1. Stiri din Israel	pag.3
2. Stiri din Vrancea	pag.4
3. Stiri din lume	pag.5
4. Povesti cu talc	pag.6
5. Tratamente cu argila ...	pag.7
6. Sfatul medicului	pag.8-9
7. Planeta Umor	pag.10
8. Plante medicinale	pag.11-12
9. Idei practice si utile pentru gospodarie	pag.13
10. Stiati ca :	pag. 14-15
11. Pagina de istorie	pag.16
12. Spioni din lume	pag.17
13. Calendarul lunii decembrie	pag.18-19
14. Info Juridic	pag.20
15. In Memoriam	pag.21
16. Orase pierdute ale lumii antice	pag.22
17. M o z a i c	pag.23
18. Stiri mondene	pag.24
19. Info Club	pag.25
20. Pagina cu citate	pag.26

SCRISORI LA REDACTIE

21. Mari savanti si inventatori ai lumii	pag.27
22. Puterea vindecatoare si protectoare a cristalelor	pag.28
23. La pas prin tara	pag.29
24. Din interviul d/nei Livia Diaconescu ..	pag.30
25. Amintiri	pag.31
...	

COLECTIVUL REDACTIONAL:

Mircea Rond – Presedintele C.E. Focsani
(Vrancea).

Harieta Rond – Responsabil varsta de
mijloc.

ADRESA REDACTIEI:

STR. OITUZ NR. 4, FOCSANI, VRANCEA.

TEL: 0237/623959

MOBIL: 0745171287

E-MAIL:

r_mircea67@yahoo.com

SITE: www.focsani.jewish.ro

E-Mail : revistamenora@gmail.com



****** Jucătoarea de tenis Andrada Ioana Surdeanu, locul 249 în ierarhia junioarelor, a fost lovită de tatăl ei, după un meci pierdut, la turneul de la Kiryat Shmona, bărbatul fiind reținut de poliția israeliană pentru gestul său. Andrada Surdeanu a trimis o scrisoare Federației Române de Tenis. Ea a explicat cu lux de amănunte incidentul din Israel și a cerut eliberarea tatălui ei.

****** Alegerile legislative anticipate din Israel, provocate de premierul Benjamin Netanyahu, vor avea loc la 17 martie, a anunțat un purtător de cuvânt al Knessetului.

****** Israelul a jucat un rol decisiv pentru a evita, luna trecută, încheierea unui acord inadecvat între marile puteri și Iran în programul nuclear al Teheranului, a dat asigurări premierul israelian, Benjamin Netanyahu.

****** Focuri de armă au fost trase în cursul nopții în direcția Ambasadei Israelului la Atena, fără a provoca victime, a anunțat poliția locală. Focurile de armă au fost trase probabil cu un automat Kalașnikov de pe o motocicletă la bordul căreia se aflau două persoane și care trecea prin fața ambasadei, situate pe o stradă foarte circulată. Alte două persoane aflate la bordul unei alte motociclete sunt suspectate că au participat la atac. Cartușele găsite vor fi examinate de Brigada Antiteroristă,

****** Premierul Israelului, Benjamin Netanyahu, a respins categoric, ideea unei retrageri israeliene din Cisiordania și Ierusalimul de Est în următorii doi ani, cu puțin înainte de a se întâlni cu secretarul de Stat american John Kerry, la Roma.

****** Doi baieti, de 12 și 13 ani, au încercat să jefuiască o banca din Israel folosind arme de jucărie. "Complicii" au reușit să fugă din banca fără bani, după ce și-au pierdut curajul. Înregistrările de pe camerele de luat vederi arată baietii, îmbracați cu hanorace cu gluga, intrând miercuri într-o banca din Rishon Lezion, un cartier din Tel Aviv.

****** Milioane de litri de țiței s-au scurs de la o conductă, în deșertul Arava, cauzând unul dintre cele mai mari dezastre ecologice care au avut loc în Israel. Conducta în cauză, care conectează Eilat cu orașul Ashkelon, a fost deschisă în anii '60, pentru a permite petrolului iranian să ajungă la Marea Mediterană de unde era vândut pe piețele europene, dar de la ruperea relațiilor Israel-Iran (1979) a fost folosită pentru transportul țițeiului de la Eilat în cele mai multe părți ale țării.

****** Primul ministru Benjamin Netanyahu a aprins prima lumanare de Hanuka la Modiin alături de soldații din unitățile Tahal de luptă împotriva terorismului. Alături de el s-a aflat și ministrul Aparării, Mose Yaalon.

****** Fostul președinte Shas, Eli Yishai, a decis să se retragă din acest partid datorită recentelor controverse cu actualul președinte al partidului, Arye Deri și să formeze un nou partid.

****** Un arbitru israelian a decedat, după ce a fost lovit în figură de o minge, la un meci de crichet, a anunțat federația de profil din Israel. Mîngea l-a lovit în maxilar pe Hillel Oscar, în vîrstă de 55 de ani, la un meci disputat la Ashdod. El a fost anterior căpitanul naționalei de crichet a Israelului.

****** Statele Unite au reacționat cu prudență, față de votul Adunării Naționale din Franța în favoarea recunoașterii statului palestinian, reafirmînd că susține negocieri directe între Israel și palestinienii.

****** Premierul israelian Benjamin Netanyahu a condamnat vehement Tribunalului Uniunii Europene privind eliminarea mișcării Hamas de pe lista organizațiilor teroriste, acuzînd europenii că nu au învățat nimic din Holocaust. ****** Aviația israeliană a desfășurat atacuri împotriva unor ținte din Fâșia Gaza. Atacul vine la câteva ore după lansarea unui tir cu rachetă dinspre Fâșia Gaza. Un purtător de cuvânt al Ministerului Sănătății din Fâșia Gaza a anunțat că raidul israelian nu s-a soldat cu răniți. Este vorba despre primele atacuri ale forțelor israeliene de la intrarea în vigoare a unui armistițiu la 26 august, la capătul a 50 de zile de război între Israel și mișcarea palestiniană Hamas din Fâșia Gaza.

****** Anul 2015 începe pentru editura HarperCollins sub forma unui scandal de zile mari în care a fost acuzată de antisemitism. Collins Bartholomew, un subsidiar al editurii a publicat un atlas geografic care, la pagina 16, nu include Israelul în harta Orientului Mijlociu. Practic, ei au omis să numească teritoriul care formează statul Israel, deși Gaza și Iordania erau marcate perfect pe hartă. Atlasele Collins Bartholomew sunt foarte populare în zona Orientului Mijlociu, fiind cumpărate pe scară largă de școlile musulmane unde se vorbește limba engleză. Editura ar fi scos numele Israelului pentru a nu jigni musulmanii, care promovează existența statului Palestina în zonă.

****** Arheologii care au descoperit o sinagogă pe coasta Mării Galileei, în Israel, cred că acesta a fost de fapt locul unde Iisus a predicat, așa cum scrie și în Biblie. Ruinele sinagogii au peste 2.000 de ani și se află în orașul Migdal din nordul Israelului. Localitatea se află chiar deasupra anticului Magdala, locul unde tradiția creștină spune că s-a născut Maria Magdalena.



Raftul cu stiri -Vrancea



- **Pictorul Liviu Nedelcu** și-a expus lucrările la Muzeul Național de Artă al Republicii Moldova. Expoziția «Drumul spre înălțare» face parte dintr-o serie de evenimente prezentate de Ambasada României în Republica Moldova și Institutul Cultural Român «Mihai Eminescu» la Chișinău, pentru a marca Ziua Națională a României, lucrările sale putând fi admirate până pe 11 ianuarie 2015.
- **Cinema COLOURS** va fi deschis la Promenada Focșani. Evenimentul este așteptat cu entuziasm și nerăbdare de mulți focșăneni care vor să vizioneze filme în condiții moderne, cu tehnologii de ultimă oră.
- **Concert tradițional de Crăciun al Orchestrei de Cameră UNIREA**, la Sala Mare a Ateneului Popular. Programul pregătit va cuprinde, pe lângă colinde românești, și colinde internaționale. Totodată, soliștii invitați de la Opera Națională București – Elena DINCĂ, Evelin MARINAȘ, Andrei LAZĂR - vor interpreta și arii celebre din creațiile compozitorilor Jacques OFFENBACH, Lloyd WEBBER, Pietro MASCAGNI, Roger ROGERS, Stephen SCHWARTZ, Adolph ADAM. Din program nu vor lipsi valsuri, polci, marșuri de Johann STRAUSS – tatăl și fiul. Conducerea muzicală este semnată de Vincent Gruger, iar regia și aranjamentele muzicale, de către Marcel Stănciucu.
- **Firmele vrâncene au fost premiate**, în cadrul unui eveniment organizat la restaurantul Oscar de Camera de Comerț, Industrie și Agricultură (CCIA) Vrancea.
- **Chinezii au venit la Focșani** unde au deschis primul Mall cu produse mai ieftine. Magazinul China Mall este deschis în clădirea Certimpex, din parcare Electrica. Aici pot fi găsite articole de îmbrăcăminte pentru copii sau adulți, încălțăminte, articole de menaj, vase, detergenți, tigăi, papetărie. Nu în ultimul rând, la parter a fost amenajat spațiul pentru articole de Crăciun.
- **Ziua Porților Deschise la Direcția de Cultură**, un prilej pentru o călătorie în timp, în Focșaniul începutului de secol XX. Îmbrăcați în costume de epocă, funcționarii instituției de cultură îi vor conduce pe oaspeți într-un tur al Casei Saideman, clădirea monument istoric construită acum o sută de ani. Sediul Direcției de Cultură în ultimii ani, Casa Saideman aparține epocii de înflorire a orașului și a fost a unui medic cu studii la Viena, singurul radiolog al județului.
- **Orice persoană** poate verifica prin internet care sunt taxele și impozitele pe care trebuie să le plătească la Finanțe. Spațiul Privat Virtual, serviciul lansat de Agenția Națională de Administrare Fiscală a devenit accesibil și pentru locuitorii din Vrancea. Este un serviciu prin care orice persoană fizică, după ce se înregistrează pe site-ul ANAF.
- **Vrâncenii au avut parte de două spectacole**. Mihai Trăistariu și Analia Selis au cântat în Piața Unirii din Focșani, la spectacole fiind prezente sute de persoane.
- **Casa Armatei găzduiește** un concert de colinde și versuri de Crăciun, susținut de grupul de copii „Andantino”. Programul, care cuprinde piese specifice sărbătorilor de iarnă, are loc în sala de spectacole a Cercului Militar. Spectacolul este prezentat de Maria Bâgiu. Directorul muzical și realizatorul spectacolului este profesorul Mircea Grosu.
- **Aproximativ 100 de copii romi** din Vrancea au primit în dar produse alimentare și jucării în cadrul evenimentelor organizate, ieri, cu ocazia Zilei Minorităților Naționale. Spectacolul cultural- artistic a fost organizat la Hotelul Unirea cât și la sediul Partidei Romilor „Pro-Europa” și a avut rolul de a păstra și promova tradițiile romilor. Evenimentul a fost organizat de Instituția Prefectului, în colaborare cu Partida Romilor Pro-Europa, cu sprijinul Consiliului Județean Vrancea.
- **Vrâncenii au avut parte**, în cadrul proiectului „Vrancea Dalbă”, de încă două spectacole de colinde. Florin Sasarman și Ducu Bertzi&Mihai Neniță au cântat în Piața Unirii din Focșani, la spectacol fiind prezente câteva sute de persoane.
- **Iubitorii vrânceni de cultură și educație patriotică** pot obține informații utile din noua revistă editată la nivelul județului, intitulată „Vrancea Eroică”. Revista apare trimestrial, în 48 de pagini, coperti color, cu articole care prezintă informații din județ și nu numai. Președintele Asociației Naționale Cultul Eroilor „Regina Maria”, Vasile Buruiiană, spune că revista poate fi comandată pe adresa redacției din strada Cezar Bolliac, nr. 8 sau la telefon 0724.543.434
- **Militarii garnizoanei Focșani** au marcat, Ziua Victoriei Revoluției Române și a Libertății, printr-o ceremonie militară și religioasă care s-a desfășurat la Monumentul Eroilor Martiri din Piața Unirii.
- **Președintele Consiliului Județean**, Marian Oprișan, îi invită pe vrânceni la mega petrecerea de Revelion, organizată pentru cetățenii județului Vrancea. Începând cu ora 18.00, pe scena amplasată în Piața Unirii din Focșani -**Ziare.com** -



Raftul cu stiri din lume



- Polonia, care depune eforturi să-și modernizeze armata, a semnat un contract pentru achiziționarea a 40 de rachete de croazieră americane ultramoderne pentru avioanele sale de luptă de tip F-16, o tranzacție în valoare de 250 de milioane de dolari.
- O capsulă a timpului îngropată în 1795 a fost descoperită, joi, în Boston. Capsula fusese îngropată de către revoluționarii americani Samuel Adams și Paul Revere. Capsula a fost găsită de câțiva muncitori în piatra de temelie a Casei Guvernului din Massachusetts (Massachusetts State House), fiind îngropată acolo în 1795, anul în care a început construcția clădirii,
- Aproximativ 200 de activiști anarhiști înarmați cu bare metalice au devastat în cursul nopții centrul orașului Zurich, provocând daune materiale importante. Poliția elvețiană a anunțat că a primit o scrisoare de revendicare din partea mișcării autonomiste. Conform presei elvețiene, manifestanții aveau o pancartă pe care scria "Vrem controlul asupra străzilor" - o revendicare a mișcării anticapitaliste.
- Agenția Națională de Meteorologie din Japonia a ridicat marți nivelul de alertă pentru un vulcan situat pe insula Hokkaido, din nordul țării, apreciind că vulcanul Tokachi prezintă un risc redus de erupție.
- Aproape 120.000 de deținătorii de locuințe cumpărate prin credite din Grecia care nu pot să își plătească ratele sunt în pericol să fie executați silit de la 1 ianuarie 2015, în condițiile în care la sfârșitul lunii decembrie expiră o lege care îi protejează,
- Columbia va emite în curând bancnote cu efigia scriitorului Gabriel Garcia Marquez - laureatul premiului Nobel pe anul 1982, decedat pe 17 aprilie -, în urma adoptării unei legi care a fost votată luni în Parlamentul acestei țări.
- Misiunea Pamir a forțelor franceze în Afganistan se va încheia oficial la 31 decembrie, odată cu retragerea ultimilor militari francezi (aproximativ 150) de la baza aflată la aeroportul internațional din Kabul (KAIA), a anunțat, Ministerul Apărării.
- O scurgere la un important oleoduct rusesc a provocat deversarea unei cantități nedeterminate de petrol în Marea Neagră, miercuri, în apropierea portului Tuapse, iar autoritățile au anunțat că vremea nefavorabilă împiedică eforturile de evaluare și limitare a pagubelor
- Șoferul unei ambulante, care se oprise pe marginea unei autostrăzi din apropiere de Lisabona pentru a încerca să reanimeze o octogenară, a primit o amendă de 120 de euro de la jandarmi,
- Un labirint de tuneluri subterane secrete despre care se presupune că a fost folosit de naziști ca să dezvolte o bombă nucleară a fost descoperit în Austria.
- Numărul deceselor provocate de epidemia de febră hemoragică Ebola în vestul Africii a ajuns la 7.842, dintr-un total de 20.081 de cazuri raportate, anunță luni Organizația Mondială a Sănătății (OMS).
- Familia liderului grupării jihadiste Statul Islamic a fost reținută când încerca să intre în Liban. O soție și un fiu al lui Abu Bakr al-Baghdadi, liderul grupării ce a ocupat teritorii importante în Irak și Siria, au fost reținuți de armata libaneză, când încercau să traverseze frontiera, venind dinspre Siria
- Un avion Korean Airlines, care urma să zboare de la New York la Seul, a fost întors de pe pista după ce o pasageră a fost nemulțumită de felul în care s-au servit nucile. Pasagerul nemulțumit nu era nimeni altcineva decât Heather Cho, vicepreședinte al companiei aeriene și fiica patronului, care a cerut îndepărtarea unui membru al echipajului din avion.
- Președintele uruguayean Jose Mujica, despre care se spune că este cel mai sărac șef de stat din lume, a fost surprins dând bani unui cersetor, în timp ce răspundea întrebărilor unor jurnaliști. Mujica i-a dat barbatului o bancnotă de 100 de peso, adică aproape 4 dolari, într-o seară, în capitala Montevideo.
- Ministrul sârb al Energiei, Aleksandar Antic, a demonstrat, fără să vrea, cum îți poate salva viața o casca de protecție. Oficialul, aflat într-o vizită de lucru în estul Serbiei, a fost salvat de casca pe care o purta, după ce o bucată mare de gheață i-a căzut în cap,
- Peste 130 de elevi și profesori au fost uciși în Pakistan, după ce talibani înarmați au luat ostatici sute de persoane într-o școală din orașul Peshawar, situat în nord-vestul țării. Cei șase atacatori au fost uciși de forțele de ordine după o luptă de peste cinci ore. Atacul a fost revendicat de o facțiune a talibanilor pakistanezi, principala grupare islamistă rebelă din țară, ca răzbunare față de ofensiva militară în curs împotriva sa, în bastioanele din zonele tribale din apropiere de Peshawar.

