

M
E
N
O
R
A
d
e
F
O
C
Ș
A
N
!



Minirevista Comunității Evreilor din Focșani



Nr. 2 // 01 - 28.02.2010 Anul 2
APARIȚIE LUNARĂ





S u M a R

1. – PURIM SAU SĂRBĂTOAREA VESELIEI (I) – Pag.3
2. – PURIM SAU SĂRBĂTOAREA VESELIEI (II) – Pag.4
3. – ȘTIRI PE SCURT – Pag.5
4. – VEDETISME – Pag.6
5. – ȘTIRI DESPRE ISRAEL – Pag.7
6. – HAI SĂ BUCĂTĂRIM! – Pag.8
7. – UMOR LA PURTĂTOR – Pag.9
8. – ȘTIAȚI CĂ? – Pag.10
9. – CURIOSITĂȚI ISTORICE – Pag.11
- 10.– DICȚIONAR IUDAIC – Pag.12
- 11.– REMEDII NATURISTE – Pag.13
- 12.– NATURA LA ÎNDEMÂNA TA! – Pag.14
- 13.– CALENDARUL LUNII FEBRUARIE – Pag.15
- 14.– Omagiu Pios – Trecutul Istoric nu poate fi viitorul copiilor noștrii ! – Pag.16
- 15.– INFO-CLUB / AGENDA ACTIVITĂȚILOR LUNII FEBRUARIE – Pag.17
- 16.– IAKUŢK, IANUARIE LA - 40⁰ (asta viață de câine!) – Pag.18/19
- 17.– ANIVERSARE M. EMINESCU / LANSARE DE CARTE – Pag.20
- 18.– POȘTALIONUL A SOSIT ! – Pag.21
- 19.– O CARICATURĂ DE EDIȚIE ! – Pag.22

Colectivul Redacțional

Mircea Rond – Președintele Comunității Focșani (Vrancea)

Harieta Rond – Responsabil cu vârsta de mijloc

Negoită Teodor Bogdan – editor proiect/corector/redactor (conceptul și grafica sunt ale titularului)

REDACTIA:

Str. Oituz nr. 4, FOCȘANI

SITE OFICIAL AL COMUNITĂȚII FOCȘANI : www.focsani.jewish.ro

e-mail: rondmircea@yahoo.com

telefon: 0237/623959 mobil: 0745171287

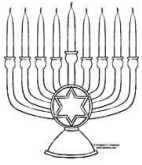


Purim-ul sau sărbătoarea veseliei !

Istoria celor 2000 și ceva de ani o recomandă astfel, pragmatic dar și în mod practic, sărbătoarea de Purim și istoria pe care și-o însușește, sunt reflectate atotcuprinzător în Cartea Esterei, nimeni alta decât persoana aflată în centrul de atenție maxim al acestei narațiuni. Mai precis, Purim-ul este o sărbătoare iudaică, o împletire a miracolelor și a veseliei – afirmații ce le voi desface în cele ce le voi așterne mai jos. Primăvara își are debutul, cum altfel decât în luna lui Adar, (martie calendar gregorian), iar Purim-ul nu poate a se situa decât într-un astfel de moment, când el reprezintă „**miracolul salvării evreilor de pe tot cuprinsul Persiei, și de la complotul uneltit spre pieirea lor, săvârșit de Haman**”. Mărturiile istorice spun despre cele întâmplate astfel : „Ahașveroș regele Persiei (Xerxes I) pe parcursul unei petreceri organizate la curtea sa, a dorit la un moment dat să împărtășească farmecul și frumusețea reginei sale cu invitații săi, prezenți la ospăț. Ca atare acesta, ia poruncit să se înfățișeze dinaintea acestora. Regina Vasti, căci așa o chema, a respins vehement, refuzând porunca regelui. Furios la culmea, regele Ahașveroș a poruncit ca aceasta în cele din urmă să fie executată, pentru nesăbuiința împotriviți arătate către stăpânul ei.

În scurtul timp care avea să se scurgă de la cele întâmplate, de la acest eveniment, regele avea să pornească în a-și căuta o nouă consoartă (soață, regină) – pe care o găsește, în persoana nimeni altele decât a Esterei, ea avea într-adevăr să fie noua regină. Estera după cum bine știm, nepoata liderului evreilor din Babilon – Mordehai. În tot acest răstimp, primul ministru și sfetnic de taină a regelui pe numele său Haman, personaj – ce nu își face secretă ura față de evrei, construia cu dibăcie și asiduu un întreg eșafodaj (plan de masacrare în masă) cu scopul direct ca pe 13 Adar să îi extermine pe toți evreii aflați în regatul persan. Ura, aversitatea lui Haman împotriva evreilor este și mai aprig alimentată de faptul că Mordehai în mai multe rânduri a refuzat să i se închine, fapt pentru care el, Haman îi duce vorbă regelui Ahașveroș, că în regatul său viețuiește un popor destul de răspândit, dar care dintre toate popoarele aflate în stăpânirea regatului, acesta nesocotesc legile date de rege ținând cont doar de ale lor, chiar dacă celălalte popoare conviețuitoare le recunosc, așadar cum de domnia sa regele, poate tolera astfel de lucruri când nu se cade. Intriga țesută de Haman, începe să prindă contur și producă efecte și urmări chiar cu risc tragic, deoarece în aceste momene evreii sunt vizați și zilele lor sunt numărate. Așadar, doar intervenția promptă a lui Mordehai, făcută către regina Estera, nepoata sa, mai poate spera în a salva neamul evreilor de la măcelul ce se întrevădea. Mordehai o roagă ca prin poziția pe care o are de *regină* dar și influența asupra regelui, să facă uz de aceasta pentru ai salva pe evrei de la pieirea, concepută de Haman. Accesul la rege se făcea numai dacă erai chemat, în caz contrar, cel ce se afișa fără a fi chemat, avea o singură soartă, moartea. Ținând cont, dar și de faptul că nu putea sta indiferentă deoarece evreii erau poporul din care provenea și ea, regina Estera v-a deveni pentru toți evreii avocatul pledant în fața regelui, însă pentru acest lucru socoate ea, trebuie să postească vreme de 3 zile și îi îndeamnă și pe evrei să facă asemeni ei.

Regele surprinzător, în cele din urmă avea să o primească, dar și să o asculte atent la cele ce avea să-i spună Estera. Luând act despre faptul că în regatul său Haman, complotă împotriva evreilor, spre ai masacra sub un motiv sau altul numai de el născocit. Acestea fiind spuse, regele Ahașveroș, ea decizia de a-l spânzura pe Haman, taman în ștreangul pregătit pentru Mordehai. Decretul imperial – prin care exterminarea poporului evreu era consfințit – avea să fie anulat printr-un altul, în care era stipulat faptul „că evreii sunt îndreptățiți să se apere, de orice atac la viața lor.” Astfel se năștea sărbătoarea de Purim – o izbândă, un vacarm de bucurie și fericire a victoriei vieții, asupra tenebroasei morți. →



MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCȘANI

Aidoma Esterei, în ajun de Purim, se postește și astăzi. La sinagogă este citită Menilat Esther – sulul ce conține povestea scrisă a Istoriei Esterei, cea care a salvat poporul evreu de la pieire.

Însă dacă istoria ne relatează astfel, noi putem pleca de la premisa, că Purim-ul este o sărbătoare națională – a tuturor evreilor și de pretutindeni, decât mai degrabă de a fi una religioasă, iar pentru susținerea aceasta, vin să întăresc prin argumentația faptului, că orice abținere de la muncă și alte activități nu este *obligatorie* (excepție făcând-o unele comunități) – denotând astfel nereligiositatea acesteia. Climatul, atmosfera ce înfățișează Purim-ul, zilele marcante ale sărbătorii, creionează și etalează totodată un peisaj de carnaval, toată lumea poartă măști în timpul ceremoniilor religioase, dar și după aceea. Petrecerile sunt organizate din vreme, piesele puse în scenă, aidoma, un ansamblu de momente menite parcă să marcheze sărbătoarea de Purim. Satira (umorul), nu erau *genul* abordabil în cadrul sinagogilor de altă dată, astfel că de cele mai multe ori, manifestările erau întreținute și găzduite în curțile lăcașelor de cult, însă astăzi au loc adevărate parade, spectacole de carnaval și cu festivități, concepute în diverse locații unde sunt etalate creativitatea și imaginația, indiferent de țară, dar de departe impozantă rămâne petrecerea organizată la Tel Aviv.

Privind în ansamblu toate acestea, trebuie să fac mențiunea că de altfel sărbătoarea de Purim este caracterizată și de elemente precum, precum ce-a „a poruncilor și tradițiilor populare”, fără de care astăzi poate că nici nu am fi știut, dată fiind uitării în hăul timpului. Purim-ul ca sărbătoare – are un puternic caracter, scop în aceeași măsură de întrajutorare a celor năpăstuiți, nevoiași sau sărmani. Patru porunci care guvernează sărbătoarea de Purim, care de altfel ființează și astăzi, au următorul mesaj : 1) este indicat să se asculte citirea publică a Menilat Estherei; 2) organizarea unei mese festive; 3) să se ofere celor dragi, apropiați și nu numai, daruri și mâncare; 4) să se manifeste milostenie față de cei aflați în necaz (nevoiași, amărâți etc.). Toate aceste obligații, socot că incumbă și transformă în bună măsură sărbătoarea într-un moment în care veselia, comuniunea, bucuria vieții – dau mâna într-o notă primordială de solidaritate, de strânsă alăturare de cei dragi și nu numai; în acele momente, orice asperitate, discrepantă a scări sociale, dispare, comuniunea și prisosul de fericire, bucurie nivelează și îi aduc pe oameni la un numitor comun, *de a fi alături și de a se simți oameni*. Practic de aici e un pas mic, spre a denota faptul că în incinta sărbători familia, joacă un rol important, da căci comuniunea familiei dă naștere acelor „coșuri de Purim”, în care sunt regăsite alimente, cadouri pe care le dăm celor dragi, dar și nevoiașilor. Copiilor le este în egală măsură acordată, o mare atenție de Purim, ei primesc daruri, atât bănești cât și în obiecte, de aici și denumirea „de bani de Purim”. Gastronomic vorbind – bucatele tradiționale ale sărbătorii de Purim, sunt tipice, dar la loc de cinste regăsim „Humentaschen” – delicată de altfel cunoscută și sub denumirea de „buzunarele sau urechile lui Haman”. O prăjitură triunghiulară ce are drept, umplută cu gem, semințe de mac, nuci sau miere, are drept simbolică pălăria cu trei colțuri ce o purta Haman. Este evident faptul că istoria Purim-ului, tradițiile și obiceiurile specifice transformă această zi într-un moment de bucurie pentru toți evreii de pretutindeni. Tratatul talmudic, Meghila – consfințește prin legile sale cu privire la această sărbătoare de Purim, care este precedată de o zi de abținere (post) în amintirea vie a Esterei, care și ea la rândul ei a postit, într-o salvare a poporului.

Elocvența cuvintelor de final a Cărții Esterei, ce sunt pildă generatoare și astăzi, spun totul : **„zilele lunii Adar vor fi prăznuite de-a pururi cu alai, cu veselie și bucurie dinaintea lui Dumnezeu în poporul Său, Israel !”**

Am convingerea fermă, dacă aceste lucruri spun prea puțin și nu am pretenția că ele cuprind totul, însă ceva din toate, ce vor dispărea la un moment dat, „zilele de Purim” vor fi singurele care vor dăinui.