Licitatia

Un om bogat, pasionat de arta, avea in colectia lui - opere ale tuturor marilor maestri, renescentisti, clasici si moderni, din toate scolile si curentele. Deseori statea impreuna cu unicul sau fiu, admirand minunatele piese din colectie. Dar a izbucnit razboiul si fiul a fost inrolat si trimis la lupta. El a dat dovada de mult curaj si a murit la datorie, in timp ce salva viata unui camarad. Cand a primit anuntul, tatal a fost profund indurerat de pierderea unicului sau fiu. O luna mai tarziu, a auzit batai la usa. In prag statea un tanar cu un pachet mare in brate... El a spus:

- Domnule, nu ma cunoasteti. Eu sunt soldatul pentru care fiul dumneavoastra si-a dat viata. In acea zi el a salvat multe vietii ale celor raniti dar, in timp ce incerca sa ma duca pe mine intr-un loc sigur, un glonte i-a strapuns inima, el murind pe loc...Deseori ne vorbea de dumneavoastra si despre pasiunea pe care o aveti pentru arta. Tanarul i-a inmanat pachetul.

-Stiu ca este aproape un nimic. Eu nu sunt un pictor cunoscut, dar sunt convins ca fiul dumneavoastra ar fi vrut sa aveti acest tablou. Tatal a inceput sa desface ambalajul. Era un portret al fiului sau, pictat de tanar. Privindu-l atent, a fost uimit de felul in care tanarul pictor a reusit sa surprinda chipul, dar si personalitatea fiului sau. Tatal a scos un suspin si cu ochii plini de lacrimi a multumit tanarului, oferindu-i si o suma de bani pentru tablou.

-O, nu se poate asa ceva, domnule... Toata viata nu voi putea sa platesc pentru ceea ce fiul dumneavoastra a facut pentru mine. Acesta este doar un cadou. Tatal a prins tabloul pe una din simezele sale. De cate ori avea vizitatori, el incepea prin a le arata portretul fiului sau si numai dupa aceea le dadea voie sa vada marile capodopere collectionate. Dupa moartea batranului tata, s-a organizat licitatia marii lui colectii de tablouri. S-au adunat foarte multe persoane care doreau sa vada si, mai ales, sa achizitioneze tablouri pentru propriile lor colectii. La deschidere, pe podium era postat portretul fiului. Persoana delegata sa conduca licitatia, adjudecatorul, a deschis sesiunea, lovind cu ciocanelul:

-Incepem licitatia cu acest portret al fiului. Cine deschide oferta?

In sala s-a lasat linistea... Apoi, de undeva din fundul salii, o voce a strigat:

-Am venit sa vedem marile opere! Sari peste aceasta piesa!...

Dar, netulburat, adjudecatorul a continuat:

-Face cineva o oferta pentru acest portret?... 100?... 200?...

Din sala, cineva a stigat iritat:

-Nu am venit pentru acest portret!... Ne-am adunat pentru picturile lui Rembrandt, Fragonard, Van Gogh, Matisse, Picasso si ale celorlalti maestri!... Haideti sa trecem, cu adevarat, la licitatie! Netulburat, adjudecatorul a continuat:

-Fiul!... Fiul!... il vrea cineva pe fiul?!...

Intr-un tarziu, din cel mai indepartat colt al salii s-a auzit o voce timida:

-Dau eu 10 pentru acest portret...

Era cel care fusese, ani multi, gradinarul tatalui si al fiului. Fiind un om sarac, nu putea sa ofere mai mult.

-Exista o oferta de 10!... Cine da mai mult?!... Da cineva 20?!...

Sala era in fierbere.

-Dati-i-l lui pentru 10!...Sa trecem la maestri!...La maestri!..

Nu-l voiau pe fiu. Toti doreau sa profite de ocazie si sa cumpere opere mari pentru colectiile lor. Ferm, adjudecatorul a continuat:

-10, odata!...10, de doua ori!...

Si, lovind cu ciocanelul in masa:

-Adjudecat! VaNDUT pentru 10! Din fata, cineva a zburcni:

-In sfarsit, putem trece la marea colectie!...

Calm, adjudecatorul a pus jos ciocanelul, spunand:

-Imi pare rau, dar licitatia s-a incheiat.

Rumoare in sala:

-Dar tablourile?!...Cum ramane cu maestrii?!...Colectia?!...

-Regret, a spus adjudecatorul. Cand am fost desemnat sa conduc aceasta licitatie, mi s-a comunicat o prevedere secreta din testament, pe care nu am avut voie sa o fac cunoscuta decat in acest moment: licitatia se refera numai la potretul fiului! Cine il ia mosteneste intreaga avere, care include si toata colectia de opere de arta! **(sursa internet)**

Despre tratamentul cu argila



(2)



.... Se plaseaza argila intr-un vas de sticla, de lemn, de portelan sau de faianta, dar niciodata intr-unul de plastic ori de metal, si se amesteca precum o crema, adaugand atata apa cat sa permita obtinerea unei paste foarte moi. Anumiti specialisti recomanda ca argila sa fie, in prealabil, lasata cateva ore in apa, pentru a se usura omogenizarea.

Cataplasme, comprese, impachetari

Cataplasmele se fac groase de 1,5 cm pana la 2 cm, intinzandu-se astfel incat sa acopere in intregime portiunea cu probleme. De la caz la caz, atat primele, cat si ultimele cataplasme se aplica reci, calde sau calde.

Cataplasmele reci se folosesc in regiunile inflamate sau in partea inferioara a abdomenului. Ele vor fi schimbate imediat ce se vor incalzi (15-30 minute). Daca senzatia de frig devine neplacuta, se inlocuiesc aplicatiile reci cu unele calde.

Cataplasmele calde sau calde se aplica direct pe piele, doar la nevoie pe un tifon, in zona hepatica, a rinichilor, a vezicii, peste oase, unde este nevoie.

Exista anumite afectiuni - cele cardiace, contuziile, varicele - care pot solicita, mai mult sau mai putin, la inceputul tratamentului, aplicarea de comprese inaintea cataplasmelor sau impachetarilor.

Pentru comprese, este pregatita o apa argiloasa, subtire (aproape limpede!), in care se inmoaie o bucata de panza, se stoarce usor si se aplica pe piele.

Fixarea

In functie de zona afectata, atat compresele, cat si cataplasmele trebuie fixate. In general se utilizeaza o banda extensibila Velveau, un brau de flanela, o fasa in T (pentru perineu), un pansament in jurul fruntii (pentru ceafa).

Durata aplicarii procedurilor variaza, in functie de caz, de la una-trei ore la o noapte intrega. Daca apar senzatii neplacute (frig, durere), se intrerupe procedura si se reia dupa 12-24 de ore. Daca o cataplasma se usuca prea repede, trebuie inlocuita cu o alta, preparata pe loc.

Ritmul de aplicare variaza in functie de afectiunea tratata si de reactia bolnavului.

In cazul abcesului, al diferitelor supuratii: cataplasmele se schimba initial din jumatate in jumatate de ora, iar apoi la perioade de o ora; pe masura ce afectiunea cedeaza, ritmul se poate stabili la o ora si jumatate, chiar zi si noapte (daca asa este necesar); in loc de cataplasma ori impachetare, noaptea se poate pune si numai o compresa cu apa argiloasa, care va fi schimbata o data sau de doua ori pe noapte.

Regiunile lombare, abdomenul, partea inferioara a pantecelui, regiunea hepatica: deoarece procedurile pot provoca in toate aceste regiuni reactii mai puternice, este de preferat sa se aplice doar o cataplasma pe zi, pe care o lasam sa stea intre doua si patru ore; exista cazuri in care, totusi, impachetarea poate fi mentinuta si o noapte.

Numarul procedurilor este strict limitat la una singura o data. Nu se fac, sub nici un motiv, mai multe aplicatii simultan. De exemplu, daca este nevoie de cataplasma atat in regiunea plamanilor, cat si in zona inghinala, intre ele se va respecta cu strictete un interval de doua-patru ore.

Contraindicatii: in timpul ciclului menstrual nu se vor face nici un fel de proceduri cu argila.

Restrictii

Dupa fiecare aplicare, argila utilizata se arunca, pentru ca a absorbit si a extras toxinele din organism, fiind, deci, foarte toxica. Panza, fasa, tifonul care au fost utilizate se fierb si se pot reutiliza.

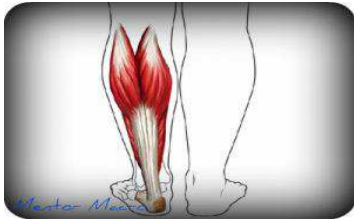
Dupa inlaturarea compresei sau cataplasmei, pielea trebuie curatata bine, prin spalare cu apa rece sau calduta.

Inainte de orice cura externa de argila, ori concomitent cu ea, trebuie facut un tratament de dezintoxicare intern, aromaterapeutic, cu suc de lamaie, cu laxative usoare, recurgand la o alimentatie sanatoasa, netoxica.

O data inceputa, cura cu argila nu este intrerupta decat in cazuri exceptionale, ea trebuind urmata, in mod normal, pana cand se obtin rezultatele dorite. Cura declanseaza un ansamblu de procese de purificare succesive - drenaj, revitalizare, iar oprirea acestora in plina lor desfasurare poate fi nefasta.



Crampele musculare



Crampele musculare reprezintă contractii bruște ale unui sau mai multor mușchi. Rezultatul poate fi o durere intensă și imposibilitatea folosirii mușchilor afectați. Popular se mai numesc carcei. Cea mai frecventă cauză de apariție a crampelelor musculare la atleti este reprezentată de suprasolicitare și deshidratare în timpul activității fizice desfășurate într-un mediu supraîncălzit. Loviturile, efortul muscular și menținerea aceleiași poziții un timp mai îndelungat pot determina crampe musculare. Crampa scriitorului afectează degetul mare și primele două degete la mâna cu care scrie, datorită folosirii unui timp îndelungat a aceluiași grup muscular. Acasă crampele musculare pot apărea la mână sau braț prin folosirea îndelungată a unei pensule sau a unei ustensile de grădinarit.

Alte cauze ale crampelelor musculare includ probleme circulatorii sau nervoase. Unele crampe apar în timpul odihnei. O formă comună a crampelelor apar la nivelul gambei și al degetelor de la picioare, în timpul somnului.

Semne și simptome

Semnele și simptomele crampelelor musculare includ:

- durere musculară acută și ascuțită (spasm, contractie), care deseori apare la picior
- o formațiune (umflătură) dură de țesut muscular care poate fi simțită sau este vizibilă sub piele.

Cauze

Suprasolicitarea unui mușchi, deshidratarea, loviturile, întinderile musculare sau simpla menținere într-o singură poziție o perioadă mai mare de timp pot determina apariția unor crampe musculare. Atletii care obosește și se deshidratează în timpul unor întreceri desfășurate în condiții de temperatură atmosferică crescută (vreme caldă) dezvoltă frecvent crampe musculare. Crampele musculare la nivelul gambei pot fi și consecința:

- circulației sanguine inadecvate: îngustarea arterelor care distribuie sânge la nivelul piciorului (arterioscleroza extremităților) pot produce durere asemănătoare crampelelor în gamba și picior în timpul exercițiilor fizice; aceste crampe trec într-un minut sau două după încetarea efortului fizic;
- compresiunea nervilor: compresiunea nervilor în coloana vertebrală (scleroza lombară) poate produce durere asemănătoare crampelelor la nivelul membrului inferior; de obicei durerea se agravează la mers; mersul într-o poziție flectată a corpului - ca și cum ar împinge un carucior de cumpărături - poate îmbunătăți simptomele;
- depleția minerală: cantități prea mici de potasiu, calciu, magneziu în dietă pot contribui la apariția crampelelor la gambe; unele medicamente diuretice prescrise pentru tratarea hipertensiunii arteriale pot provoca pierderi de potasiu.

Crampele musculare reprezintă de asemenea simptome ale unor afecțiuni cum ar fi: afecțiuni nervoase, tiroidiene, hormonale, diabet, hipoglicemie și anemie. Apar frecvent în timpul sarcinii.

Cum se tratează carceii sau crampele musculare

Ce poți face pe moment, când „ți se pune carcelul” și durerea devine insuportabilă? Masaj, întinderi musculare, apăsare cu putere pe locul respectiv cu mișcări circulare, căldură, orice care să te ajute să scapi de durere și să detensionezi mușchiul. Biofeedback-ul este foarte important în aceste cazuri. La unele persoane funcționează căldura. Folosește o sticlă cu apă fierbinte, sare grunjoasă încălzită sau cel mai simplu un prosop înmuiat în apă caldă și pune-l pe locul afectat. Altor persoane le face bine gheața.

Crampele musculare care apar în timpul sau după efortul fizic intens se datorează transpirației excesive, când se pierde apă și minerale. Este de ajuns să bei o apă minerală magneziană, bogată în saruri de calciu, magneziu și potasiu și să mananci ceva dulce. Mușchii au un randament bun mai mult timp dacă rezervele energetice sunt încărcate.



Cum se previne aparitia carceilor

hidrateaza-te suficient de-a lungul zilei. De cele mai multe ori deshidratarea asociata cu pierderea unor minerale (sodiu, potasiu, calciu, magneziu) este de vina pentru aparitia crampelor musculare.

asigura-te ca ai o dieta bogata in potasiu si magneziu. Potasiul il gasesti in: banane, curmale, caise, struguri, stafide, broccoli, morcovi, cartofi, rosii carne si peste. Magneziul in nuci, legume si zarzavaturi verzi, cacao.

ananasul contine bromelina, amestec enzimatic cu proprietati antiinflamatoare care ajuta muschii sa se relaxeze si sa-si repare tesaturile lezate.

ia suplimente alimentare pe baza de magneziu, potasiu si vitamina B6.

inainte de a incepe sa faci sport, incalzeste-ti suficient muschii.

cateva exercitii usoare de stretching inainte de culcare, urmate de un masaj bland, ar putea preveni aparitia carceilor in timpul somnului. Stai 10-15 secunde pe varfurile degetelor de la picioare. Incearca apoi sa mergi 10-15 secunde pe calcaie cu mainile impreunate la spate. Daca te duci noaptea la toaleta poti sa mai faci cateva exercitii usoare de intinderi musculare, dar nu prea multe ca sa nu-ti fuga somnul.

evita sa stai prea mult pe tocuri inalte. In cursul zilei, daca este posibil, maseaza-ti talpile usor si incearca sa faci cateva exercitii de stretching care sa-ti detensioneze muschii picioarelor.

carceii care apar in timpul inotului sunt extrem de periculosi si durerosi. Este foarte important sa nu te panichezi. Un leac babesc consta in inteparea muschiului cu un ac si masarea zonei respective. Pentru evitarea aparitiei lor este indicat sa faci incalzirea generala cel putin 10 minute inainte de a intra in apa. O metoda buna pentru prevenirea crampelor la gambe si talpi este sa stai cu degetele picioarelor pe o treapta si sa te lasi in jos de pe varfuri, astfel incat calcaiele sa ajunga sub degete. Repeta exercitiul cateva minute.

Remedii naturiste pentru tratarea carceilor

masajul cu unguente antiinflamatoare pe baza de arnica, galbenele, musetel sau cu uleiuri volatile care stimuleaza circulatia sangelui (eucalipt, camfor, mentol, levantica).

masajul cu ulei esential de ghimbir sau cu tinctura; ghimbirul stimuleaza circulatia sangvina si ajuta la detensionarea muschilor. Ghimbirul poate fi folosit si sub forma de infuzie, baut 2-3 cani pe zi, timp de 10 zile pe luna. Este foarte eficient in calmarea durerilor. Studii au demonstrat ca are efecte asemenatoare cu ibuprofenul in ameliorarea durerilor specifice carceilor.

otetul de mere contine mult potasiu. Bea un amestec format din 2 lingurite de otet cu una de miere intr-un pahar de apa. ceaiul de rooibos are in componenta calciu, magneziu, fier, zinc, potasiu, sodiu, fluor. Baut seara, inainte de culcare, poate preveni aparitia carceilor nocturni prin efectele sale intens relaxante si mineralizante. Nu are teina sau cofeina si nu da insomnii.

ceaiul de cretisoara (infuzie dintr-o lingurita de planta la 1L de apa fiarta) tonifica muschii. Se beau 2-3 cani pe zi.

baile calde cu plante aromatice relaxante (levantica) activeaza circulatia sangelui, calmeaza si detensioneaza intregul organism.

Infuzia de maghiran este un foarte bun calmant impotriva carceilor. Se beau doua-trei cani cu ceai fierbinte intr-un interval de doua ore, producandu-se o puternica incalzire a corpului, precum si o senzatie de relaxare a muschilor, ceea ce va duce la disparitia carceilor. Tot pentru alinarea durerilor provocate de carcei, se iau doua linguri de maghiran si se pun intr-un pahar plin cu ulei de masline. Se lasa la macerat doua saptamani. Se strecoara si se foloseste la masaj cand apar carcei.

Fiind bogat in saponine, oxalat de calciu, alcaloizi si histamina, untul pamantului elimina durerile provocate de carcei.

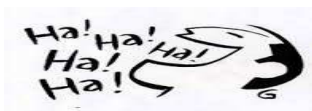
Locul masat cu unguent de untul pamantului se va incalzi, iar contractia musculara va disparea ca prin minune.

Specialistii in fitoterapie spun ca si ceaiul de coada racului este la fel de eficient. Peste trei lingurite de coada racului se toarna 500 ml de apa clocotita si se lasa sa stea 5 minute. Se beau, zilnic, trei cani de ceai cald.


Concluzii:

Cum nu se cunosc exact cauzele aparitiei carceilor sau crampelor musculare, nu exista nici o reteta suta la suta sigura care sa te fereasca total de aceste neplaceri. Fiecare trebuie sa experimenteze care dintre modalitatile de prevenire sau tratare descrise anterior ii sunt mai potrivite. De cele mai multe ori este de ajuns sa acorzi putina atentie alimentatiei si hidratarii si sa faci mai multa miscare -dar cu incalzire temeinica in prealabil. Daca situatia nu se amelioreaza in scurt timp - este recomandat un consult medical.

(sursa : internet)



-- Planeta Umor--

 - Aveți o nevroză endogenă, zise medicul. Cum vă petreceți timpul liber?

- Stau acasă mai tot timpul...

- De ce nu vă găsiți o femeie să ieșiți cu ea în oraș, să vă distrați? Nu v-ar plăcea?

- Ba da, mi-ar plăcea !


- Și atunci de ce nu o faceți? Sunteți timid?

- Nu, dar nu mă lasă nevastă-mea

 - L-am vizitat pe Avram la spital. Să știi că va mai rămâne o vreme...

- De unde știi? L-ai văzut pe doctor?


- Nu, dar am văzut-o pe asistentă ... Mă bate gândul să mă internez și eu ...

 Un tip își sună prietena:

- Alo, draga mea, ce-ți plac mai mult, bananele sau căpșunile?

- Ești la piață?

- Nu, la farmacie !

 Un moșneag de nouăzeci de ani stătea pe o bancă în parc, plângând. Un cunoscut trece pe lângă el și-l întreabă de ce plânge. Printre lacrimi, bătrânul răspunde:

- Iubesc o fată de douăzeci și cinci de ani...

- Și ce-i rău în asta?, întreabă cunoscutul.


Continuând să plângă, moșul răspunde:

- Nu înțelegi ... În fiecare dimineață, înainte ca ea să plece la lucru, facem dragoste. În pauza de prânz, vine acasă, îmi pregătește masa și apoi facem din nou dragoste. Seara vine acasă cât de repede poate și mai facem o repriză de sex. Iar după cina, toată noaptea facem sex nebun ...

- Bine, dar ai o relație pe care și-ar dori-o orice bărbat, mai ales la vârsta ta. Nu înțeleg, de ce plângi?!

Printre lacrimi, bătrânul răspunde:

- Am uitat unde stau...

 Un cuplu făcea dragoste mereu cu becul stins. Într-o noapte, în timpul actului sexual, soția aprinde pe neașteptate becul și-l vede pe soțul ei cu un vibrator în mână.

Înnebunită, sare jos din pat și spune:

- M-ai mințit de atâția ani ! Aștept o explicație !

- Bine, dragă, m-ai prins: sunt impotent și de aceea nu vroiam să aprinzi lumina, ca să nu afli tu.

După o pauză, bărbatul întreabă:

- Acum, că știi, explică-mi și tu un lucru: Cum dracu' ai reușit să-mi faci patru copii?!

 Doctore, am fost la dumneavoastră acum vreo trei ani și mi-ați spus să mă feresc de umezeală.


-Da, da, îmi amintesc.

- Am venit să vă întreb dacă pot să fac o baie.

 Doctorul vrea să afle antecedentele medicale.


- Tatăl tău a murit de moarte naturală?

- Ah, nu. A fost tratat de un doctor !

 - Doctore, vreau să vă mulțumesc pentru medicamentul prescris.

- Te-a ajutat, văd, nu-i așa? Cât ai luat din el, câte sticlute?

- Nici una. Unchiul meu a băut una și eu am moștenit o casă de toată frumusețea !

 Doctorul dictează asistentei un diagnostic în latină.

PACIENTUL (agitat):

- Domnule doctor, sufăr de vreo boală rară?

DOCTORUL:

- Da' de unde ! Jumătate din cimitir e plin cu cei care au avut boala dumneavoastră !

(Bancuri primite pe Email)

Plantele Medicinale



Lemnul-dulce (*Glycyrrhiza glabra*)

(I)

Este o planta iubitoare de soare si lumina, care creste in albiile secate ale raurilor si in luncile neimpadurite. In popor i se mai spune si raculet, dulcisor sau iarba dulce, datorita gustului radacinii sale. Frunzele sale, sunt fine si inchise la culoare, florile sunt mici si albe si are o radacina foarte puternica, care strapunge solurile dificile si pietroase. In scop medicinal se utilizeaza rizomul si radacinile, de la plantele de trei ani, recoltate toamna si uscate la soare, care trebuie sa contina cel putin 5% acid glicirizic si 20-25% substante solubile in apa (pentru produsul decorticat, respectiv nedecorticat). In radacinile acestei plante s-au determinat urmatoarele substante: amidon, glucide, glucoza, fructoza, zaharoza, hemiceluloza, pectine, proteine, lipide, taninuri, rezine, betaine, amide si substante minerale. De asemenea, lemnul dulce mai contine: aminoacizi, vitamine, triterpene, cumarine, steroli, pigmenti, carotene si saponozide triterpenice.

Mod de preparare si administrare

Pulberea de lemn-dulce

Se obtine prin macinarea fina, cu rasnita electrica de cafea, a radacinilor uscate. Pulberea astfel obtinuta se depoziteaza in borcanele inchise ermetic, in locuri ferite de lumina, asa incat principiile sale active sa nu se degradeze. Se administreaza cate o jumatate de lingurita, de trei-patru ori pe zi, in cure cu o durata de 12 zile.

Infuzia combinata de lemn-dulce

Se obtine prin punerea la macerat a 3-4 lingurite de lemn-dulce, intr-o cana cu apa, de seara pana dimineata, dupa care se filtreaza. Extractul rezultat se pune deoparte, iar planta ramasa se opareste cu inca o cana cu apa clocotita si se lasa sa se raceasca. Dupa racire, infuzia se filtreaza, iar in final se combina cele doua extracte, obtinandu-se astfel un preparat ce poate fi folosit atat intern, cat si extern.

Tinctura de lemn-dulce

Se obtine prin macerarea a 10 linguri de planta maruntita, in jumatate de litru de alcool de 70 de grade, vreme de doua saptamani, intr-un borcan inchis ermetic. Dupa trecerea acestui interval de timp, continutul borcanului se filtreaza prin tifon, iar tinctura se trage in sticlute mici, inchise la culoare. Se administreaza, de regula, o lingurita de tinctura, diluata in jumatate de pahar de apa, de 3-4 ori pe zi. Este o forma de administrare foarte eficienta, deoarece principiile din lemnul-dulce sunt foarte rapid asimilate de organism, dar prezinta un mare dezavantaj: continutul de alcool, total contraindicat in cazurile de hepatita, de boli tumorale sau de deficiente imunitare. In toate aceste cazuri, se poate folosi, in schimb, urmatoarea forma de administrare, care are o eficienta terapeutica iesita din comun.

Extractul de lemn-dulce

Se obtine din tinctura de lemn-dulce, din care se evapora complet alcoolul, ramanand o pulbere fina, dulce si extrem de concentrata in principii active - extractul de lemn-dulce. Acest extract contine de 10 ori mai multe principii active decat simpla pulbere de lemn-dulce. Mai mult, aceste principii active din extract sunt asimilate integral de organism, si nu doar in proportie de 25%, ca in cazul simplei pulberi. Ca atare, extractul este "medicamentul" cel mai concentrat care se poate obtine din lemn-dulce, asa incat nu este de mirare ca toate studiile facute in ultimele decenii cu aceasta planta au folosit extractul.

La noi in tara, extractul de lemn-dulce se gaseste combinat in proportii egale cu planta integrala, sub forma unor capsule cu o eficienta terapeutica remarcabila. De regula, o capsula contine in jur de 100 de miligrame de extract uscat de lemn-dulce. Dozele necesare de capsule cu extract vor fi precizate pentru fiecare tip de afectiune in parte.

Cataplasma cu lemn-dulce

Pulberea plantei se amesteca bine cu apa calduta, pana cand se formeaza o pasta care se inveleste in tifon si apoi se aplica pe



zona afectata. In tratamentul reumatismului, peste cataplasma se pune o sticluta cu apa fierbinte, pentru a potentia efectul terapeutic al plantei.

Tratamente interne cu lemn-dulce

* **Gripa, raceala** - la trecerea dintre anotimpuri, cand sistemul imunitar este slabit si suntem foarte susceptibili la raceli si gripe, o cura cu extract de lemn-dulce este salvatoare. Se administreaza cate opt capsule de extract de lemn-dulce, vreme de 10-20 de zile, pentru a creste capacitatea de lupta a organismului contra infectiei gripale. Odata raceala instalata, se iau cate 10 capsule pe zi, pana la disparitia simptomelor bolii.

* **Hepatita virală A, B și C** - cercetari facute in Japonia, de catre profesorul K. Yasuda si colaboratorii sai, au pus in evidenta faptul ca tratamentul cu lemn-dulce stopeaza evolutia hepatitelor virale. La un grup de pacienti cu hepatita B si C, tratati cu extract din aceasta planta, s-a observat dupa zece ani o rata a cirozei si a cancerului hepatic semnificativ mai mica (sub 50%) decat la grupul martor. Se tin cure de cate patru saptamani, timp in care se administreaza cate 10 capsule cu lemn-dulce pe zi. Dupa incheierea curei se tine o pauza de 7-14 zile, dupa care tratamentul se poate relua. Administrarea extractului de lemn-dulce se poate face si in paralel cu tratamentele cu interferon, a carui actiune o potenteaza, reducand in schimb efectele adverse.

Radacina de lemn-dulce

* **Herpesul** - se urmeaza aceeași cura de la hepatita virală, pentru prevenirea recidivelor si pentru a diminua simptomele bolii. Deoarece actiunea lemnului-dulce este sistemică, tratamentul se poate folosi in herpesul cu orice localizare. Studiile de medicina experimentală au aratat ca herpesul se vindeca mai repede, iar recidivele sunt mai rare atunci cand este administrat lemnul-dulce.

* **Cancerul hepatic** - conform studiilor medicului japonez Y. Arse, administrarea extractului de lemn-dulce previne aparitia cancerului hepatic si chiar provoaca intrarea in remisie a carcinoamelor hepatice, mai ales a celor aflate in primele faze. Mai mult, aceasta planta s-a dovedit ca stimuleaza secretia de interferon - substanta folosita frecvent in prevenirea acestei afectiuni. Se administreaza capsulele cu extract de lemn-dulce: cate zece pe zi, in cure de 30 de zile, cu 14 zile de pauza.

* **Cancerul de prostata** - in momentul de fata exista trei medicamente pe baza de lemn-dulce, produse in China si Japonia, pentru tratarea cancerului de prostata. Marile companii farmaceutice studiaza in prezent felul in care aceasta planta ajuta tratamentul clasic cu citostatice, rezultatele fiind mai mult decat incurajatoare. Se iau cate 8 capsule pe zi, in cure de 40 de zile, urmate de 15 zile de pauza.

* **Cancerul de col uterin** - un studiu de medicina experimentală facut in anul 2007, in Japonia, de catre K. Niwa si colaboratorii, arata ca administrarea de extract de lemn-dulce incetineste evolutia tumorilor maligne cu aceasta localizare si le face sa intre in remisie. Se iau cate 100 mg de extract pe zi, in cure de 15 zile, urmate de alte sapte zile de pauza, dupa care administrarea se reia. Acelasi tratament este valabil si in cancerul de piele.

* **Reumatismul** - se ia lemnul-dulce sub forma de tinctura, cate 3-4 lingurite pe zi, in cure de 30 de zile, cu 10 zile de pauza. Tinctura de lemn-dulce are un efect antiinflamator cu totul exceptional asupra articulatiilor, asemanator derivatilor de cortizon. Iar actiunea sa este potentata foarte bine si de cataplasmele calde cu lemn-dulce, care se aplica direct pe locul afectat.

* **Alergia** - se face o cura cu extract uscat de lemn-dulce, vreme de 21 zile, timp in care se iau cate 100 miligrame pe zi. Acest preparat stimuleaza secretia de cortizon natural, substanta antialergica si antiinflamatoare puternica, care fara a vindeca aceasta afectiune, amelioreaza foarte mult simptomele. Este un remediu pe care este bine sa il aveti la indemana mai ales in timpul apropiatelor polenizari, cand declansarea alergiei este frecventa si este nevoie de un remediu pentru a interveni rapid.

* **Lupusul eritematos** - simptomele acestei afectiuni pot fi considerabil ameliorate prin curele de scurta durata cu extract de lemn-dulce. Se administreaza zilnic cate 10 capsule, pe perioada a sase saptamani, dupa care se face o pauza de alte doua saptamani, dupa care administrarea se poate relua. Efectele lemnului dulce pot fi stabilizate printr-un regim lacto-vegetarian cu multe cruditati si prin administrarea de siliciu organic din coada-calului (*Equisetum arvense*), prezentat intr-un numar anterior al revistei noastre.

Selectie de Harieta R. (sursa internet)



Ideii practice și utile pentru gospodărie



Curata cu lamaie. solutii ecologice si practice (I)

Cum se poate curata cu lamaie, practic toate locurile din casa. In locul produselor de curatat clasice poti sa-ti faci propriile solutii, ecologice, parfumate natural, care functioneaza perfect.

- Chitul dintre placile de faianta se curata cu suc de lamaie. Poti sa folosesti o periuta sau un burete.
- Pune si lasa in cosul de gunori o coaja de lamaie. Mirosul dispare.
- Robinetele de inox se curata cu partea interioara, alba a cojii dupa ce sucul a fost stors. Daca sunt murdare foloseste si suc de lamaie.
- Pune coaja de lamaie in apa clocotita. Scoate lamaia si las-o pe o farfurie in camera. Improspateaza aerul. Acelasi rezultat il obtii punand o felie de lamaie pe care ai presarat bicarbonat pe o farfurie.
- Recipientele de plastic se curata cu apa amestecata cu suc de lamaie in parti egale. Dispare grasimea, dispare mirosul. Dispar si petele.
- Blatul de bucatarie se curata perfect cu suc de lamaie si apa in parti egale. Pune solutia intr-un pulverizator si foloseste mereu cand ai nevoie. Nu trebuie sa clatesti, nu este toxic.
- Cu aceeasi solutie poti curata perfect parchetul laminat. Cureti si parfumezi casa in acelasi timp.
- O jumătate de cana de suc de lamaie face exact acelasi lucru pe care il face o cana de clor pentru rufe. Pune fara reticente suc de lamaie in masina de spalat. O sa ai rufe albe si parfumate.
- Tocatoarele de lemn sau de plastic se curata perfect cu suc de lamaie. Petele si mirosul neplacut il poti indeparta frecand coaja de lamaie pe acesta. Uleiul din coaja are efect dezinfectant.
- Fa o pasta din suc de lamaie si sare de masa. Foloseste-o pentru a freca orice suprafete mucegaita. Adauga suc de lamaie in detergentul de vase pentru a-i creste eficienta. Intr-o stica de 500 de ml adauga sucul de la o lamaie. In plus acesta se va degrada mai usor in apele reziduale.
- Utilizati borax si suc de lamaie pentru curata toaleta. Efectul este magic!
- Indeparteaza mirosurile din frigider lasand in inaintea o jumătate de lamaie partial stoarsa. Trebuie schimbata o data pe saptamana.
- Coaja de lamaie indeparteaza mirosul de usturoi si peste de pe mana.
- Pune intr-un litru de apa clocotita o lingura de bicarbonat si sucul de la o lamaie. Toarna totul in scurgerea chiuvetei din bucatarie. O data pe luna este suficient ca sa mentii tevile curate.
- Sucul pus intr-un pulverizator curata perfect oglinzile, geamurile si sticla!

Cum puteti beneficia de proprietatile otetului

- Improspatati frigiderul. Curatati rafturile si pereti acestuia cu o solutie formata din jumătate apa si jumătate otet.
- Curatati cestile de cafea si cele de ceai cu otet si sare (sau bicarbonat de sodiu), in parti egale. Eliminati mirosurile.
- Curatati recipientele de plastic cu o carpa inmuata in otet.
- Distrugeti germenii din baie. Pulverizati otet de jur imprejurul chiuvetei si a cazii.
- Pentru a elimina urmele lucioase ale fierului de calcat de pe tesaturi, dar si petele de antiperspirant, frecati zona usor cu otet si apoi stergeti cu o carpa uscata.
- Igienizati toaleta. Turnati o ceasca de otet alb distilat in vasul de wc. Lasati amestecul sa actioneze peste noapte. Frecati bine cu o perie de toaleta si clatiti.
- Indepartati petele de pe covor cu o pasta din 2 linguri de otet alb distilat si 1/4 cana de sare sau bicarbonat de sodiu.
- Frecati pata si lasati sa se usuce si aspirati resturile.
- Reimprospatati-va pensulele. Pentru a indeparta vopseaua veche, puneti pensulele intr-o oala in care adaugati putin otet.
- Inmuiati-le timp de o ora si apoi lasati sa fiarba oala cateva minute la foc mic. Se scurg pensulele si se clatesc.
- Stergeti robinetele murdare si indepartati calcarul cu o pasta dintr-o lingurita de otet si doua lingurite de sare si aplicati solutia pe robinete. Se va freca bine cu o carpa si se va clati.
- Diminuati incarcarea electrostatica a hainelor. Adaugati 1/2 ceasca de otet alb distilat la ciclul de spulare.