Articol realizat de Negoită Teodor Bogdan



Ș T I R I P E S C U R T

- Fracturile pot fi reparate de patru ori mai repede. Cea mai bună metodă pentru a repara fracturile de oase ar fi să le putem lipi. Ideea e simplă, ceea ce lipsea era adezivul... Dar iată că o echipă de la Centrul medical Hadassah, condusă de prof. Meir Liebergall, ortoped, și prof. Eithan Galun, genetician, a izbutit, pentru prima dată în lume, să separe platelele și celulele stem adulte din sânge și din măduva pacienților și să le injecteze apoi în fracturi, obținând astfel o refacere a oaselor, de trei – patru ori mai repede decât prin tehnicile ortopedice curente. Sub anestezie generală, pacientului i se extrag 50 ml de celule de măduvă și 100 ml de sânge din zona șoldului. Șapte pacienți cu fracturi de tibie s-au vindecat rapid, în două luni, în timp ce un lot martor, tratat cu șuruburi, plăci sau transplant osos, a avut nevoie de 6 până la 8 luni pentru a se reface. Loturile de pacienți au avut vârste cuprinse între 18 și 60 de ani. Tehnica aceasta e recomandată în fracturile provocate de accidente de circulație, de loviri în sport, nefiind eficace la fracturile cauzate de osteoporoză. Acest procedeu a fost creat după cercetări care au durat un deceniu și a fost aprobat după ce timp de trei ani a fost testat de Comitetul pentru experimente pe oameni de la Helsinki.
- Siesta este eficientă nu doar pentru odihna creierului, ci și pentru stimularea capacităților mintale, potrivit mai multor studii prezentate la conferința anuală organizată de American Association for the Advancement of Science (AAAS), la sfârșitul săptămânii trecute, la San Diego (SUA). "Somnul are efecte reparatorii după o perioadă prelungită de activitate, dar el crește, în același timp, capacitățile neurocognitive, comparativ cu perioada de dinaintea siestei", a declarat Matthew Walker, profesor de psihologie la Universitatea Berkley din SUA, principalul autor al acestui studiu, informează AFP. Pentru a realiza acest studiu, cercetătorii au folosit 39 de voluntari, tineri adulți, împărțiți în două grupuri, dintre care unul a avut dreptul la mici sieste. La prânz, toți participanții au fost supuși unor teste de evaluare a capacităților mintale, care vizau mai ales activarea hipo-campusului, o zonă din creier implicată în procesul de stocare a informațiilor. Cele două grupuri au obținut rezultate identice. De la ora 14.00, membrii grupului care avea dreptul la siestă au dormit timp de 90 de minute, în timp ce membrii celuilalt grup au rămas în stare de veghe. Mai târziu, la ora 18.00, toți participanții la studiu au fost supuși din nou unor teste, în timpul cărora li s-a cerut să memoreze diverse informații. Voluntarii care au rămas treji toată ziua au obținut performanțe mai slabe comparativ cu testele precedente. În schimb, voluntarii care și-au făcut siesta au obținut rezultate semnificativ mai bune și chiar și-au ameliorat capacitățile cognitive. Aceste rezultate vin în sprijinul teoriei potrivit căreia somnul este necesar pentru golirea memoriei pe termen scurt din creier, pentru a face loc unor noi informații, a explicat Matthew Walker. Din 2007, acest psiholog și alți cercetători care studiază mecanismele somnului au stabilit că informațiile legate de realitatea imediată sunt stocate temporar în hipo-campus, înainte de a fi transferate în cortexul pre-frontal, care dispune de o capacitate de stocare a informațiilor mult mai mare. Se pare că acest transfer se face doar dormind, în timpul unei anumite faze a somnului.
- Un sondaj on-line realizat cu ajutorul a 895 de utilizatori de internet și experți a arătat că mai mult de trei sferturi cred că Internetul îi va face pe oameni mai deștepți în următorii 10 ani, potrivit rezultatelor făcute publice vineri, scrie Reuters. Cei mai mulți dintre respondenți spun și că Internetul va îmbunătăți procesul de citire și scriere până în 2020, spune studiul. "Trei din patru experți spun că folosirea Internetului sporește potențialul intelectual al omului și două treimi spun că utilizarea internetului a mărit capacitatea de scriere și citire și răsplata la nivelul cunoștințelor", scrie sondajul. Dar 21% spun că internetul va avea un efect opus și ar putea scădea coeficientul de inteligență al utilizatorilor îndelungați. "Mai sunt mulți oameni care critică impactul Google, Wikipedia și a altor mijloace on-line", transmite studiul.



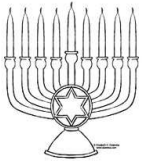
VEDETISME

◇ Johnny Depp va realiza un documentar despre viața lui Keith Richards, anunță site-ul sârb ScreenCave.com. Actorul, prieten cu Richards de foarte mulți ani, a declarat în exclusivitate pentru site-ul amintit mai sus că zvonurile sunt foarte reale iar acest documentar va vedea lumina zilei. Nu este prima colaborare de acest gen cu chitaristul Rolling Stones. Cei doi au jucat împreună și în seria filmelor Pirații din Caraibe. Între timp The Rolling Stones au anunțat că nu vor concerta la Glastonbury 2010 în ciuda unor zvonuri potrivit cărora trupa ar fi fost cap de afiș. De fapt se pare că și zvonurile unui turneu sunt false astfel că formația nu va concerta în acest an.

◇ Mai mulți intelectuali britanici i-au solicitat cântărețului Elton John să anuleze concertul pe care urmează să îl susțină în iunie în Israel. Comitetul Britanic pentru Universitățile din Palestina (BRICUP) a trimis o scrisoare artistului în care se precizează că, "indiferent dacă prestația sa din Tel Aviv este sau nu de natură politică", cântărețul "se alătură unui stat rasist". Grupul acuză Israelul de crime de război și posibile crime împotriva umanității, comise pe timpul operațiunii militare îndreptate împotriva Fâșiei Gaza, în ianuarie 2009. "Vă comportați ca și cum a performa în Israel ar fi un act neutru din punct de vedere moral, dar cum ar putea fi?" se arată în scrisoare. Organizația a mai cerut și anularea altor concerte în Israel, cerere ignorată de artiști precum Leonard Cohen și Paul McCartney, dar care a avut succes în cazul lui Carlos Santana.

◇ Sir Roger Moore își va face revenirea pe marile ecrane, într-un film despre producerea clasicului The Quiet Man, în care John Wayne a avut rolul principal, relatează site-ul Contactmusic. Legendarul interpret al spionului James Bond n-a mai apărut în filme din 2002, când a jucat în Boat Trip, preferând în schimb să-și împrumute vocea pentru diferite personaje de desene animate. În cadrul noului proiect, Moore va avea rol dublu, atât de actor, cât și de producător executiv. Povestea se desfășoară în Irlanda anilor '50, unde Wayne și Maureen O'Hara au turnat scenele pentru populara peliculă din 1952.

◇ Actorul american Robert De Niro a primit un premiu pentru întreaga activitate, în cadrul unei ceremonii fastuoase desfășurate la Los Angeles. Starul de la Hollywood a jucat în primul său film în anii '60 și de atunci a câștigat două premii Oscar și un Golden Globe. De Niro a fost alegerea editorilor revistei AARP pentru primirea trofeului oferit anual de publicație. Printre vedetele premiate la ceremonie s-au mai numărat Jeff Bridges (Cel mai bun actor, pentru Crazy Heart), Helen Mirren (Cea mai bună actriță, pentru The Last Station), Alec Baldwin (Cel mai bun actor într-un rol secundar, pentru It's Complicated) și Kim Basinger (Cea mai bună actriță într-un rol secundar, pentru The Burning Plain).