Selectie de Harieta R.



Știați că...



Lucruri mai puțin cunoscute despre Europa

- În Europa fertilitatea este mai scăzută decât pe alte continente? Deși populația Europei numără 700 de milioane de locuitori și rata nașterii este relativ constantă, rata fertilității bătrânului continent este una din cele mai scăzute din lume.
- Cele două Războaie Mondiale au afectat forma actuală a Europei în mod decisiv și mai mult decât evident? Prima conflagrație a cauzat alterarea sau chiar dizolvarea a celor patru mari imperii: *Imperiul German, Imperiul Otoman, Imperiul Rus și Imperiul Austro-Ungar*. Iar cel de-al doilea Război Mondial a generat moartea a aproximativ 2,5% din populația planetei.
- Numele „Europa“? Masa continentală a fost botezată după Europa, o printesă feniciană din mitologia greacă. De asemenea, o altă teorie sugerează că denumirea vine de la cuvintele grecești “eurus”, care înseamnă larg, și ops/op-opt-, care înseamnă ochi, față, chip.
- Potrivit mitologiei grecești, Europa a fost o frumoasă printesă feniciană. Aceasta a fost fiica lui Agenor, regele Tirului. Zeus s-a îndrăgostit de Europa, așa că a decis să apară în fața sa ca un imens taur alb, pentru a-i câștiga încrederea. Puterea lui Zeus de a se metamorfoza este un element cheie în mitologia greacă. Printesa s-a urcat pe spatele taurului și a fost dusă în Creta, unde Zeus și-a dezvăluit identitatea în toată gloria sa.
- Cu o suprafață de 10,2 milioane de km², Europa ocupă penultimul loc în clasamentul întinderii continentelor, Australia fiind codasul topului. Acest lucru se poate vedea și cu ochiul liber pe orice hartă fizică a lumii.
- Europeanii se pot mandri cu cel mai mic stat din lume, dar și cu cel mai mare. Vatican are o suprafață de 0,44 km², iar Rusia (deși doar o parte din această țară se găsește în Europa) are o suprafață de 17,1 milioane de km².
- Denumirea continentului Europa provine de la cuvântul fenician “ereb” care înseamnă “apus de soare”. Așa spuneau fenicienii ținuturilor de la vest de Marea Egee, de unde porneau corăbiile lor spre Marea Mediterană, față de Asia, care se situa la răsăritul Soarelui.
- Altitudinea maximă este de 4 807 m în Vârful Mont Blanc din Alpi, iar la limita între Europa și Asia se află vârful Elbrus, din Munții Caucazul Mare, de 5 642 m.
- Altitudini sub nivelul Oceanului Planetar (28 m) se găsesc în apropierea Mării Caspice.
- Neavând scurgere în Oceanul Planetar, Marea Caspică este și cel mai mare lac de pe glob (371 800 km²). * Gibraltar este cel mai mic teritoriu neautonom de pe Pământ 6,5 km², aparținând Marii Britanii, pe o peninsulă stâncoasă în sudul Peninsulei Iberice. Strâmtoarea Gibraltar desparte Europa de Africa și are o lungime de 14 km.
- Marea Caspică are cea mai puternică evaporație dintre mările globului (nivelul său scade cu 20 cm pe an); este situată la limita dintre Europa și Asia.
- Khalkis este cea mai îngustă strâmtoare navigabilă (40 m). Parte a Mării Egee, strâmtoarea desparte insula Eubee de continent (Peninsula Balcanică).
- Marea Neagră este cea mai izolată mare a Oceanului Planetar, unica mare ce are două straturi de apă total diferite: la suprafață (până la 180-200 m adâncime) un strat cu o salinitate de 16-17‰, relativ mai ușor, cu oxigen dizolvat, în care se dezvoltă viața, iar la adâncime (de la 180-200m) un strat mai sărat (cu o salinitate de 21-22‰), mai greu, cu hidrogen sulfurat, fără oxigen și lipsit de viață.
- Marea Baltică este marea cu cea mai scăzută salinitate: 2 ‰.
- Sognefjord – cel mai adânc și cel mai lung fiord (1308 m adâncime maximă, 204 km lungime) este situat pe țărmul de sud-vest al Norvegiei și pătrunde adânc în interiorul țării.
- Hölloch este cea mai lungă peșteră din lume (104 km), situată în Alpii Calcaroși din partea centrală a Elveției, lângă localitatea Moutathal.
- Tunelul de sub Canalul Mânecii, construit între Franța și Marea Britanie (Coquelles, lângă Fretun și Cheriton, lângă Folkestone) a fost inaugurat în 1994. Au fost realizate două tuneluri, fiecare cu o lungime de 51,5 km și cu diametrul de



7,6m, săpate la o adâncime medie de 45 m sub nivelul mării. Transportul se face cu trenuri de pasageri, care circulă cu viteze de până la 160 km/oră sau cu trenuri de vehicule și pasageri.

- Simplon II este cel mai lung tunel feroviar din Europa (19823m), ce leagă Elveția de Italia, pe sub Alpi.
- Seil Sound este cea mai îngustă strâmtoare marină cunoscută pe glob (6m). Ea separă insula Seil de Scoția.
- Bosfor este cea mai îngustă strâmtoare intercontinentală și unește Marea Neagră cu Marea Marmara, având o lungime de 30 km, o lățime de 660 – 3300 m și adâncimi cuprinse între 33 și 80 m. Separă continentul Europa (Peninsula Balcanică) de continentul Asia (Peninsula Asia Mică). Pe țărmurile Bosforului a înflorit capitala Imperiului Bizantin, Constantinopol, și apoi a Imperiului Otoman (Istanbul). În prezent peste Bosfor se arcuiesc două mari poduri rutiere suspendate, cu deschiderea de peste 1000 m, care facilitează legăturile Europei cu Orientul Apropiat.
- Volga este cel mai lung fluviu din Europa, 3696 km, cu un debit mediu multianual la vărsare de 8000 m³/sec.
- Dunărea traversează toată Europa Centrală, în general pe direcție V-E, fiind al doilea fluviu european ca lungime (2860 km). Este fluviul care străbate cel mai mare număr de țări (10).
- Pierre Saint-Martin este peștera cea mai adâncă (1332 m) între nivelul de bază și plafon și cu cel mai adânc aven (700 m), situată în sud-vestul Franței, la granița cu Spania, în Pirineii Occidentali.
- Grota Mamutului (din Munții Alpi, Austria-Salzburg), desfășurată pe 55 km, este cea mai lungă din Europa.
- Monaco este statul cu cea mai mare densitate a populației (16 548,7 loc/km², în anul 2004), principat pe coasta Mării Mediterane, situat pe un promontoriu axat pe prelungirile calcaroase ale Alpilor Maritimi, în apropierea orașului francez Nisa.
- Mont Blanc este tunelul rutier (11 600 m) care străbate masivul muntos cu același nume din Alpii Francezi, este cel mai înalt de pe continentul european.
- Veneția este orașul situat pe cele mai multe insule (118, după alte surse peste 300), în laguna cu același nume din nord-estul Italiei, separată de Marea Adriatică printr-un perisip (Lido), străpuns în trei locuri.
- La 25 martie 1957 șase națiuni: Franța, Germania de Vest, Italia, Belgia, Olanda și Luxemburg au semnat Tratatul de la Roma, care pune bazele Comunității Economice Europene, denumită acum Uniunea Europeană.
- Vaticanul, stat european, este cel mai mic stat din întreaga lume
- Toate steagurile naționale din lume sunt dreptunghiulare, cu excepția a două state, Elveția și Vatican, care sunt pătrate. Steagul Belgiei doar la prima vedere pare pătrat, lungimea fiind aproximativ egală cu lățimea.
- Londra este orașul cu primul metrou din lume (10 ianuarie 1863) și cea mai extinsă rețea de metrou (435 km).
- Etna este vulcanul activ cu cea mai lungă perioadă de activitate, peste 6000 de ani. Are altitudinea maximă de 3340 m, fiind cel mai înalt vulcan european. Situat în nord-estul insulei italiene Sicilia, domină Strâmtoarea Messina, care desparte insula Peninsula Italia.
- Duisburg este cel mai mare port fluvial, cu un trafic de mărfuri de peste 50 mil. t. Situat la confluența Ruhrului și Rinului, Duisburgul este un vechi oraș hanseatic.
- Cea mai bogată țară din lume este Luxemburg și se află în Europa. {45530 euro venit anual/ locuitor.
- Țara cu cea mai mare densitate a femeilor din Europa este Letonia – 100 de femei la 83 de bărbați.
- Țara europeană cu cea mai mare densitate a bărbaților e Andorra – 113 bărbați la 100 de femei.
- Țările europene cu cel mai mare număr de varstnici: Italia și Grecia – peste 48% din populație e reprezentată de persoane de peste 60 ani.
- Albania este țara europeană cu cea mai tânără populație: peste 30% din populație sunt tineri sub 15 ani
- Capitala europeană situată la cea mai mare altitudine este Andorra de la Vella – 1070 m.
- Cel mai populat oraș european este PARISUL – 9.318.821 locuitori.
- Cel mai lung lanț muntos european este reprezentat de Munții Carpați – 1300 km.
- Cea mai întinsă țară europeană este Rusia.
- În vestul Poloniei există o pădure de aproximativ 400 de pini care cresc având la baza o înclinare de 90 de grade. Toți sunt îndreptați către nord și sunt inconjurați de o pădure mai mare cu aceiași copaci, care cresc însă normal. Colectia bizară este cunoscută sub numele de "Pădurea Incovoiață". Plantată în jurul anului 1930, copacii au crescut timp de 10 ani în mod normal și apoi au început să se îndoie. Specialiștii cred că este vorba despre un tip de intervenție umană, cu toate că nu pot dovedi acest lucru și nici nu-și pot explica de ce ar face fermierii din zona așa ceva.

- *Selectie Boer Egon -*



Evreii din Panciu - 20-

Bogdan Constantin Dogaru Mihai Liviu Adafini

Până la urmă, declararea Oraşului Panciu ca localitate cu *caracter românesc și creștin, cu excluderea oricărui element evreiesc* prin Decretul – Lege nr. 2315 din 6 august 1942, dat de Conducătorul Statului, nu a însemnat decât finalul nefericit al unor campanii antisemite declanșate împotriva populației evreiești din Panciu încă de la începutul secolului al XX – lea. Să nu uităm că, în timpul rășcoalei din 1907, țărani români din împrejurimile târgului (Movilița, Străoane, Diocheți, Mănăstioara) au intrat în oraș în zilele de 7 – 8 martie și au atacat cu ciomege și topoare pe cămătarii, arendașii și comercianții evrei, spărgând budanele de vin din crășmele acestora și furându – le mărfurile din prăvălii, intrând chiar în casele lor, bătându – i și distrugându – le bunurile. Timp de patru ore, Strada Carol, de exemplu, a fost efectiv devastată de la un capăt la altul, fiind distruse 67 de imobile, pagubele cifrându – se la suma de 300.000 de lei. Acțiunile antisemite au continuat cu o virulență și mai mare în perioada interbelică, știut fiind că în Orașul Panciu erau foarte mulți membri și simpatizanți ai Mișcării Legionare conduse de Corneliu Zelea Codreanu.

La art. 1 din decretul menționat mai sus se preciza faptul că *Orașul Panciu și suburbanele lui dărâmate de cutremurul de la 10 noiembrie 1940 se reconstruiesc sub înaltul patronaj al Conducătorului Statului, Mareșalul Ion Antonescu.*

Dar, până să înceapă reconstrucția orașului, mai întâi a început jaful materialelor de construcții provenite de la fostele imobile evreiești distruse de cutremur. În referatul înregistrat la nr. 2264 din 17 mai 1942 ajutorul de primar Ioan C. Popescu prezenta primarului Orașului Panciu, Adolf Căpățână următoarea situație:

Aduc la cunoștința d – voastră că de la proprietățile foste evreiești, trecute în patrimoniul Statului, s-a furat și se fură încontinuu diferite materiale care au fost de valoare. Se dă și un trist exemplu făcându-se școală de hoție. Au mai rămas ceva puține materiale bune la fostele proprietăți din Strada Carol: Saps Israil, Iancu Moise, B. Chelerman și alții la acoperișul clădirilor.

Apoi la Comunitatea Israelită Sinagogă - Magazia cu toate că s-a furat o groază de materiale continuă și în prezent să se fure tablă de pe acoperiș apoi restul de grinzi ce mai pot folosi. Aceasta aduc la cunoștința d – voastră pentru a proceda cum veți crede de cuviință salvând partea de materiale rămase și împiedecând sistemul hoților de fiecare noapte. Opinez să se aducă la primărie făcându – se inventar.

Luând act de referatul de mai sus primarul a emis decizia nr. 2385 din 27 mai 1942, *ținând seamă de multele reclamațiuni verbale, că se fură materialul rămas prin dărâmăturile caselor evreiești, lucru știut și de Poliția orașului.* Urma ca angajații Secției de Pompieri să dărâme restul acoperișurilor rămase la cele câteva imobile evreiești de pe Strada Carol și magazia fostă a Comunității Evreiești din Strada Costache Negri. Materialul rezultat trebuia să fie cărat în sediul fostei primării, inventariat și pus la dispoziția C.N.R. Și, de parcă cutremurul nu ar fi fost de ajuns, la 14 iunie 1942, orele 12, o furtună puternică cu grindină a aruncat în stradă mai multe acoperișuri de la casele dărâmate evreiești, circulația fiind întreruptă în două locuri pe strada Carol.

O mare cantitate din materialul rămas de la casele evreiești fusese însă adunat de legionari în toamna anului 1941 în curtea Primăriei, cu o parte din acesta construindu-se un *bordei mare* pe terenul aflat în proprietatea primarului Adolf Căpățână din fața viei Durlan. Prin adresa nr. 1466 din 13 aprilie 1943 C.N.R. Putna solicita Prefecturii ca, prin organele abilitate, să facă un deviz al materialului întrebuițat, să constate valoarea pe care o avea la momentul respectiv și să oblige Primăria Panciu a – i achita acel material sau să cedeze bordeiul C.N.R. pentru a-l valorifica.

Autoritățile de la acea dată au acceptat cu greu prezența în oraș a muncitorilor evrei deoarece Panciu trebuia să fie *oraș curat român creștin*. Pentru reconstrucția Panciului Marele Stat Major urma să pună la dispoziția autorităților un detașament de 250 de evrei care urmau a fi cazați separat de locuitorii orașului, alocația zilnică de hrană pentru aceștia urmând a fi similară cu cea a ostașilor, adică 53,50 lei pe zi.

O dare de seamă a Serviciului Regional al Refacerii Focșani – Panciu privind lucrările efectuate în perioada 2 aprilie 1943 (vizita la Panciu a Mareșalului Ion Antonescu) – 29 aprilie 1943 este sugestivă asupra modului cum a fost cazat și utilizat la munca obligatorie primul lot de 111 muncitori evrei sosiți în localitate la 16 aprilie 1943. Redăm mai jos textul respectivului document care este edificator asupra stării de fapt existente la acea dată:

1. Reparațiuni sumare la clădirea avariata de cutremur, fostul gimnaziu și spital, destinată pentru adăpostirea detașamentului de muncitori evrei (240) pus la dispoziția noastră de către Marele Stat Major

Cazul unuia din cei mai cunoscuți spioni antebelici

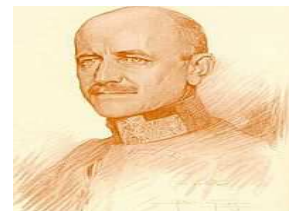
- 1 -

În primăvara anului 1913, în Austria izbucnește un mare scandal în momentul în care iese la iveală că unul din cei mai importanți ofițeri din Statul Major oferise Rusiei, în schimbul unor importante sume de bani, numeroase informații secrete privind armata austro-ungară. Era ultima picătură care arăta situația jalnică în care se afla armata Imperiului.

În aprilie 1913, la oficiul poștal din Fleischmarkt, Vienna, a sosit o scrisoare, marcată poste-restante, pentru un anume domn Nikon Nizetas. Scrisoarea fusese trimisă din Eydtkunen, un mic orașel german aflat în apropierea graniței cu Rusia. Neridicată, scrisoarea a fost trimisă înapoi la Eydtkunen și de acolo la Berlin, pentru a fi returnată expeditorului. Scrisoarea a fost deschisă și a trezit imediat suspiciunile autorităților: în plic se aflau 6000 de coroane (circa 8000£). Scrisoarea a fost apoi dată serviciilor de informații germane, care au făcut legătura dintre adresa expeditorului (din Geneva) și un ofițer francez pensionat despre care se știa că e activ în spionaj. Autoritățile austriece au fost la rândul lor informate imediat, iar cercetările începute la Viena au fost preluate de șeful serviciilor de contra-informații militare, Max Ronge. El conducea departamentul de aproape un an de zile, preluând funcția de la Colonelul Alfred Redl.



Colonel Alfred Victor Redl



Colonel Maximilian Ronge

La ordinul lui Ronge, s-a făcut un duplicat al scrisorii, iar acesta a fost trimis la oficiul poștal din Fleischmarkt pentru a fi ridicat de respectivul Nizetas, acum suspectat de spionaj. Trei ofițeri de poliție au fost trimiși acolo pentru a-l aștepta pe Nizetas. Acesta nu și-a făcut însă apariția în următoarele săptămâni; în schimb, au mai sosit pentru el alte două scrisori, cu 8000, respectiv 7000 de coroane. Una din scrisori venea tot de la Eydtkunen, iar cealaltă de la Berlin, provenind însă de la Sankt Petersburg. Autoritățile au bănuit atunci că spionul nu are doar legături cu francezii, ci și cu rușii.

Abia pe 24 mai, într-o zi de sâmbătă, Nizetas și-a făcut apariția pentru a-și ridica scrisorile. Fata de la ghișeu, instruită de polițiști, l-a ținut puțin de vorbă, și i-a anunțat pe polițiștii aflați la etajul clădirii – prin intermediul unui buton secret – de venirea lui Nizetas. Acesta a plecat destul de repede și s-a urcat într-un taxi; polițiștii au avut noroc că au găsit la rândul lor un taxi pentru a-l urmări. După ce au pierdut din vedere taxi-ul de câteva ori, l-au găsit în apropiere de Hotelul Klomser. Taximetristul le-a spus polițiștilor că Nizetas îi ceruse să-l ducă la hotel și că lăsase pe banchetă cutia unui briceag, folosit probabil pentru deschiderea scrisorilor.

Polițiștii s-au dus la hotel și i-au spus ușierului să-i spună lui Nizetas că taximetristul s-a întors să-i lase cutia. Au rămas apoi în apropiere pentru a-l aștepta pe suspect, care părăsise hotelul înainte de sosirea lor. Când s-a întors, polițiștii l-au observat în timp ce rupea o bucată de hârtie, pe care aveau ulterior să o recupereze. Situația s-a complicat când unul dintre polițiști a spus că-l recunoaște pe suspect: era nimeni altul decât colonelul Alfred Redl, fostul șef al serviciilor de contra-informații militare.

Polițiștilor nu le-a venit să creadă, însă hârtia pe care Redl o rupsese intrând în hotel, pe care a aruncat-o apoi, a confirmat suspiciunile: era nota de primire de la poștă, de la ridicarea scrisorilor, iar semnătura îi aparținea lui Redl. Ronge și superiorul său, Colonelul Urbanski, șocați la rândul lor, l-au anunțat pe Generalul Conrad von Hotzendorf, șeful Marelui Stat Major.



August Urbański von Ostrymiecz,



Conrad von Hötendorf



📖 **Solomon Schechter (Shneur Zalman Schechter (n. 7 decembrie 1847, Focșani, Moldova - d. 19 noiembrie 1915, New York)** învățat și rabin englez -american originar din Moldova (ulterior - parte a României), ebraist, cercetător în domeniul iudaismului și pedagog, revelator și cercetător al documentelor Ghenizei din Cairo, părintele spiritual al curentului conservativ în iudaism, întemeietorul Uniunii Sinagogilor conservative din SUA, directorul și înnoitorul prestigiosului Seminar Teologic Iudaic din New York ((Jewish Theological Seminary - JTS).

📖 **Clara Haskil (n. 7 ianuarie 1895, București; d. 7 decembrie 1960, Bruxelles)** pianistă româncă, renumită pentru interpretarea repertoriului clasic și romantic. Haskil a fost în mod special apreciată pentru concertele și înregistrările ei cu piese de Mozart. Mulți o consideră cea mai bună interpretă a lui Mozart, din epocă. Este cunoscută pentru interpretările superbe din Beethoven, Schumann și Scarlatti. Numele ei este păstrat viu de unul din cele mai mari concursuri de pian din lume, Concursul International de Pian Clara Haskil, din Vevey, Elveția

📖 **Leon Pinsker (n. 13 decembrie 1821, Tomaszów Lubelski , Regatul Polonia- d. 09 decembrie 1891, Odesa , Imperiul Rus)** medic și jurnalist , precum și precursor și pionier al sionismului .Rămășițele sale au fost aduse la Ierusalim în 1934 și reînhumate în Pestera lui Nicanor langa Muntele Scopus . Moshav Nahalat Yehuda , acum un cartier din Rishon LeZion , este numit după el, ca și străzi în mai multe orașe din Israel.

📖 **Kirk Douglas (născut Issur Danielovitch Demsky la 9 decembrie 1916, Amsterdam, statul New York)** este un foarte cunoscut și prolific actor, regizor, producător evreu-american de film, unul din puținii supraviețuitori ale „Erei de Aur” a Hollywood-ului. Despre legendarul actor Kirk Douglas se poate spune că are nouă vieți: după o operație la inimă, un accident vascular cerebral și un accident de elicopter. În anul 2004, Kirk Douglas s-a retras din actorie, dar numele îi este dus mai departe de fiul său, Michael Douglas, un actor la fel de celebru, pe care, spune Kirk, nu l-a încurajat să aleagă această cale, dar de care este mândru.

📖 **Tania Lovinescu (9 decembrie 1924, Ploiești)** este o poetă și prozatoare. Este fiica Rebecăi Goldenberg (născută Feldman), învățătoare, și a lui Herman Goldenberg, chimist. A absolvit Liceul „Cultura” și Facultatea de Fizico-Chimice din cadrul Universității bucureștene, luându-și licența în 1949. A lucrat la Radiodifuziunea Română (1949-1983), la Institutul Român de Relații Culturale cu Străinătatea (1953-1955), la Consiliul Național al Femeilor (1955-1967), la revista „Agricultura socialistă”, devenită „Satul socialist” (1967-1975). În 1989 a emigrat în Israel. Debutează în 1957, cu un reportaj, la revista „Femeia” și mai colaborează la „România liberă”, „Contemporanul”, „Magazin”, „Albina”, „România literară”. Debutul editorial îl reprezintă volumul de poezie *Oamenii, visele* (1968), căruia îi urmează alte cărți de versuri: *Arpegiul de toamnă* (1973), *Pescărușii* (1984), *Exerciții de luciditate* (1985), *Abel* (2001). Este laureată a Premiului

📖 **Alton Glenn Miller (n. 1 martie 1904 – d. 15 decembrie 1944)** muzician american de muzică jazz. Printre cele mai cunoscute compoziții ale sale se numără „In the Mood”, „Moonlight Serenade”, „Pennsylvania 6-5000”, „Chattanooga Choo Choo”, „A String of Pearls”, „At Last”, „(I've Got a Gal In) Kalamazoo”, „American Patrol”, „Tuxedo Junction”, „Elmer's Tune” și „Little Brown Jug”

📖 **Rozina (Rosina) Cambos (n. 17 decembrie 1951, Bacău - d. 4 decembrie 2012 Beit Dagan)** actriță română și din 1983, actriță israeliană, de teatru, de cinematograf și televiziune. A jucat în limbile ebraică și română. S-a distins ca „actriță de caracter”, atât în roluri comice cât și dramatice

📖 **Nathan Milstein (n. decembrie 1903 în Odesa – d. 21 decembrie 1992 în Londra)** violonist rus , naturalizat american în 1942 după ce a petrecut o mare parte din viața sa în Statele Unite ale Americii . Milstein este, de asemenea, autorul a numeroase aranjamente pentru vioară, precum în special pentru concerte de Mozart (K 219) și Beethoven (op. 61) și Brahms (op. 77) și Paganini (Op. 6). Cavaler al Legiunii de Onoare în 1968 , el a primit, de asemenea, un premiu Grammy în 1975 .

📖 **Max Born (n. 11 decembrie 1882 în Breslau — d. 5 ianuarie 1970 în Göttingen)** matematician și fizician evreu german, profesor universitar la Göttingen, Edinburgh (1933 - 1953) și Berlin (din 1953), unul dintre creatorii mecanicii cuantice, laureat al Premiului Nobel pentru Fizică în anul 1954 împreună cu Walther Bothe. A propus interpretarea standard a pătratului funcției de undă ca densitate de probabilitate. În ianuarie 1933 a fost obligat să emigreze în Marea Britanie.



📖 **Emanuel Lasker (n. 24 decembrie 1868; d. 11 ianuarie 1941)** a fost un jucător de șah și matematician evreu german, născut la Berlinchen în Branderburg (astăzi Barlinek în Polonia). Evreu de origine, se va remarca și ca un filozof și umanist de excepție, luptând pentru educația, stabilitatea și securitatea omenirii. A fost campion mondial la șah (1894-1921). El a fost și un filozof și un bun prieten lui Albert Einstein. Mai târziu în viața sa a devenit un umanist, scriind cu pasiune despre nevoia de inspirație și de educație structurată, pentru stabilizarea și securitatea omenirii. El s-a apucat mai târziu de Bridge (jocul), unde a devenit maestru, apoi de studierea jocului Go (jocul). El a inventat Lasca, o variantă a șahului, în care piesele nu sunt luate de pe tablă, ci puse sub piesa care le cucerește. Scriitoarea Else Lasker-Schüler i-a fost cumnată, iar Emanuel Lasker, este înrudit cu jucătorul de șah, Edward Lasker. În 1925 el publică Manualul de Sah al lui Lasker, faimos în cercurile de șahiști, pentru tonul filozofic întâlnit în carte.

📖 **Edward Goldenberg Robinson (n. 12 decembrie 1893, București - d. 25 ianuarie 1973, Hollywood, California)** actor american de origine român evreu. După o carieră cinematografică întinsă pe mai mult de de cinci decenii (1916-1972), Institutul American de Film l-a clasat pe Robinson printre cei mai mari actori ai secolului al XX-lea.

📖 **Nelly Sachs (născută Leonie Sachs, 10 decembrie 1891, Berlin – d. 12 mai 1970, Stockholm)** scriitoare germană evreică, laureată a Premiului Nobel pentru Literatură în 1966. După război, publică nu prea numeroase dar apreciate culegeri de poeme, dintre care unele în traducere suedeză. În versurile ei, sunt simboluri ale transformării (fluturile) sau morții (praf, fum, nisip). În ciuda amărăciunii, poemele Nelliei Sachs nu lasă să transpară ura, și în aceasta constă măreția lor.

📖 **Christian Johann Heinrich Heine (numele la naștere Harry Heine), (n. 13 decembrie 1797, Düsseldorf – d. 17 februarie 1856, Paris)** poet și prozator german. A fost unul dintre cei mai semnificativi poeți germani și reprezentant de seamă al liricii romantice universale. Lirica sa reflexivă este marcată de o originală subiectivitate, fiind subordonată deopotrivă fanteziei și reveriei romantice, dar și înclinației către ironie, autoparodie și umor. A exercitat o puternică influență asupra literaturii germane.

📖 **Fritz Haber (n. 9 decembrie 1868; d. 29 ianuarie 1934)** a fost un chimist evreu-german (botezat ca luteran, apoi revenit la iudaism) laureat al Premiului Nobel pentru chimie (1918). Printre meritele sale se enumără sinteza amoniacului și descoperirea elementelor de componentă. De numele lui Haber mai este legată și o metodă ("ciclul Born-Haber") de stabilire a energiei de rețea într-un cristal ionic. Fritz Haber a fost de asemenea autorul unui proiect de cercetare militară în urma căreia Germania wilhelmiană a folosit, în cea de-a doua bătălie în Ypres (Flandra, Belgia), o armă chimică bazată pe răspândirea atmosferică a unui gaz toxic (clor).

📖 **Lion Feuchtwanger (pseudonimul literar de J.L. Wetcheek n. 7 iulie 1884 - d. 21 decembrie 1958)** romancier și dramaturg german. Deoarece era de origine evreiască, în 1933, o dată cu ascensiunea nazismului, este nevoit să se expatrieze și ulterior se stabilește în SUA. Romanele sale istorice, cu aluzii critice la problemele contemporane (cum ar fi rasismul și antisemitismul), au o puternică pătrundere psihologică. În 1953, Lion Feuchtwanger a câștigat Premiul Național de Germania de Est de primă clasă pentru artă și literatură.

📖 **Woody Allen (numele inițial Allen Stewart Konigsberg, numele legal Heywood Allen, n. 1 decembrie 1935, New York)** este unul dintre cei mai importanți regizori de film și comedieni americani. Premii Oscar : Cel mai bun regizor 1977 Annie Hall, Cel mai bun scenariu original 1977 Annie Hall, 1986 Hannah and Her Sisters.

📖 **Oscar Sager (n. 22 decembrie 1894, Focșani - d. 14 aprilie 1981)** neurolog român, de origine evreu, profesor la Univer-sitatea din București, elev și continuator al lui Gheorghe Marinescu, din anul 1963 membru titular al Academiei Române. A făcut cercetări, experimentale și clinice, asupra tonusului muscular, relațiilor somn-veghe, excitabilității neuronului motor periferic, asupra transmiterii excitațiilor vizuale la cerebel, transmiterea excitațiilor senzitive pe căi nespecifice la rinencefal etc. S-a mai ocupat de problema originii subcorticale a unor accese de epilepsie și de rolul rinencefalului în elaborarea reflexelor condiționate. Cercetările lui Oskar Sager în domeniul fiziologiei talamusului, cronaxiei, tonusului muscular, fiziologiei cerebelului, stării de rigiditate prin decerebrare, asupra fiziologiei substanței reticulate l-au impus ca autoritate necontestată în domeniul neuroștiinței.

📖 **Iarie Voronca (nume original Eduard Marcus, n. 31 decembrie 1903, Brăila - d. 8 aprilie 1946, Paris)** a fost un poet evreu român de avangardă, promotorul revistelor 75 HP și Integral și al mișcării integraliste. A mai semnat sub pseudonimele Alex Cernat și Roneiro Valcia. La zece ani de la moarte, prietenii francezi publică volumul *Poèmes choisis*, iar în 1964 și 1965, tânărul grup de literați "Pont de l'épée" adună într-un volum poemele inedite ale lui Voronca. În 1972, la editura Minerva din București apar, sub îngrijirea lui Sașa Pană, două volume de *Poeme alese*.

Lucian L



**SITUAȚIA PENSIONARILOR CU DOMICILIU ÎN STRĂINĂȚATE:
ANTERIOR ȘI DUPĂ DATA INTRĂRII ÎN VIGOARE A LEGII 19/2000 (4)**

...Această soluție este valabilă numai în cazul în care titularul nu și-a desemnat un mandatar pentru stabilirea și încasarea drepturilor de pensie.

În condițiile în care titularul dreptului de pensie domiciliat în străinătate și-a desemnat un mandatar, casa teritorială de pensii competentă este cea din raza de domiciliu a mandatarului.

În cazul în care drepturile au fost stabilite/suspendate de către o altă casă teritorială de pensii, dosarul urmează a fi preluat prin transfer, la cererea casei de pensii din raza de domiciliu a mandatarului.

Procedura menționată se aplică și în cazul reluării în plată a drepturilor de pensie, anterior stabilite și suspendate de la plată.

Pensia, stabilită prin decizia emisă de Casa teritorială de pensii, urmează a fi virată în contul curent personal și poate fi ridicată pe baza actului de identitate de către titular sau pe baza procurii speciale de către mandatar.

În cazul în care se optează pentru varianta încasării drepturilor de pensie prin intermediul unui mandatar, cetățenii români, precum și persoanele de origine română care au cetățenie străină sau statutul de apatrid pot solicita emiterea procurii speciale în următoarele condiții:

§ procura specială poate fi eliberată pe teritoriul statului de domiciliu, după cum urmează:

- în cazul statelor semnatare ale Convenției de la Haga , procura este valabilă numai dacă este însoțită de apostila eliberată de către autoritatea competentă potrivit legislației naționale a statului de la care emană documentul;

- în cazul statelor cu care România are încheiate tratate sau convenții de asistență juridică bilaterală în acest domeniu, procura este valabilă fără nici o altă formalitate;

§ procura specială poate fi eliberată pe teritoriul statului de domiciliu și de către misiunile diplomatice sau oficiile consulare ale României, în acest caz emiterea procurii fiind scutită de taxa consulară.

§ procura specială poate fi emisă și de către notarii publici de pe teritoriul României.

Procura specială trebuie să conțină următoarele elemente:

Ø numele, prenumele, cetățenia, data și locul nașterii, domiciliul și actul de identitate ale titularului dreptului la pensie (valabil la data eliberării procurii);

Ø numele, prenumele, datele de identificare (actul de identitate, domiciliul, data și locul nașterii) ale mandatarului;

Ø obiectul mandatului (ridicarea carnetului de muncă, întocmirea dosarului de pensie, deschiderea contului curent personal, încasarea pensiei pentru plăți curente și restante, semnarea extrasului de cont);

Ø precizarea că mandatarul are obligațiile ce revin titularului, inclusiv pe cea de a anunța în termen casei teritoriale de pensii orice schimbare intervenită în situația titularului de natură să modifice sau să înceteze dreptul la pensie.

Procura specială care nu este emisă în limba română, precum și apostila (când este cazul), vor fi traduse legalizat. Procura specială este valabilă 18 luni.