ȘTIRI DESPRE ISRAEL

@ Forțele aeriene israeliene au prezentat duminică o flotilă de avioane imense fără pilot ce pot rămâne în aer o zi întreagă și pot zbura până la Golful Persic, ceea ce pune Iranul în raza lor de acțiune. Dronele Heron TP au o deschidere a aripilor de 26 metri, ceea ce echivalează cu dimensiunea unui avion de pasageri Boeing 737 și fiind cel mai mare aparat de zbor fără pilot al armatei israeliene. Avioanele pot zbura cel puțin 20 de ore și sunt în special folosite pentru supraveghere și transportul a diverse încărcături. Aceste aparate seamănă cu predecesoarele, Heron, dar pot zbura mai sus la peste 12.000 m și pot rămâne mai mult în aer. Oficialii israelieni au refuzat să spună cât de mare este noua flotă aeriană sau dacă avioanele sunt menite a fi folosite contra Iranului. Israel crede că Teheran încearcă să dezvolte arma nucleară și a declarat că nu exclude un atac militar contra Iranului dacă efortul diplomatic eșuează. Oficiali militari israelieni declarau că Heron TP s-ar putea dovedi o unealtă utilă contra Iranului, stat ai cărui lideri au cerut adesea distrugerea Israelului. Pe lângă supraveghere, avionul poate bruia comunicațiile inamicilor, dar și să faciliteze comunicarea între bază și forțele aeriene israeliene. Heron TP este în dezvoltare de circa un deceniu, dar a fost folosit pentru prima dată în ofensiva de anul trecut contra Hamas. Martori palestinieni au declarat că dronele israeliene au lansat rachete în Fâșia Gaza, înainte de ofensivă. Israel nu a confirmat că aparatul poate lansa rachete.

@ Israelul se va opune unui stat palestinian. Un înalt responsabil israelian a declarat agenției France Press că Israelul se opune categoric ideii potrivit căreia comunitatea internațională va recunoaște un stat palestinian, chiar înainte de a se stabili un acord de pace. Această afirmație vine în urma declarației ministrului francez al Afacerilor Externe, Bernard Kouchner, conform căruia "o astfel de situație ar putea fi posibilă peste un an". Oficialul israelian a declarat că "impunerea unui astfel de aparente soluții parțiale din exterior, se opune ideii de bază a păcii. Acordarea unei astfel de recunoașteri în condițiile în care problemele conflictului nu au fost încă fixate, va pune gaz pe foc. Ea îi va împinge pe palestinieni să fie mai rigizi și astfel posibilul va deveni imposibil". Ziarul "Journal du Dimanche" a publicat un interviu cu ministrul Kouchner, în care acesta a spus că "problema care stă în fața noastră este construcția realității: Franța antrenează poliția palestiniană, iar o serie de afaceri se derulează în Cisiordania. Rezultă că putem prezice în curând anunțarea unui stat palestinian care va obține recunoașterea imediată a comunității internaționale, chiar și înainte de negocierile cu privire la frontierele acestei țări". "Dacă până la jumătatea anului 2011 negocierile de pace dintre Israel și Autoritatea Palestiniană nu vor ajunge la un final, dezvoltarea infrastructurii palestinienilor și instituțiile palestinienilor vor exercita presiuni asupra Israelului, pentru ca acesta să evacueze teritoriile", a declarat Kouchner în interviu. De menționat că președintele Autorității Palestiniene, Mahmoud Abbas, este așteptat în această săptămână la Paris.

@ Primul ministru israelian Benjamin Netanyahu a anunțat că și israelienii care au părăsit Israelul și locuiesc în străinătate vor putea vota la alegerile șefului de guvern. Cu ocazia recentei ședințe a partidului Likud, Netanyahu a afirmat că guvernul său va iniția în Kneset o propunere de lege care va permite fiecărui cetățean israelian să voteze, indiferent în ce țară se află. Conform premierului, această lege va contribui la consolidarea legăturilor internaționale ale statului Israel. Reamintim că punerea în practică a unei astfel de legi este una dintre promisiunile făcute de Benjamin Netanyahu liderului partidului Israel Beitenu, Avigdor Lieberman, în discuțiile care au precedat alăturarea acestuia din urmă la guvernul de coaliție. În schimb ministrul Apărării, Ehud Barak, s-a pronunțat împotriva acordării dreptului de vot israelienilor care se află în străinătate în trecere sau locuiesc acolo. "Numai israelienii care locuiesc aici au dreptul să participe la alegeri", a declarat Barak. La rândul ei, șefa opoziției, Tzipi Livni, a atacat violent propunerea premierului: "Netanyahu ne dovedește încă odată că este dispus să vândă viitorul țării partenerilor săi politici, numai pentru binele coaliției sale". Benjamin Netanyahu nu a reacționat la criticile celor doi.



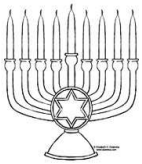
HAI SĂ BUCĂTĂRIM ! – HRANĂ SĂNĂTOASĂ, PENTRU TINE !

☞ **Brioșe din fidea de orez** – **Ingrediente** : 150 g fidea de orez; 3 ouă; 1 linguriță oregano sau busuioc; 200 g smântână; 75 g brânză; 2 morcovi mici; 3-4 linguri boabe de porumb; margarină și pesmet pentru formă; sare. **Mod de concepere** : opăriți fidea sau pastele cu apă fierbinte, ușor sărată și le lăsați timp de 5 minute acoperite cu un capac, pentru a se umfla. Ungeți apoi cu margarină și tapetați cu mălai 12 dintre formele unei tăvi mari pentru brioșe. Aprindeți focul la cuptor. Spălați și curățați morcovii, radeți fin morcovii și brânza. Bateți ouăle cu smântâna, brânza, oregano, porumbul și morcovii. Scurgeți pastele în strecurătoare, le lăsați puțin la răcit, apoi le încorporați în amestec. Amestecul îl repartizați în forme și coaceți brioșele timp de 15 minute, la foc mijlociu. Le scoateți din forme după ce s-au mai răcit și le serviți cu orice fel de salată.

☞ **Hummentaschen, sau "urechile lui Hamman"** – **Ingrediente** : 250 gr unt nesărat; 500 gr zahăr; 2 linguri de coajă de portocală răzuită; 2 ouă; 925 gr făină; 2 pliculețe de praf de copt; 1/2 linguriță de sare. **Crema de mac** : 250 gr semințe de mac; 250 ml lapte; 50 ml apă fierbinte; 125 gr zahăr; 50 gr stafide tăiate mărunt; 25 ml miere; 1 lingură de coajă de portocală rasă; 1/4 lingura scorțișoară un picuț de sare. **Preparare** : Amestecați untul până se face ca o cremă pufoasă și adăugați apoi și zahărul. Amestecați-le până devin o cremă fină și se topește zahărul apoi adăugați făina, praful de copt, sarea, coaja de portocală și amestecați din nou. La sfârșit adăugați și ouăle și după fiecare ou amestecați bine. Lăsați aluatul la rece pentru 30 de minute înainte să-l lucrați. Puneți la fiert macul în lapte și adăugați și zahărul. De îndată ce dă în clocot, adăugați și stafidele și scorțișoara, apoi coaja de portocală și mai lăsați să fiarbă încet încă puțin. Puneți apa fierbinte în miere ca s-o diluați, dacă e cazul și apoi puneți mierea în amestecul de mac. Lăsați la răcit și amestecați din când în când, ca să se formeze o cremă destul de consistentă. Întindeți aluatul într-o foaie nu mai groasă de 0,5 mm și tăiați-le în cercuri cu un pahar sau cu o formă rotundă. În mijlocul fiecărui cerc puneți 1/2 lingură din compoziția de mac, sau o marmeladă după gust în care ați adăugat semințe de nuci și bucățele de stafide, apoi închideți cercurile în trei părți, în așa fel ca să formeze un fel de pălărioară, sau urechiușe. Se lasă la copt pentru aprox. 20 minute, în cuptorul încălzit dinainte.

☞ **Prăjitură cu biscuiți, cremă și fructe** – **Ingrediente** : 500 g biscuiți (de preferință populari); 1 kg caise sau piersici; 4 ouă; 500 ml lapte; 250 g zahăr; 2 linguri smântână; 1 plic zahăr vanilat; 2 linguri făină; 2 linguri unt. **Modul de preparare** : ungeți cu unt o tavă mică și înaltă, în care așezați biscuiții unul lângă altul, într-un strat. Spălați fructele, le tăiați în jumătăți și le îndepărtați sâmburii, apoi le așezați peste biscuiți. Aprindeți focul la cuptor. Pentru prepararea cremei, mixați ouăle cu laptele și zahărul, până când acestea de dizolvă. Adăugați smântâna, zahărul vanilat, apoi făina. Omogenizați, turnați crema peste fructe, o aranjați uniform și dați tava la cuptor, la foc mijlociu, vreme de 20 de minute. După ce prăjitura s-a răcit complet, o tăiați în bucăți, încercând să urmăriți forma biscuiților. Puteți să scunfundați tava într-o vană cu apă rece, pentru a grăbi răcirea și solidificarea cremei. Astfel ve-ți obține 20 de prăjituri delicioase în numai 30 de minute. Sfat practic : deși crema nu ieși tot atât de aromată și de fină, puteți prepara prăjitura cu 2 plicuri de praf pentru budincă de vanilie și aceleași cantități de lapte și zahăr.

(VĂ URĂM POFTĂ BUNĂ!!)



UMORUL PE TIMP DE CRIZĂ

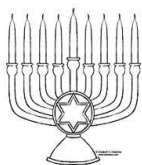


- ☀ Dorim să vă informăm că, datorită introducerii monedei Euro, cu începere de la 1 ianuarie 2002, poziția Kamasutra cunoscută sub denumirea de 69 va fi de acum cunoscută sub numele de 87,61. Cu stimă. Comitetul de implementare a monedei Euro.
- ☀ Ițic sună la Securitate: - Alo, vedeți că Ștrul are niște lemne ! - Și ce e cu asta? - A găurit și a introdus în fiecare lemn bijuterii, diamante, dolari și, probabil, ceva muniție adusă din America, de la fratele lui. Apoi îl sună pe Ștrul: - Mă dobitocule, pregătește-te că am trimis să-ți spargă lemnele! - Pe cine ? - Pe ăia care mi i-ai trimis tu anul trecut de mi-au săpat grădina.
- ☀ Sună un evreu la linia erotică. Îi răspunde o voce suavă: - Lubitule, ce bine-mi pare că m-ai sunat. Fac orice pentru tine. - Chiar orice, orice? - Bineînțeles, de aia mă aflu aici. - Bine, atunci notează numărul meu și sună-mă tu.
- ☀ O femeie la vreo 30 de ani, după ce și-a rezolvat treburile în capitala de județ, voia să ajungă acum acasă și nu mai avea bani. Se apropie de un taximetrist și îi spune: - Uite, trebuie să ajung și eu în Cucuieii de Sus, dar nu am bani... Cum ajungem acolo ne socotim noi. - Bine, las' că ne socotim noi pe drum!, zice taximetristul. După vreo oră, oprește taximetristul pe un câmp, ia o pătură din portbagaj și o așterne pe lucernă. Femeia, îngrijorată, îi zice: - Vai, dar nu pot să fac asta, sunt măritată, am acasă doi copii! - Și ce? Și eu sunt însurat, am femeie, am copii, dar am și 40 de iepuri de hrănit, așa că taci și rupe lucerna...
- ☀ Ce face un cal pe o pajiște cu cannabis? Paște fericit!
- ☀ - Bulă, ce ai vrea să îți scrie pe cruce, după ce mori? - Ceva simplu și concis. - Ca de exemplu? - Vin imediat!
- ☀ Un barman ajunge la psihiatru: - Domnule doctor, ieri, mai pe seară, a intrat un client în bar. A cerut un coniac, l-a băut și după aceea a mâncat paharul, cu excepția piciorului. Credeți că era nebun? - Mai mult ca sigur! Piciorul este partea cea mai gustoasă.
- ☀ Un moș merge la doctor. Acesta îl întreabă: - Cum stai cu inima, cu plămâni? - Foarte bine. - Dar e ceva care te supără? - Da, am o problemă: când fac sex, aud fluierături în urechi. - Ce vârstă ai mata? - 83 de ani. - Păi la 83 de ani ce ai vrea să auzi, aplauze?
- ☀ Întrebare la Radio Erevan: - De ce și-a omorât tovarășul Hrușciiov pisica? - Fiindcă de la o vreme nu mai zicea Miauuu! ci Maooo!
- ☀ Un bărbat la librărie către vânzătoare: - Aș dori cartea cu titlul "Superioritatea bărbatului față de femeie"! - Utopie și SF-uri la etajul 1, vă rog!
- ☀ Într-o alimentară, intră un câine cu o bancnotă în gură, latră spre un salam, dă bancnota vânzătorului, ia salamul în gură și pleacă. A doua zi la fel! A treia zi, vânzătorul urmărește câinele, care ajunge în fața unei uși, sună și iese un tip care îl ia la bătaie pe bietul câine. Vânzătorul, revoltat, intervine: - Dom'le, ești nebun! Câinele ăsta e foarte inteligent! De ce-l bați? - Lasă, domnule, că știu eu ce știu! Îl bat pentru că iar și-a uitat cheile acasă!
- ☀ De ce țin câinii piciorul ridicat când fac pipi pe un gard ? Ca să nu cadă gardul pe ei.
- ☀ Știți ce făcea Meșterul Manole când o zidea pe Ana ? Body building!