Pentru recunoasterea internațională, documentele de stare civilă, respectiv certificatele de naștere și casatorie, după ce li se aplică apostila de către Institutia Prefectului, se traduc în limba țării de destinație de către un traducător autorizat, inclusiv apostila, după care se legalizează de către un notar public, iar în final traducerea legalizată se suprlegalizează cu apostila de către Curtea de Apel competentă.

Pentru statele membre Haga, începând cu data de 1 Noiembrie 2004, apostilarea / suprlegalizarea documentelor se va face de către birourile specializate ale Prefecturilor, respectiv Curtilor de apel din județul respectiv, iar aceste documente vor fi recunoscute în oricare din aceste state fără a mai fi necesare alte proceduri suplimentare. Potrivit Convenției, actele oficiale (inclusiv procurile speciale pentru pensii) care au fost pentru statele care nu au aderat la Convenția de la Haga procedura de suprlegalizare va fi făcută prin vizare de către Ministerul Afacerilor Externe al României, Ministerul Justiției și acolo unde este posibil, și de către Consulatul țării respective din București.

(InfoAZ)

Moses Josef Rubin



(n. 1892, Wola Michowa, Galiția, Austro-Ungaria - d. 1980, New York, Statele Unite ale Americii)

Moses Josef Rubin s-a născut în anul 1892 în satul Wola Michowa din regiunea Galiția a Austro-Ungariei (azi în sud-estul Poloniei). Tatăl său era rabinul Mendel Rubin, care a devenit ulterior rabin hasidic la Siret (Bucovina), iar mama sa era Beila Rubin, născută Horowitz.

Când Moses Josef era numai un copil, familia sa s-a mutat din Galiția în Bucovina și s-a stabilit în orașul Siret, unde tatăl său a fost numit rabin al comunității evreiești.



Centrul din Siret



Templul evreiesc din Siret

Moses Josef Rubin și-a promovat examenul pentru diploma de rabin în fața unei comisii formate din personalități rabinice importante ale timpului său printre care rabinul Chaim Tzvi Teitelbaum din Sighet și rabinul Yehuda Leib Tsirelson din Chișinău. În 1921 s-a căsătorit cu Sarah Farkas și au avut doi fii: dr. Samuel S. Rubin și dr. Jacob K. Rubin. Între anii 1922-1940, a îndeplinit funcția de Șef-Rabin al comunității evreiești din Câmpulung Moldovenesc (Bucovina, România). La 12 octombrie 1940, de Iom Kipur, toate casele evreiești din Câmpulung au fost jefuite, iar evreii au fost maltratați de către legionari. Bunurile confiscate au fost duse la "Casa Verde", sediul legionarilor. Valoroasa bibliotecă a rabinului Moses Josef Rubin a fost distrusă. Pentru că a refuzat să semneze un document prin care recunoștea că a ascuns dinamită în sinagogă în scop de sabotaj, rabinul și fiul său au fost bătuți și amenințați cu împușcarea. Toate sinagogile din oraș au fost jefuite de obiectele de cult valoroase. După acest incident, rabinul Rubin și familia sa au fugit la București. Din 1941 și până în 1946, rabinul Rubin a fost președinte al Consiliului Rabinic din România și președinte al filialei românești a organizației Agudath Israel. În timpul celui de-al doilea război mondial, a fondat prima organizație *Vaad Hatzalah* (Comitetul de Ajutor și Salvare) din București, cu scopul de a-i ajuta pe evreii deportați în lagărele de concentrare din Transnistria.

După cel de-al doilea război mondial, rabinul Rubin a emigrat în Statele Unite ale Americii unde a fost rabin la New York. El a fondat acolo Centrul pentru Rabinii Europeni, al cărui scop consta în acordarea de ajutoare pentru rabinii europeni care-și pierduseră comunitățile și sursele de existență, precum și prevenirea distrugerii cimitirelor evreiești din Europa. După mai mult de două decenii de la moartea rabinului Rubin, organizația sa a fuzionat cu organizația "Oholei Zadikim" condusă de rabinul Israel Meir Gabay.



ORASE PIERDUTE

Ani, capital medievala a Regatului Armean (II)



..... aspecte din viața Mântuitorului. O serie de fresce par să fie executate de artiști georgieni, în timp ce în Nartex se regăsesc fresce bizantine, ca în “Învierea lui Lazăr”, “Sfântul Tigris” și “Sfântul Tigran”

BISERICA MÂNTUITORULUI Biserica a fost terminată la scurt timp după anul 1035. A fost construită de prințul Ablgharib Pahlavid, pentru a adăposti un fragment al Sfintei Cruci și a rămas, ca prin minune, intactă până în anul 1955, când întreaga jumătate estică a ei s-a prăbușit în timpul unei furtuni.

BISERICA SFÂNTULUI GRIGORE DIN ABUGHAMRENTS

Apartține, probabil, sfârșitului secolului al X-lea. A fost construită ca o capelă personală a familiei Pahlavuni, întrucât în apropierea părții de nord a bisericii se află și mausoleul familiei, construit în anul 1040, dar din care nu au mai rămas decât fundațiile.

ALTE VESTIGII DIN ANI Pe teritoriul actual al localității au mai rămas și alte vestigii, ca: --Biserica Sfântului Grigore, a regelui Hacik, construită între anii 1001 și 1005, -Biserica Sfinților Apostoli, datată în jurul anului 1031, -Moscheia Mînuchir, datată în jurul anului 1072, -Biserica georgiană Surp Stephanos, construită între anii 1161 și 1218, precum și alte câteva de mai mică însemnătate.

CITADELA La capătul de sud al localității Ani se află o ridicătură de pământ, cunoscută odinioară sub numele de Midjnaberd (“Cetatea interioară”). Ea avea propriile sale ziduri defensive, care datează încă din perioada domniei dinastiei Kamsarakan, în secolul al VII-lea înainte de Cristos.

ZIDURILE ORAȘULUI înconjoară aproape întregul oraș-cetate. Cele mai importante se aflau în partea de nord a orașului, singura parte neprotejată de râuri sau ravine. În conformitate cu cronicile, ele au fost ridicate între anii 977-989, sub domnia regelui Smbad. După această dată, zidurile au fost permanent extinse, atât în înălțime cât și în grosime, adăugându-li-se din ce în ce mai multe turnuri.

ZONA PEȘTERILOR În afara orașului propriu-zis se afla și o zonă cu “locuințe” săpate direct în stâncă și care a apărut atunci când Ani a devenit neîncăpătoare pentru o populație ce nu mai avea loc în incinta dintre ziduri. Un vestigiu important al acestei așezări este și “biserica din peșteră”, cu fresce care mai dăinuie și azi.

EPILOG După ani lungi de restricții impuse arheologilor, oamenilor de știință și turiștilor, de către autoritățile turce, se pare că acestea revin în ultimul timp la sentimente mai bune. În anul 2004 au fost ridicate restricțiile cu privire la vizitarea și fotografierea așezării. Guvernării actuali își manifestă dorința de a proteja și conserva localitatea. Ministerul turc al culturii întreprinde în prezent listarea pe Internet a vestigiilor orașului. Guvernatorul local și-a manifestat dorința de a reconstrui o biserică și o moscheie din oraș, ca un început al restaurării majorității monumentelor așezării. În octombrie 2010, fundația “Global Heritage Fund” a cuprins Ani în lista celor 12 pierderi ireparabile ale umanității. În mai 2011, fundația “World Monuments Fund” a anunțat deja începerea lucrărilor de conservare a Catedralei și Bisericii Mântuitorului, în colaborare cu Ministerul Turc al Culturii. **SĂ SPERĂM !** Ar fi nedrept să nu amintim aici faptul, că în anul 1935 marele nostru armenolog și orientalist SIRUNI a fondat Revista (și Anuarul) de cultură armeană ANI. Siruni a murit în 1973 la București, la vârsta de 83 de ani. În ziua de 15 noiembrie 2012, a fost ales în calitate de membru postmortem al Academiei Române. La 7 aprilie 2013 se împlinesc 40 de ani de la moartea sa. Siruni, Agop Kûmbetlian și avocatul Agop Aram la Constanța, în anul 1970.

Lucruri nestiute despre Michelangelo Buonarroti

- Cercetatorii au analizat mai multe documente care datau din secolele XV - XVI despre viata lui Michelangelo si au ajuns la concluzia ca acesta suferea de autism, fiind "preocupat cu propria realitate". De asemenea, el avea dificultati in a lega relatii cu ceilalti oameni.
- Mai mult, cercetatorii au descoperit ca Michelangelo era extrem de interesat de corpul uman. De aceea, el obisnuia ca noaptea sa fuga din casa spre morga, unde diseca, la lumina lumanarii, cadavre, iar apoi desena organele in cel mai mic detaliu. Se pare ca, tocmai aceasta activitate a dus la inrautatirea starii lui de sanatate. Artistul slabise foarte mult si era aproape de nerecunoscut in fata apropiatilor sai. Insa, toate acestea l-au ajutat sa creeze cele mai frumoase opere de arta. "Crearea lui Adam", faimoasa pictura de pe bolta Capelei Sixtine, este una dintre cele mai pretioase picturi din lume. El a lucrat timp de patru ani pentru realizarea acesteia.
- **Leonardo și Michelangelo au fost contemporani și au trăit amândoi în Italia.** În ciuda faptului că ambii au fost artiști neîntrețuți și ar fi putut lucra împreună, **s-au urât de moarte, insultându-se ocazional chiar în văzul tuturor.**
- „Nu te poți înțelege cu el!” – așa se plângea Iulius al II-lea, considerându-l pe Michelangelo un om foarte dificil, irascibil, necioplit, orgolios, iritabil și intransigent.
- **In timpul in care Michelangelo a locuit la familia Medici,** se pare ca acesta si-a desavarsit cunostintele despre corpul uman. Artistul fugea in fiecare noapte din casa spre morga unde se aflau cadavre ale oamenilor strazii sau ale celor fara familii. Michelangelo facea disectii la lumina lumanarii, iar apoi schite si desene despre corpul uman in cele mai mici detalii. In acea perioada, din cauza efortului foarte mare si al mirosului insuportabil din fiecare noapte Michelangelo slabise foarte mult si devenise aproape de nerecunoscut in fata familiei sale.
- **Artistul si-a pus intreaga viata in slujba artei.** Printre cele mai importante opere create de el se numara statuia lui David, Pieta, Moise, Capela Sixtina si mormatul familiei Medici. Sfarsitul vietii si l-a dedicat in cea mai mare parte arhitecturii, fiind numit arhitect-sef si constructor al bisericii Sfantul Petru de catre Papa.
- **Bolta capelei Sixtine a reprezentat** una din cele mai complexe picturi realizate de Michelangelo. Apreciata de unii si considerata blasfemica de altii prin prezentarea corpului uman neacoperit cu haine, bolta capelei este si astazi un monument care nu poate fi ignorat pe harta picturii universale.
- **La sfarsitul lucrarilor** la Capela Sixtina, se spune ca Michelangelo nu mai putea privi inainte, muschii gatului sau fiind blocati, astfel ca privirea ii era mereu indreptata in sus, in pozitia pe care o avusese in timp ce pictase.
- **Genialitatea de care artistul** a dat dovada in pictura, sculptura si arhitectura s-a manifestat si in literatura. Cele peste 300 de poezii pe care Buonarroti le-a lasat in urma sunt pline de sensibilitate, dar si de anxietate. Acestea au fost publicate la aproape 100 de ani de la moartea artistului, de stranepotul acestuia.
- **Viata lui Michelangelo s-a** impartit mereu intre agonie si extaz si, ca orice artist, niciodata nu a fost multumit de propriile creatii, dorind mereu ca in urmatoarea opera sa exprime mai mult decat in cea precedenta. Michelangelo a murit in anul 1564 la varsta de 88 de ani.
- **Detestat ca persoană și neglijent** ca stil de viață, nepăsător până la insolență cu cei care nu-l interesau, Michelangelo lucra fără pauză, absorbit în propria-i frenezie creativă. Atunci când lucra uita chiar și să mănânce sau să doarmă, deseori continuând și în timpul nopții, când putea să picteze cu ajutorul unei pălării de carton în care punea o lumânare: un sistem ingenios care, curios, îl leagă de un alt geniu „deviant” care a trăit mult după el: pictorul Van Gogh, care a adoptat și a perfecționat această stratagemă pentru a realiza extraordinarele sale picturi nocturne. Geniul și disperarea sunt, probabil, universale și atemporale.
- **Un preot care ii era prieten** l-a intrebat " Nu iti pare oare rau ca nu te-ai insurat, ca sa ai copii, iar ei sa-ti duca numele mai departe, iar tu sa le lasi rodul muncii tale". Zambind, Michelangelo i-a raspuns : "Sunt insurat cu arta mea, care este deja mai mult decat o nevasta, si imi da suficienta bataie de cap. Iar copiii mei sunt picturile pe care le voi lasa in urma, si care vor trai pentru un timp, orice ar fi".
- **David , una dintre cele mai cunoscute lucrari ale lui Michelangelo,** considerata de critici, si nu numai, drept cea mai frumoasa din lume, poate produce tulburari psihice admiratorilor mai sensibili. Cel putin, acesta este rezultatul unei analize, comunicat de Graziella Magherini, presedinte al Asociei Italiene de Arta si Psihologie, in cadrul unui simpozion ce a avut loc la Florenta

(sursa internet)

- ☎ Cântăreața americană Lady Gaga a mărturisit, într-un interviu, că la 19 ani a fost violată de un bărbat care avea cu 20 de ani mai mult decât ea și că în urma acestei experiențe tragice a compus melodia Swine, inclusă în albumul "Artpop" (2013)
- ☎ Actorul american Michael Douglas intenționează să-și vândă la un preț de 50 de milioane de euro spectaculoasa vilă din Insula Mallorca, în care a petrecut nenumărate vacanțe în ultimii 30 de ani,
- ☎ Clint Eastwood, în vârsta de 84 de ani, a divorțat de soția sa, Dina, după 18 ani de căsătorie. Cei doi s-au despărțit anul trecut, însă abia acum s-a finalizat divorțul, după semnarea actelor la Tribunalul Superior din Monterey County. Dina, în vârsta de 49 de ani, a depus actele pentru divorț în octombrie 2013. Procesul a durat așa de mult pentru că cei doi s-au luptat pentru custodia uneia dintre fiicele lor. Acum, fiica celor doi, Morgan, a implinit 18 ani astfel că nu se mai pune problema custodiei.
- ☎ Rapperul 50 Cent nu mai poate scoate din conturile sale nici măcar un dolar, acestea fiindu-i blocate. Accesul i-a fost blocat după ce artistul nu a respectat un ordin judecătoresc, care îi cerea să plătească o sumă de circa 17 milioane de dolari companiei Sleek Audio.
- ☎ Stephanie Moseley, vedeta a televiziunii VH1, a fost împușcată mortal de către sotul său, rapperul Earl Hayes, în urma unei crize de gelozie. După ce și-a ucis soția, Earl Hayes s-a sinucis
- ☎ Fosta mare jucătoare de tenis Martina Navratilova s-a căsătorit cu iubita sa, Julia Lemigova. Evenimentul are loc la 33 de ani după ce Martina a dezvăluit că este bisexuală. După șase ani de relație, fosta mare jucătoare de tenis și-a cerut în căsătorie partenera de viață.
- ☎ Kim Basinger, fostă soție a lui Alec Baldwin, care în ultimii ani s-a ținut departe de ochii presei, are un nou iubit. Acesta e chiar hair-stylistul său, Mitch Stone, prin patul căruia au trecut frumuseți ca Jennifer Lopez, Gwyneth Paltrow și Elle Macpherson. Stilistul, fost inotator olimpic la juniori, îngrijeste de mulți ani buclele blonde ale actriței în vârsta de 61 de ani.
- ☎ Actorul Dustin Diamond, devenit cunoscut după ce a interpretat rolul lui Screech din serialul "Salvați de clopotel", a fost arestat, după ce, a înjunghiat un bărbat într-un bar. Diamond, în vârsta de 37 de ani, a fost acuzat de punerea în pericol a siguranței unei persoane, comportament neadecvat și deținerea unei arme,
- ☎ Luise Rainer, actrița americană de origine germană, castigatoare a două premii Oscar, a decedat în casa sa din Londra, la vârsta de 104 ani. Decesul se pare că a fost cauzat de o pneumonie. Cunoscută ca fiind prima vedetă care a primit premiul Oscar doi ani la rând, performanța repetată în prezent de doar patru nume ale cinematografului.
- ☎ Pamela Anderson, una dintre cele mai cunoscute militante pentru drepturile animalelor din lume, are de gând să renunțe la acest lucru. La 47 de ani, bomba sexy originară din Canada vrea să se implice puternic în politică. Deși nu a menționat dacă intenționează să facă politică în țara de baștină sau pe teritoriul Statelor Unite, Pamela știe doar că vrea să schimbe "fața lumii".
- ☎ Bono, liderul grupului irlandez U2, ar putea să nu mai cânte niciodată la chitară, a scris artistul vineri pe site-ul de internet al formației. După accidentul de bicicletă suferit în luna noiembrie la New York, cotul i-a fost fixat cu plăcuțe metalice.
- ☎ Leonardo DiCaprio și Toni Garr s-au despărțit după aproape un an și jumătate de relație. Zvonurile referitoare la o posibilă despărțire au survenit după ce Leo a fost văzut parasind un club din Miami împreună cu mai multe fete.
- ☎ Actrița Emma Watson s-a despărțit de iubitul ei, jucătorul de rugby pentru Universitatea Oxford, Matthew Janney. Vedeta în vârsta de 24 de ani și tânărul de 22 au devenit un cuplu în urma cu un an. Motivul despărțirii îl constituie programul încărcat al actriței și deseori perioade în care cei doi iubiți s-au aflat departe unul de celălalt, însă separarea a fost amiabilă, cei doi rămânând prieteni
- ☎ Actrița britanică Rosamund Pike a născut un băiat. Vedeta în vârsta de 35 de ani și partenerul său, Robert Uniacke, de 54, mai au împreună un băiat, Solo, de doi ani și jumătate. Cei doi formează un cuplu de aproape cinci ani și încă nu au planuri să se căsătorească, Rosamund declarând în 2012 că se simte foarte confortabil în această ipostază.
- ☎ Rockerul britanic Pete Doherty și-a scos cinci dinți, acesta fiind unul dintre pașii pe care îi urmează în recuperarea sa după ani mulți de consum de droguri. Cantaretul, bun prieten al raposatei Amy Winehouse, ucisă de propriile excese, se află la dezintoxicare în Thailanda din luna octombrie, pentru a-și vindeca dependența de cocaină și heroină. - **Andreea P.** -



INFO CLUB



Comunitatea Evreilor din Focsani pune la dispozitia celor interesati o bogata bibliografie despre cultura, istoria si traditia poporului evreu. La cublul comunitatii pot fi imprumutate carti, reviste, ziare, pot fi vizionate filme sau se poate asculta muzica pentru toate gusturile.