Stiați Că

- Cel mai lung maraton de bancuri... Pornind de la premisa că un banc trebuie să aibă un început, un cuprins și o încheiere, Mike Hessman (SUA) a spus nu mai puțin de 12 682 de bancuri în 24 de ore între 16 și 17 noiembrie 1992.
- Tigrii siberieni au un apetit foarte mare, ei pot să consume 50 kg de carne la o singură masă.
- Cele mai multe mingi de tenis ținute într-o mână... Francisco Peinado Toledo a așezat și ținut timp de 10 secunde în mâna stângă 18 mingi de tenis, pe 18 septembrie 2003, la Valencia, Spania.
- Cea mai mare structură geologică observată din spațiu... Structura Richat din Deșertul Sahara din Mauritania este un bazin sedimentar multistratificat, cu un diametru de circa 50 km. Inițial considerat un crater de impact, acum se crede că reprezintă rămășițele de rocă ale unui dom sedimentar supra înălțat. Forma a fost descoperită de pe orbită de către astronauții americani Jim McDivitt și Ed White, în timpul misiunii Gemini, în iunie 1965.
- Cel mai mare debit al unui râu... Amazonul deversează în Oceanul Atlantic, în medie, 200 000 m³/sec, crescând la peste 340 000 m³/sec la capacitate maximă. Adâncimea minimă a Amazonului este de 17 m pe o lungime de 1 450 km cea maxima poate ajunge 124 m. Debitul Amazonului este de 60 de ori mai mare decât cel al Nilului.
- Cele mai rapide bătăi din aripi... În timpul ritualurilor de împerechere, un colibri cu gât rubiniu (*Archilochus colubris*) poate atinge 200 de bătăi de aripi pe secundă, față de ritmul normal de 90 de bătăi/sec. al celorlalte păsări-colibri.
- Cel mai mic ritm cardiac la un mamifer... Mamiferul care se presupune că ar avea cel mai mic ritm cardiac dintre toate animalele cu sânge cald este balena albastră (*Balaenoptera musculus*), cu 4-8 bătăi/min., după cum balena se scufundă sau nu în apă. Prin comparație, inima unui om adult are, în medie, un ritm de 70 bătăi/min. Balenele albastre au cea mai mare inimă, bătaia ei putând fi auzită în apă de la 32 km distanță.
- Cel mai mare urs polar observat vreodată de cercetători cântărea 1.002 kg și măsura 3.7 metri.
- Cantitatea și calitatea somnului au efect direct asupra performanțelor noastre zilnice și joacă un rol important asupra psihicului și sănătății mentale.
- O ora de somn pierdută noaptea reduce capacitatea de concentrare de a doua zi cu 25%.
- Cel mai mare pește este rechinul-balena (*Rhincodon typus*), o specie rară care se hrănește cu plancton și care trăiește în zonele mai calde din oceanele Pacific, Atlantic și Indian. Cel mai mare exemplar înregistrat științific avea 12,65 m lungime, 7 m circumferință în zona cea mai lată a corpului și cântărea 15-21 t. A fost capturat lângă Insula Baba, de lângă Karachi, Pakistan, pe 11 noiembrie 1949.
- Cel mai mare defileu terestru este Marele Canion, de pe râul Colorado, din zona central-nordică a Arizonei, SUA. Se întinde de la Defileul Marble la Grand Wash Cliffs, pe 446 km, cu o lățime medie de 16 km și o adâncime de 1,6 km.
- Prin Tratatul de la Tordesillas și-au împărțit, pentru prima dată, Spania și Portugalia zonele coloniale.



CURIOZITĂȚI ISTORICE

☀ Cea mai răspândită limbă este chineza, vorbită de peste 1,1 miliarde de oameni. Abia următoarea este engleza, vorbită de aproximativ 800 de milioane de persoane. Pentru 330 din aceștia, engleza este limba maternă: circa 270 de milioane în SUA și 60 de milioane în Marea Britanie.

☀ Cea mai rece temperatură din istorie de pe pământ a fost înregistrată în Antarctica pe 24 August 1960. Temperatura măsura atunci -127 de grade Celsius.

☀ Recent, o serie de cercetări efectuate în bazinul Mării Adriatice au pus pe oamenii de știință respectivi într-o mare derută. Fără îndoială, nimeni nu ar putea crede că există o mare fără fund. Acest lucru nu este posibil. Ca urmare a cercetărilor întreprinse a fost găsită însă, în Marea Adriatică, o groapa uriașă, care, fiind cercetată la rândul ei, a dus la descoperirea unor fenomene cu totul ciudate. Urmărită timp îndelungat, s-a constatat că în aceasta uriașă deschidere abisală de pe fundul mării dispar zilnic circa 30.000 de tone de apă. Cercetătorii au turnat, în repetate rânduri, în apropierea acestei gropi, mari cantități de vopsea, care, în mod firesc, ar fi trebuit să reapare undeva, mai aproape sau mai departe, în râurile sau lacurile din insulele sau de pe țărmurile mării. Dar apa colorată de vopseaua turnată de cercetători nu a reapărut nicăieri. Au fost aruncate în dreptul acestei gropi și mari cantități de material plastic, dar și acestea au dispărut fără urmă. S-a presupus că vopseaua, cât și bucățile de material plastic au fost absorbite de groapă. Până în prezent nu s-a ajuns la nici o concluzie, rămânând doar părerea că pe fundul Mării Adriatice se găsește o groapă abisală uluitor de adâncă.

☀ Cei mai mulți oameni din Nepal numesc Muntele Everest "Sagarmtha", care înseamnă "frunte în cer". Vorbitorii de limba tibetană numesc Muntele Everest "Chomolungma" ceea ce înseamnă "zeița, mamă a lumii". Muntele Everest este numit după Sir George Everest. El a fost un inginer militar englez care a fost topograf general în India din 1829 până în 1843. În această perioadă el a topografiat vârful. Sir George Everest a fost prima persoană care a înregistrat locația și înălțimea Muntelui Everest care la acea vreme se numea Vârful XV.

☀ Palatul Buckingham are 602 de încăperi.

☀ Aproape 65 000 de texte de lege, decrete și amendamente aflate în vigoare în Egipt datează de la începutul secolului XIX.

☀ Doctorul Merry Delabost, medicul-șef al închisorii de la Bonne-Nouvelle, din Rouen, este cel ce a inventat dușul, prin 1872, pentru a permite deținuților să aibă o mai bună igienă corporală. Era vorba de dușuri colective, dar sistemul de jet al apei era individual.

☀ Cel mai vechi dicționar cunoscut datează din anul 600 î.Ch. Găsit în Mesopotamia, el este scris în akadiană, limba folosită de asirieni și de babilonieni.

☀ În anul 1480, William Caxton publica primul dicționar bilingv englez-francez pentru "turiști". El conținea 36 de pagini.



DICȚIONAR IUDAIC

❖ **APOCRIFE** – Denumirea cărților iudaice scrise în perioada celui de al doilea Templu, care n-au fost incluse în **Tanakh**. Cauzele presupuse ale neincluzerii sunt: a) nu au nivelul de sfințenie necesar; b) au fost compuse după redactarea definitivă a Bibliei; c) au fost scrise în grecește. Conținutul lor: istorie (câteodată singurul izvor), filozofie, legendă, mister.

❖ **KEHILA (KAHAL)** – Comunitate, formă de organizare publică a obștii evreiești de pretutindeni. Comunitatea are grijă de nevoile religioase – spirituale, sociale și civile ale evreilor. Încasează cotizații, întreține școli, numește rabini, hahami, profesori, are grijă de cantine, de asigurarea minimului necesar celor nevoiași, cimitire, băi rituale, etc.

❖ **MATMID** – a) Sârguitor. Persoană care se dedică în permanență studiului sau unei activități. B) Denumirea dată discipolilor și învățăceilor din **leșiva**, care își dau silința zi și noapte în aprofundarea foliantelor. Marele poet H.N.Bialik, a dedicat acestui tip un mare poem „Hamatmid”.

❖ **OSTJUDEN** – Denumirea dată evreilor din țările Europei Răsăritene, mai ales celor din Polonia, Rusia, România, etc., care emigrând în spre Germania, s-au organizat în comunități specifice.

❖ **PAIS** – Tragerea la sorți din Templu Sfânt. Avea loc zilnic, pentru a fixa ordinea serviciului sacru al **Cohanim-ilor**. De aici numele loteriei în Israel.

❖ **PURIM** – Cea mai veselă sărbătoare la evrei. Se serbează în 14 și 15 ale lunii **Adar**, în amintirea salvării de la pieire a evreilor din imperiul persan, prin sec. I î.e.n. Primul dregător al imperiului, Haman, din seminția lui **Amaleik**, a vrut să nimicească pe toți evreii din imperiu. După obiceiul local – probabil la sfatul astrologilor – a căutat data potrivită prin aruncare la sorți, care în limba locală se chema Pur. De aici numele sărbătorii pluralizat, deoarece Purimul se serbează după datină la 14 Adar peste tot și la 15 Adar în orașele înconjurate de zid, cum era Șușan capitala imperiului persan, și de aici provine și numele de Șușan-Purim. Datinele sărbătorii: citirea cărții lui Ester = **Meghilat Ester**, masa festivă, daruri trimise unul altuia = **Mișloah Manot**, daruri săracilor = **Matanot la-Aniim**, băutura până la uitare = **Ad dela lada**, piese bufe și glume, precum și măști, carnaval = **Adloiada**. În an bisect se serbează Purim în **Adar-Beit**.

❖ **PURIM ȘEINI** – În lunga lor istorie și în pribegia lor îndelungată, evreii au cunoscut multe pericole de nimicire. Salvarea de la asemenea pericol, care era de obicei local, era serbată după aceea anual de către Comunitatea respectivă, la data când s-a produs această salvare. Serbarea se numește Purim Șeini = al doilea Purim sau Purim mekomi = purim local. Asemenea sărbători se cunosc la evreii din Egipt în amintirea salvării lor din mâinile Pașei Ahmed Saitan (1524) la 17 Adar; la evreii din Frankfurt/Main, care se numește Purim – Winzents după numele lui Winzents Fettmilch, care s-a năpustit asupra lor la Caf (20) Adar 1614, în fruntea bandelor sale, din mâinile cărora au scăpat prin minune. Sunt cunoscute încă asemenea 14 Purim-uri locale.

❖ **SAIR la-AZAZEIL** – Țap ispășitor **Azazeil**. Unul din cei doi țapi jertfiți de **Iom Chipur**, cel care a fost aruncat din vârful muntelui stâncos și a pierit printre stâncile dințate.

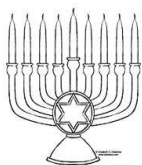
❖ **SANHEDRIN** – a) Originea cuvântului e greacă: Sinhedrion = consiliul bătrânilor. În Ereț Israel, Sanhedrin-ul era instituția cea mai importantă în perioada celui de al doilea Templu. Număra 71 de membri și era corpul legislativ și tribunalul suprem al poporului. După **Talmud**, erau două feluri de Sanhedrin. Cel de 71 se numea Sanhedrin Gdola = cel mare, și unul de 23 de membri care era de fapt tribunalul care judeca procesele (**Beit-Din**). În fruntea Sanhedrin-ului era un **Nassi** = președintele, care avea calitate asemănătoare președintelui parlamentului și un **Av Beit-Din** = capul completului de judecată, care prezida ședințele proceselor. Sanhedrin-ul și-a încetat activitatea la finele sec. IV e.n. b) Tractat în volumul „**Nezikin**” din **Talmud**. Cuprinde 11 capitole și este de fapt codul de procedură penală a legislației iudaice.