- Remember - Oscar Sager si Solomon Schechter – Destine evreiesti in lume (documente,poze);**
- Membrii Comunitatii ,prietenii au participat la Teatrul Municipal „Maior Gheorghe Pastia“ la un concert de colinde americane susținut de un grup de cântăreți de gospel din New York;**
- Invitatie la film - „Poveste de iarnă“ - Winter's Tale (2014), un film de dragoste fantastic, regia Akiva Goldsman. Cinematograful Balada din Focșani;**
- Biblioteca Judeteană „Duiliu Zamfirescu” Vrancea a găzduit , lansarea volumului „Întâmplări din vremea Lovilutiei” scris de profesorul Ionel Simion Constantin. Cartea, apărută la Editura „Armonii Culturale” beneficiază de o prefață semnată de scriitorul Gheorghe Andrei Neagu.Profesorul Ionel Simion Constantin este cunoscut publicului sub pseudonimele literare Ion Săracu, Ionel Moni Constantin sau Ionel Vrânceanu;**
- Centrul Cultural Vrancea a organizat cu prilejul Sărbătorilor de Crăciun, la galeria instituției, expoziția de pictură a clasei de pictură, profesor Liviu Nedelcu.Vor expune elevii clasei pictură:Valentin Popa, Alice Stanciu,Valentina Tucan, Ana Grama, Emilia Sumănaru, Titi Leica, Valentina Anghel, Mihaela Gheorghe, Ionel Jordan, Eugenia Roșu, Tomica Hărăbor, Adriana Anuțoiu, Adriana Busuioc, Mati Radu și Teodor Cârjan. Elevii clasei de pian coordonați de profesor Anica Ghinea au susținut un program de muzica;**
- Expozitie de pictura – Tema / Hanuca - 2014 – Expozitie realizata de elevii din Ramnicul Sarat si Focsani la Sinagoga Evreiasca din Focsani;**
- Membrii Comunitatii Evreilor au participat la Concertul tradițional de Crăciun al Orchestrei de Cameră UNIREA, care a avut loc la Sala Mare a Ateneului Popular. Programul a cuprins, pe lângă colinde românești, și colinde internaționale. Totodată, soliștii invitați de la Opera Națională București – Elena DINCĂ, Evelin MARINAȘ, Andrei LAZĂR – au interpretat și arii celebre din creațiile compozitorilor Jacques OFFENBACH, Lloyd WEBBER, Pietro MASCAGNI, Roger ROGERS, Stephen SCHWARTZ, Adolph ADAM;**
- Comunitatea Evreilor din Focsani a sărbătorit, la Sinagogă,un adevărat spectacol cu ocazia uneia dintre cele mai importante sărbători evreiești de peste an, „Hanuca“ sau „Sărbătoarea luminii“.Au fost prezenti membrii,afiliati prieteni,care au dorit să ne fie alături la această mare sărbătoare și le mulțumim tuturor celor care au răspuns invitației noastre;**
- Hanuca – (Buzau 2014) Alaturi de membrii obstii din Buzau,prieteni si copii,au fost aprinse cinci lumanarele cu ocazia sarbatorii ;**

IN ATENTIA CITITORILOR !!!!!!! PE ADRESA DE MAIL :

r_mircea67@yahoo.com , ce_focsani@yahoo.com

Asteptam sa ne contactati in vederea unor sugestii, articole, fotografii si alte documentatii ce fac rostul a fi publicate pentru cei ce vor sa fie informati sa citeasca.

*Parte din informatii sunt preluate din diverse surse ,
reviste,website-uri sau mijloace media !!!!!!!*



Citate ale unor oameni celebri care ne-au facut sa ne schimbam gandirea

- "Niciodata nu ti se da o dorinta fara sa ti se dea deasemenea si puterea sa o transformi in realitate. Va trebui totusi sa muncesti ca sa reusesti asta" Richard Bach
- "Indoielile noastre sunt tradatori si ne fac sa pierdem lucrurile bune pe care le-am putea castiga din cauza fricii de a incerca" William Shakespeare
- "Munca grea dezvaluie caracterul oamenilor unii isi intorc manecile, altii intorc nasul si altii nu se mai intorc deloc" Sam Ewig
- " Nu lasa visele sa piara, pentru ca daca mor viata nu este decat o pasare cu aripile frante care nu mai poate zbura " Langston Huges
- " Succesul se pare ca este in mare parte dat de capacitatea de a continua, atunci cand ceilalti abandoneaza" William Feather
- " Stai departe de oamenii care iti micsoareza ambitia. Oamenii mici intotdeauna fac asta. Cei cu adevarat mari te fac sa te simti ca si tu poti deveni mare" Mark Twain
- "Important este sa nu te opresti din a-ti pune intrebari " Albert Einstein
- "E mai bine sa meriti laude si sa nu le primesti, decat sa primesti laude fara sa le meriti " Mark Twain
- " Traieste ca si cum ai muri maine. Invata ca si cum ai trai vesnic. " Mahatma Ghandi
- " Nu trai in trecut, nu visa in viitor, concentreaza-ti toate fortele in prezent. " Buddha
- " Cele mai importante lucruri in lume au fost realizate de oameni care au continuat sa incerce chiar si cand se parea ca nu mai este nicio speranta. " Dale Carnegie
- " Singura modalitate sigura de a nu gresi este sa nu ai idei noi. " Albert Einstein
- " Construieste-ti in minte o imagine a reusitei tale. Pastreaza aceasta imagine cu tenacitate, nu ii permite sa dispara. Mintea ta va cauta modalitati sa dezvolte aceasta imagine. Si nu-ti imagina niciun fel de obstacole. " Norman Vincent Peale
- " Viitorul apartine celor care cred in frumusetea viselor lor. " Eleanor Roosevelt
- " Incearca sa nu fii un succes, ci o valoare." Albert Einstein
- " Pentru a realiza lucruri mari trebuie sa si visam, nu numai sa facem; trebuie sa si credem, nu numai sa planuim." Anatole France
- " Tinteste spre luna. Chiar daca nu vei reusi macar vei fi printre stele. " Les Brown
- " O persoana de succes isi stabileste de obicei telurile nu foarte departe fata de succesele anterioare. In felul acesta este sigur ca va reusi sa-si atinga aspiratiile." Kurt Lewin
- " Capacitatile se arata si se dezvoltă din ce in ce mai mult cu fiecare sarcina nou primita. " Baltasar Gracian
- " Nu abandona ceea ce nu stii sa faci, ci combina cu ceea ce stii sa faci. " John Wooden
- "Capabil este cel care are incredere ca este capabil. " Buddha
- " Intreaga lume se da la o parte din fata omului care stie unde merge. " Anonim
- " Vei obtine totul de la ceilalti daca dai totul din tine. " Harry Firestone
- " Oamenii nu sunt prizonierii destinului, ci mai degraba prizonierii propriei minti. " Franklin D. Roosevelt
- " Sa te schimbi si sa te schimbi in bine sunt doua lucruri diferite. " Proverb german
- " Tot ceea ce oamenii iti spun ca nu poti face, incearca si vei afla ca poti. " Henry David Thoreau
- " Daca nu stii in ce port vrei sa ajungi, niciun vant nu este favorabil. " Anonim
- " Progreseaza si nu te opri niciodata, pentru ca progresul inseamna perfectiune. Progreseaza si nu te teme de tepii din cale, pentru ca ei atrag doar sangele stricat. " Kahlil Gibran
- " Radacinile adevaratei realizari se afla in dorinta de a deveni cel mai bun. " Harold Taylor;
- " De cate ori aud "lucrul acesta nu poate fi realizat", stiu ca sunt aproape de succes. " Michael Flatley;
- "Vointa si puterea nu ajung. Omul trebuie sa stie ce vrea si ce poate." – Arthur Schopenhauer
- "Am descoperit ca atunci cand iubesti viata , viata te iubeste si ea la randul ei." Arthur Rubinstein
- "Atunci cand esti ingramadit intr-un colt si totul pare a fi impotriva ta , pana intr-atat incat simti ca nu mai poti suporta asta nici macar inca un minut , nu te da batut niciodata , caci orice lucru are un loc si un timp al refluxului." Harriet Beecher Stowe

(Relatările – Israel)



Din scrisorile primite la redactie !!!!!

Mari Savanți și Inventatori ai lumii - 12-

Georges Leclanché (n. 9 octombrie 1839 la Parmain, Val-d'Oise - d. 14 septembrie 1882 la Paris) a fost un inginer și un industriaș francez. Este cunoscut pentru cercetările sale în domeniul pilelor electrice. La 8 ianuarie 1866 a creat ceea ce ulterior avea să-i poarte numele, pila Leclanché, invenție premiată în 1867 la Expoziția Universală din 1867.

Ernst Mach (18 februarie, 1838 – 19 februarie, 1916) a fost un fizician și filozof austriac, fost profesor la Universitatea din Viena. După el a fost numit "numărul Mach" (cunoscut și ca viteza Mach). Este considerat precursorul lui Einstein în critica principiilor mecanicii clasice. Mach consideră că lumea fizică este constituită din complexe stabile de senzații și că rolul științei ar fi să introducă legi în aceste complexe. Mach este revendicat de neopozitivism drept precursor. Una din tezele principale a lui Mach a fost că știința este derivată din senzație

Dmitri Ivanovici Mendeleev (n. 27 ianuarie 1834, Tobolsk, Imperiul Rus – d. 20 ianuarie 1907), Sankt Petersburg, Imperiul Rus) a fost un chimist rus, recunoscut a fi unul din cei doi chimiști ce au creat independent unul de altul prima varianta a tabelului periodic al elementelor. Pe de o parte, tabloul lui Mendeleev era o reprezentare mai completă a relației complexe dintre elementele chimice, și, pe de altă parte, cu ajutorul aceluși tabel, Mendeleev a fost capabil să prezică atât existența altor elemente (pe care le-a numit *eka-elemente*) nici măcar bănuite a exista pe vremea sa, precum și a proprietăților generale ale lor. Aproape toate previziunile sale au fost confirmate în proporții covârșitor de apropiate de 100% de descoperirile ulterioare din chimie.

Hans Christian Ørsted (n. 14 august 1777, d. 9 martie 1851) a fost un fizician și chimist danez, care a influențat filosofia post-kantiană și progresul științei în secolul al XIX-lea. Este cunoscut pentru descoperirea relației dintre electricitate și magnetism cunoscută ca electromagnetism. Pe baza descoperirii lui Hans Christian Oersted, Schweiger și Poggendorf au realizat instrumente pentru măsurarea curentului electric. Această descoperire a lui Ørsted a reprezentat un pas major către conceptul unificat despre energie. În 1825, Ørsted a adus o contribuție semnificativă în chimie prin crearea de aluminiu pentru prima dată. În timp ce un alt aliaj aluminiu-fier a fost descoperit de omul de știință și inventator britanic Humphry Davy, Ørsted a fost primul care a izolat elementul. Ørsted a fost de asemenea scriitor și poet. Seria lui de poezii "Luftskibet" ("The Airship") a fost inspirată de zborul cu balonul a colegului său fizicianul și, pentru o perioadă, magicianul Étienne-Gaspard Robert.

Blaise Pascal (n. 19 iunie 1623, Clermont-Ferrand, Franța - d. 19 august 1662, Paris) a fost un matematician, fizician și filosof francez având contribuții în numeroase domenii ale științei, precum construcția unor calculatoare mecanice, considerații asupra teoriei probabilităților, studiul fluidelor prin clarificarea conceptelor de presiune și vid. În urma unei revelații religioase în 1654, Pascal abandonează matematica și științele exacte și își dedică viața filozofiei și teologiei. În onoarea contribuțiilor sale în știință numele Pascal a fost dat unității de măsură a presiunii, precum și unui limbaj de programare.

Wilhelm Conrad Röntgen (n. 27 martie 1845, Lennep, azi parte componentă a orașului Remscheid, Renania de Nord-Westfalia — d. 10 februarie 1923, München) a fost un fizician german. Ca profesor al universității Würzburg, studiind descărcările electrice în tuburi vidate, a descoperit în anul 1895 emisia unor radiații penetrante, pe care le-a numit radiații X care, după moartea sa și în pofida testamentului său, au fost denumite *raze Röntgen*. În anul 1901 a fost distins cu Premiul Nobel pentru Fizică. Moartea lui, din 1923, drept urmare a unui carcinom intestinal, nu este o consecință directă a experimentelor sale cu razele X, pentru că el a fost unul dintre primii savanți care au folosit ecrane de plumb pentru protecția la radiații.

George Stephenson (n. 9 iunie 1781 – d. 12 august 1848) a fost un inginer englez care a construit prima cale ferată publică ce utiliza locomotive cu abur. A fost considerat părintele căilor ferate. Ecartamentul liniei sale de 1.435 mm (4 picioare și 8 țoli și jumătate) este considerat actualmente ecartamentul standard al căilor ferate. Unicul său fiu, Robert Stephenson, a continuat tradiția tatălui, fiind un valoros inginer feroviar. Ca un tribut adus la viața și faptele lui, o statuie de bronz ce îl reprezintă pe Stephenson a fost prezentată la gara Chesterfield (în localitatea în care Stephenson a petrecut ultimii zece ani din viață) la 28 octombrie 2005, marcând finalizarea îmbunătățirii la stație. **Articol primit de la prof. Vasile Buruia**



(I) Puterea vindecatoare si protectoare ale cristalelor

Inca din antichitate ,s-a intuit faptul ca puterea vindecatoare si protectoare ale cristalelor si pietrelor vibreaza iar natura acestor vibratii le confera puteri speciale.

Cum functioneaza puterea cristalelor?

Formate din pamânt si apa si vechi de sute de mii de ani, pietrele pretioase emit vibratii energetice uniforme. Astfel, sunt capabile sa mentina o încarcatura electrica puternica, motiv pentru care întaresc puterea de vindecare umana.

Purtate ca talismane sau obiecte de protectie în preajma noastra, cristalele plasate pe punctele cheie ale corpului uman depoziteaza energie sub forma de aura si emit vibratii care redirectioneaza fluxul energetic. Vechea energie ne paraseste trupul, lasând loc celei noi. S-ar putea spune ca, datorita energiei pe care o emana, pietrele traiesc.

Cum folosim cristalele?

Un lucru esential care trebuie dus la buna îndeplinire înainte de a folosi puterea benefica a cristalelor este purificarea lor, pentru a schimba fluxul energetic al pietrei.Purificarea cristalelor se poate face prin introducerea pietrei sub apa purificata, încarcarea sa energetica la lumina Soarelui sau a Lunii (pentru circa patru ore) sau tinând cristalul în palme si concentrându-ne asupra elementelor pozitive din viata.Dupa ce cristalul a fost purificat, energia acestui intra în concordanta cu cea a purtatorului. Cristalul nu trebuie atins decât de catre persoana care-l poarta. Rezultatul se va face simtit imediat, sub forma unei bune dispozitii generale.Cele mai puternice cristale sunt cele cu forma definita (ovala sau piramidala) deoarece sferile transmit energie prin toate partile si piramidele actioneaza ca un conductor de energie care recepteaza la baza si emite la vârful.Este recomandat sa va achizitionati cristalele din magazine sau surse de specialitate, pentru a evita cumpararea unei pietre false.Cum oamenii sunt diferiti, si cristalele trebuie sa fie diferite. În alegerea unei pietre, trebuie sa tii cont fie de data nasterii, de zodie sau în functie de asteptarile tale.

I. IMPORTANTA CRISTALELOR ASUPRA NOASTRA

Efectele pietrelor/cristalelor asupra noastra:

- NE PROTEJEAZA

- ABSORB, FILTREAZA, LIMITEAZA, DIMINUEAZA, BLOCHEAZA – energii si influente negative: teama, stress, negativitate, energii negative, depresie, tensiune, furie, pericol, boala

- SCOT IN EVIDENTA, TRANSFORMA, CONSTRUIESC, CONSOLIDEAZA – energii pozitive, manifestari benefice, trasaturi pozitive

- PURIFICA, ARMONIZEAZA, ENERGIZEAZA, UNIFICA, AMPLIFICA, INDUC aspecte sau calitati pozitive: curaj, incredere, afectivitate, creativitate, fidelitate, concentrare, bucurie, energie, prietenie, calm.

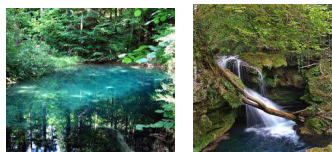
CUM NE INFLUENTEAZA CRISTALELE?

Cristalul intervine asupra noastra prin cele 7 forte pe care le contine:

1. UNIVERS Puterea cristalului este strans legata de energia Soarelui, a Lunii si a Pamantului . Cristalul este un element al acestei planete, deci este in directa conexiune cu universul, devenind astfel puntea de legatura intre om si cosmos.
2. STRUCTURA Puterea cristalului provine din structura sa interioara.
3. CULOARE Puterea cristalului isi trage energia din vibratia culorii pe care o are. Fiecare culoare are o anumita energie.
4. ELEMENT CHIMIC Puterea cristalului depinde de elementul chimic preponderent (Siliciu, Oxigen, Carbon etc).
5. PRELUCRARE Puterea ergie, deci cristalele asupra carora s-a intervenit cu unelte umane nu mai au aceeasi energie ca cele din fundul pamantcristalului depinde de modul in care a fost prelucrat. Forma naturala – slefuita de la natura – contine si cea mai mare enului.
6. TIMP SI LOC Puterea cristalului creste daca este legat de locuri cu o incarcatura energetica sau spirituala deosebita (Egipt, China, Stonehenge, Varful Omu, muntele Ceahlau, muntele Athos, biserici si manastiri) sau de momente in timp cu un simbolism special (Anul Nou, aniversare, botez, nunta, Luna Plina, Luna Noua, echinocciu, solstitiu, eclipsa etc)

(Rela Cahane - Israel)

La pas prin tara



Ochiul Beiului și Cascada Beușnița de lângă Oravița



Undeva, în sud-vestul extrem al țării și al județului Caraș Severin, acolo unde se găsește cea mai compactă suprafață calcaroasă din România, cu o suprafață de peste 800 de km pătrați, se afla un loc miraculos în mijlocul celei mai frumoase și fascinante, printre ultimele- păduri virgine din Europa. Mai exact, minunăția se află la îmbinarea laturilor sudice ale munții Aninei și cea nordică a munților Locvei. Nu prea înalți, cu vârfuri pleșuve ce arar trec de 1200 de metri, munții oferă o imagine splendidă a ceea ce înseamnă lupta în timp dintre apă și calcar. Fiecare a dat câte puțin, fiecare a câștigat câte puțin iar rezultatul sunt formele carstice care lasă mut pe ori și cine ajunge în Valea Beiului sau a Beului, cum i se mai spune. DE la ochi, spre deal spre cascada, se întinde voalul de mireasă al ciobăniței care nu a mai apucat ziua nunții. Tradiția spune că neasemuitele frumuseți ale zonei, ce ascunde atâtea frumuseți și mistere, sunt alimentate mereu de „lacrimile” unui bei legendar, de unde și numele pe care acest loc l-a împrumutat de la cel ce a pornit cândva legenda: „Ochiul Beiului”. Pentru a ajunge în valea Beiului, lași în urmă orașul Oravița, oraș așezat pe Valea Mare, apuci pe un drum de asfalt până la Ciclova Română, după care pașii sau mașina te duc spre satele Ilidia, apoi Socolari și în final Potoc. Nu se ajunge chiar ușor la Ochiul Beiului, acolo unde se întâlnesc apa din ochiul turcului – adică, Lacul Bei și undele pline de spume ale Beușniței- cascada pornită din voalul de mireasă neîmplinită al frumoasei ciobănițe din preajma Potocului și Socolariului.

O parte din drum a fost refăcută acum cinci ani și pamblica de asfalt te duce până la 5 km de locul tainic. DE aici, cu mașina pe un drum forestier, dar bun, sau pe picioare, mergi înspre lac. Dar, tot traseul este plin de locuri ce-ți taie răsuflarea cu frumusețea lor.

Pe apa râului Bei, locuitorii din satul Potoc au construit mori pe apă în care își măcinau porumbul și grânele. Pentru a ajunge la moară, sătenii din Sasca au săpat cu târnăcopul patru tunele în piatra muntelui. Acestea se mai văd și azi și scurtează distanța dintre Bei și Sacsă cu peste 20 de km.

De sute de ani, lacrimile Beiului plâng moartea păstoritei

Legenda spune că un bei foarte bogat a fost la vânătoare prin aceste meleaguri. Ajuns în Poiana Florii, a văzut o frumoasă fată din satul Potoc ce își păștea oile. Frumusețea ei l-a făcut să se oprească și pe loc s-a îndrăgostit foc de ea. Beiul venea deseori s-o întâlnească, părăsind Cetatea Terezia ridicată de către turci, cetate ale cărei ruine se mai văd și azi pe Dealul Cetății. Cum a aflat tatăl beiului de dragostea dintre cei doi, a hotărât să-i despartă. În grabă a trimis un călău să omoare fata ce îi sucise mințile fiului său. ÎN apărarea fetei a sărit chiar Beiul îndrăgostit. Dar și-a găsit iubita înjunghiata în locul unde acum este cascada. S-a luptat beiul din toate puterile cu ostașii iar în luptă, a pierdut un ochi. Din locul în care a căzut acesta, a izvorât lacul ce-i poartă astăzi numele. Ochiul Beiului a vărsat multe lacrimi, după care beiul- și-a înfipt hangerul în inimă. Din lacrimile lui s-a format izvorul care îi poartă numele. Din deal, din marginea lacului, vin apele cascadei Beușnița. Spumoase și cu zgomot, acestea se aruncă la vale și parcă ar vrea să înconjoare lacul Beiului.

Legenda spune că de fapt, apele spumoase ale cascadei, nu sunt altceva decât voalul de mireasă al păstoritei care au plecat să se întâlnească în nemurire cu lacrimile beiului. Cele două cursuri de apă se întâlnesc la câțiva metri de malul lacului, se împreunează și pornesc parcă bucuroase la vale.

Lacul aflat între arbori falnici, are diametrul de circa 20 de metri și adâncimea de aproape 8 metri – dar apele au o transparență aparte, o culoare albăstruiie și, lucru curios, nu îngheață niciodată.

De fapt, în realitate, în lac se află un izvor, un izbuc- care împrospătează mereu apele lacului și face ca apa lui să aibă o temperatură egală și vara și iarna. Mai mult chiar, vara, apa are în jur de 3- 4 grade, iar iarna, temperatura apei ajunge și la 10 grade peste zero. Se spune că în noaptea de Sânziene, la Ochiul Beiului se strâng, se-mbăiază și dansează ielele pădurii. Ele sfârșesc jocul din noaptea sfântă înainte de ultimul cântat al cocoșilor, din ograda pădurarului de la cantonul silvic Bei.

Localnicii leagă dispariția celor plecați și pierduți prin pădurea virgină, de puterea amăgitoare a celor șapte iele. SE mai spune că zona este bântuită de vrăjitoarele ce vin la cules de plante cu puteri miraculoase, între Sânziene și Sfânta Mărie Mare, buruieni și plante de leac crescute din... lacrimile beiului.

Pe copaci și prin pădure, sunt marcate traseele turistice

Mircea R.

**Din interviul d/nei Livia Diaconescu****- Episodul -10 -****Ciuciu Anca**

... Soțul meu s-a supărat foarte tare și nu i-a mai vorbit, dar nu cred că era vina ei ci a mediului în care a fost crescută. [Mediul sătesc este plin de surpeștiții legate de imaginea străinului, cu atât mai mult dacă este de altă religie, ca de ex. turci, evrei; probabil ca mătușa soțului s-a temut chiar pentru mântuirea sufletului ei sau că a atras ghinionul asupra casei sale dacă a intrat acolo un evreu].

Când Gabriel a mai crescut, am mers în concedii la munte. La Marea Neagră a mers cu soțul meu, pentru că eu nu mai am voie [din cauza problemelor de sănătate] Eu doar i-am vizitat câteva zile. Gabriel a mers în tabere școlare, la Năvodari [langa Marea Neagră; se organizau trenuri anume numai cu copii școlari și preșcolari, care mergeau în tabere speciale, și care erau strict supravegheate de profesori]. O dată după ce s-a întors l-am căutat mult după ce se golise trenul și nu-l găseam, eram disperată. Pe peron rămăsese ceva mic, slab și bronzat. Era Gabriel.

Gabriel a fost un copil cuminte, a făcut școală în cartierul Floreasca, unde locuim, pe urmă Liceul D.Cantemir, care era un liceu bun. Deși îi plăcea să citească mult, tot felul de cărți, avea aplicație către știință și a făcut Politehnica, Mecanică, secția de motoare termice. După absolvire a fost încadrat la Institutul Național de Motoare Termice, unde a lucrat până când a emigrat în Israel în 1987. S-a căsătorit cu Carmen Matei. Tatăl ei era director la Cooperația meșteșugărească iar mama lucra la Ministerul Industriei Ușoare. Nora mea este creștin ortodoxă. S-au cunoscut la facultate, a făcut tot Politehnica, s-au căsătorit în 1979 în București și au trei copii. Diana născută în 1981 în București, fata cea mare, s-a căsătorit anul acesta, în 2003, cu un român originar din Timișoara. El este expert în calculatoare, iar ea este studentă la medicină la McGill, în Canada. Băiatul cel mijlociu, Marius născut în 1984, în București, vrea să facă tot medicină și învață acum în Canada la o școală evreiască. Și cel mic, care s-a născut în Israel în 1987, învață tot la o școală evreiască.

Gabriel, fără să aibă o educație specială în sens religios, a fost lăsat să aleagă ce religie dorește la maturitate. Probabil că a avut o chemare spre iudaism, pentru că a plecat în Israel, unde a stat 7 ani. Locuiește acum cu familia la Montreal, s-a mutat în Canada în 1994 din cauza unei noi oportunități profesionale, ține ambele sărbători, evreiești și creștine. Se sărbătorește și Crăciunul, e o sărbătoare veselă, se face bradul, se cumpără cadouri, se sărbătorește chiar și Halloween-ul.

În cercul nostru de prieteni, multă lume se lăuda cu excursiile peste hotare în țările socialiste [Ungaria, Bulgaria, Cehoslovacia, U.R.S.S, Polonia, R.D.G etc.]. Eu tăceam, nu aveam nimic de spus. Soțul meu a hotărât că așa nu se mai poate și m-a trimis prima dată în Cehoslovacia, în excursie cu autocarul. Mi-a plăcut foarte mult și regretam că sunt singură, el era ocupat. Pe urmă am fost la Viena, o lună, la un văr al mamei și la Paris în 1976, la fratele mamei, Oscar Finkelstein, cu care am păstrat legătura. Și la Paris și la Viena, am fost la muzee, la spectacole, chiar și în cimitir. La întoarcere am tremurat, pentru că aveam în bagaje cărți ale lui Soljenițan .

Ascultam Europa Liberă cu sfințenie în perioada comunistă. La un moment dat un procuror a fugit din țară și a făcut la radio un comentariu pozitiv la adresa soțului meu. Nu știu dacă a fost deranjant pentru soțul meu, care era în continuare procuror. Ascultam la acest radio cum se purta Securitatea cu cei care lucrau și cum încercau să-i elimine fizic.

Rudele mele sunt înmormântate în locuri diferite. Sora mea Clara și tata sunt înmormântați la Focșani. Soțul meu a făcut special comandă pentru două monumente de marmură pentru ei, a considerat că este de datoria lui. Mama este înmormântată la București, la Filantropia, cimitir evreiesc. Ea a murit în 1964. Iar soțul la cimitirul Izvorul Nou, cimitir creștin, el a murit în 1977. Voiam să-l înmormântez la cimitirul Bellu, dar nu s-a putut în zilele acelea și atunci l-am dus unde am găsit un loc. I-am ținut toate parastasele și astăzi pentru ziua morții. Pentru celelate rude, la înmormântare a participat întotdeauna rabinul, cantorul și cineva din cler a spus Kadish pentru ei. Am păstrat iahrzeit, ziua comemorării morții lor.

Nașterea Israelului a fost o împlinire, deși căsătorită cu un român, m-am bucurat și s-a bucurat și el alături de mine. Când eram elevă de liceu am vrut să fac alia, după câteva decenii băiatul meu a vrut să merg cu el în Israel, dar aveam deja o vârstă și m-am temut. Eram obișnuită aici și mă gândeam că pentru copii e mai bine să nu stea împreună cu bătrânii. Nu știu dacă am făcut bine sau rău. Până în 1988 nu am fost în Israel. Dacă trăia soțul meu, poate am fi plecat după 1994 împreună în Canada. Cuscii, părinții nurorii, Carmen Diaconescu, familia Matei, sunt acolo de aproape 5 ani. Înainte de 1989, am avut rude în SUA și am păstrat legătura cu ei, în scris. Nu se dădeau vești prea amănunțite, era periculos, corespondența era citită, așa că scriai ce se putea. Unchiul Oscar Finkelstein de la Paris, ne-a făcut abonament la Paris Match și cât a trăit am primit cu regularitate și era o încântare.

Amintiri, (II)

Revenind la procesul de învățământ, el a continuat un timp în cele două sinagogi din cartierul evreiesc. Fiecare clasă învăța în alt colț al sinagogii Este clar că nu era ușor nici pentru elevi dar în special pentru profesori astfel încât, prin grija Comunității a fost închiriată o clădire în cartierul Dogăriei cu suficiente camere pentru ca învățământul să se desfășoare cât mai aproape de normal. Dar, într-o bună, sau mai corect într-o rea dimineață școala a luat foc. Poate autoritățile au clarificat cauza incendiului dar pentru mine originea focului a rămas o enigmă : incendiere sau întâmplare.

Dar Comunitatea nu s-a dat bătută. Poate atunci, ca puști de 13-14 ani am fost mulțumiți de vacanța neașteptată și nu am apreciat pozitiv promptitudinea cu care Comunitatea a găsit un nou local pentru școală. Dar astăzi, la distanță de mulți ani realizez și apreciez pozitiv grija pe care conducătorii obștii evreiești din Focșaniul de atunci au avut grijă de viitorul copiilor. Atât cât cunosc, această grijă a dat, cel puțin parțial, rezultatele scontate.

Noul local al școlii era situat în partea sudică a șoselei Cuza Vodă. În afara clădirii exista și o curte mare, loc propice pentru petrecerea recreațiilor. Problema era că se aflau în curte și două mașini, întregi dar nemișcate Ele nu ne deranjau în joaca noastră dar au stârnit curiozitatea elevilor ”cu simț tehnic” din clasele mai mari care au început să desfacă diferite piese ale mașinii atât cât puteau. Bineînțeles că atunci când proprietarii mașinilor au observat acest lucru scandalul a fost iminent. Nu știu ce despăgubiri le-a dat conducerea școlii dar, gândind retroactiv la situația de atunci a evreilor cred că proprietarul mașinilor care era și proprietarul casei a fost un om deosebit de cumsecade că nu s-a ajuns la arestări și la procese a căror rezultat putea fi grav, poate până la deportarea în Transnistria.

Elevii vinovați au fost pedepsiți cu eliminarea pe un timp limitat dar ceiace s-a întipărit în memoria mea duă consumarea acestui caz a fost inscripția apărută în toate clasele, pe coridoare, pe pereții exteriori ai clădirii, peste tot. Inscripția spunea : ”Știința fără conștiință aduce ruina sufletului”. Această frază pe care am avut ocazia să o verific în mai multe cazuri m-a urmărit toată viața și continuă să mă urmărească când citesc despre savanții care își pun știința în slujba distrugerii și nu a binefacerii.

Matei Grisaru



Scoala Generala nr.4 ,Focsani,Jud.Vrancea

Aceasta scoala se pare ca a apartinut initial comunitatii evreiesti din Focsani .In varful acoperisului se afla un suport metalic pe care era montat un glob terestru din sticla, pe care l-au spart legionarii cu pistoalele.Ulterior in acest local a functionat Scoala generala nr.4 avand claseleI-VIII.Salile de clasa erau aranjate perimetral si inchideau la mijloc un imens spatiu ce putea fi folosit si ca sala de sport.Din pacate scoala nu mai exista ,pentru ca a fost demolata.Aceasta scoala se afla pe str.Stefan cel Mare nr.12.Vom pastra o vesnica recunostinta,invatatorilor si profesorilor care au slujit cu devotament si profesionalism aceasta scoala.



Minunata Strada Mare a Unirii in 1966 intr-o fotografie realizata de un corespondent Agerpres. Fotografia capteaza pulsul orasului acelor timpuri nu foarte indepartate in care Strada Mare inca era locul de promenada al focsanenilor.