REMEDII NATURISTE



COACĂZELE NEGRE – Mai cernite și mai urâțele în comparație cu fragii și zmeura, lipsite de aromă și străluciri rubinii, coacăzele negre sunt o veritabilă Cenușăreasă a naturii. Abia la sfârșitul poveștii, când prințul le așază în picior pantofiorul, arată ce comori se ascund sub înfățișarea lor reculeasă. Puține alte alcătuiuri ale firii au atâta forță de-a vindeca. Coacăzele negre conțin un număr impresionant de minerale și vitamine, între care vitamina C într-o formă care se dovedește a fi cea mai stabilă dintre toate fructele, tezistând la căldură și oxidare. În plus, este singurul fruct de pădure care conține ulei volatil într-o proporție destul de mare, un ulei cu miros mai puțin plăcut, dar cu efecte cu totul deosebite. Coacăzele negre, folosite mai ales ca pulbere, revitalizează rapid organismul, ajută la reechilibrarea metabolismului, normalizează activitatea nervoasă, măresc acuitatea vizuală, elimină anemia, favorizează procesele de creștere și refacere, măresc imunitatea naturală a organismului. Dintre cele peste 50 de boli și tulburări tratate cu ajutorul lor menționăm : **Anemie** – sucul, la fel ca și pulberea de coacăze negre uscate, stimulează formarea hematiilor și compensează deficitul de fier. Se bea zilnic o cană de suc pe stomacul gol sau se ia o linguriță de pulbere de trei ori pe zi. O cură durează 2-3 săptămâni. **Oboseala vizuală (miopie progresivă)** - coacăzele negre, fructele și frunzele, cresc acuitatea vizuală (inclusiv cea nocturnă), favorizează corectarea anumitor deficiențe ale vederii. Se fac cure îndelungate (3-6 luni) cu pulbere sau cu macerat de coacăze negre. **Creșterea la copii** – coacăzele negre crude, la fel ca și sucul, stimulează formarea țesuturilor, a oaselor mai ales. Se consumă zilnic 100-200 g de coacăze negre sau se bea un pahar de suc. În afara sezonului, se ia înainte de fiecare masă jumătate de linguriță de pulbere de coacăze negre. **Sensibilitatea la infecții (respiratorii, intestinale, renale)** – se consumă zilnic 100g de fragi și 100g de coacăze negre. În afara sezonului se ia o jumătate de linguriță de pulbere de coacăze negre și o jumătate de linguriță de pulbere de măceșe pe zi. **Articulații umflate, dureroase** – sucul și ceaiul de coacăze negre (obținut cu apă caldută din fructe și frunze) are efecte antiinflamatoare și depurative ideale, fiind în mod deosebit indicat în cure de 21 de zile pentru reumatici. **Reumatism cronic degenerativ** – se recomandă cură cu suc (500-750 ml pe zi) sau, în afara sezonului, un pahar de macerat dimineața și două cani de ceai fierbinte (obținut din fructe și frunze) spre seară. **Ateroscleroza, arterita, trombogenita obliterantă, hipertensiune** – în toate aceste cazuri se recomandă o cură de fructe – 500g pe zi, vreme de două săptămâni. **Litiaza renală (cu urați)** – în fiecare zi se bea de dimineață o cană de suc proaspăt, iar seara o cană de ceai fierbinte de fructe și frunze. În a zecea zi de cură se bea un litru din ceaiul obținut dintr-o lingură de frunze de mesteacăn, lingură de boabe de ienupăr și o lingură de frunze coacăz negru, la un litru de apă clocotită. **Alcoolism** – două linguri de fructe uscate și o linguriță de semințe de pătrușel se fierb la foc domol în trei sferturi de litru de apă, vreme de 15 minute, după care se lasă să se răcească. Se bea tot acest preparat o dată, pe stomacul gol; cura durează 6 luni. Pot apărea reacții puternice de vomă, diaree, ca semn al dezintoxicării organismului. Dacă cura nu este întreruptă câteva săptămâni și nu este consumat alcool, dependența dispare relativ repede și apare chiar o anumită intoleranță la alcool. **Tulburări specifice debutului menopauzei** – pulberea de fructe uscate, la fel ca și ceaiul fierbinte, are efecte ușor sedative, oprește hemoragiile, normalizează activitatea endocrină. Se beau una-două cani de ceai pe zi sau se iau trei lingurițe de pulbere pe stomacul gol.



NATURA LA ÎNDEMÂNA TA !!



Varza și proprietățile ei ! – *Boli ce pot fi prevenite cu ajutorul verzei !*

Hepatita, bolile de ficat în general – o substanță conținută de către varză, sulforafanul, stimulează puternic producerea în organism a unor enzime care joacă rolul de detoxifiant al ficatului. De asemenea, consumul de varză s-a dovedit a preveni procesele de distrucție celulară la nivelul ficatului, sub acțiunea factorilor infecțioși sau a celor chimici. Pentru a obține aceste rezultate, se recomandă consumul verzei crude, sub formă de salată, de măcar 3 ori pe săptămână.

Boală canceroasă – în ultimii douăzeci de ani au fost efectuate nu mai puțin de 94 de studii care au arătat că varza consumată crudă, murată sau gătită rapid are efecte antitumorale și anticancerigene. Principiile active din frunzele de varză induc celulelor maligne apoptoza (un program de autodistrugere folosit de organism pentru eliminarea celulelor îmbătrânite), reglează acțiunea hormonilor steroidieni în organism (implicații în apariția a numeroase forme de cancer), reglează ritmul de diviziune celulară, induc o creștere a producției enzimelor responsabile de inactivarea și eliminarea celulelor maligne. Trei-cinze zile pe săptămână, în care consumăm câte 200 de grame de salată de varză, ne pot salva viața, punându-ne la adăpost de o incredibilă multitudine de forme de cancer, despre care vom vorbi detaliat în cele ce urmează :

Cancerul vezicii urinare – sunt diagnosticate la nivel mondial, în medie, câte 336.000 de noi cazuri în fiecare an, afectând de trei ori mai mulți bărbați decât femei. Conform cercetărilor medicilor de la Universitatea din Texas, care au studiat cazurile a 697 de bolnavi de cancer al vezicii urinare, în paralel cu cazurile a 708 persoane sănătoase din aceeași grupă de vârstă și de aceeași rasă, consumul de varză reduce puternic incidența acestei boli. La persoanele care consumă de mai multe ori pe săptămână varză crudă (dar și alte legume înrudite, cum ar fi varza roșie sau broccoli) incidența cancerului vezicii urinare este cu 29% mai mică.

Cancerul de prostată – o cercetare făcută în Statele Unite pe 1000 de persoane de sex masculin arată că persoanele care consumă, la măcar o treime din mese, legume în stare crudă, au cu 35% mai mari șanse să nu facă această boală. Interesant este că la cei care consumă, la măcar o treime din mese, în mod special varză crudă și legume înrudite (broccoli, varză roșie), riscul de a face cancer la prostată scade cu 44%.

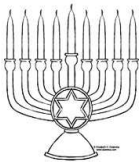
Cancerul de sân – nu avem spațiu pentru a rezuma în acest articol toate studiile făcute despre efectele de preventive ale consumului de varză în neoplasmul mamar (în Singapore, China, Statele Unite, Polonia, Olanda), dar toate arată că femeile care consumă varză sau varză murată se bucură într-o proporție foarte ridicată de imunitate față de cancerul la sân. Conform cercetărilor, cea mai ridicată rată a imunității o au femeile care au consumat varză, încă de la vârsta de 12-13 ani, măcar o dată la 2-3 zile. În multe regiuni din Polonia, de pildă, unde datorită obiceiurilor culinare, o femeie consumă încă din adolescență, anual, în medie, 25-30 kg de varză, cazurile de cancer mamar sunt mai rare, cu incredibilul procentaj de 72% decât în celelalte zone ale lumii.

(CONTINUAREA ÎN NUMĂRUL VIITOR!)



CALENDARUL LUNII - FEBRUARIE

- La 1 februarie 1928, s-a născut OCTAVIAN SAVA. A absolvit Facultatea de Limba și Literatura Română în 1965. Este autorul a numeroase piese de teatru, scenarii de film și televiziune, dintre care menționăm: "Nota zero la purtare", "Aventurile Capitanului Val Vartej", "Post Restant", "În fiecare zi mi-e dor de tine". În 1993, a scris scenariul unui film care s-a bucurat de cel mai mare succes de public după '89, A doua cadere a Constantinopolului. Este laureat al A.P.T.R., al Asociației Umoristilor din România, al revistei "Moftul român", al Studiourilor de film "Alexandru Sahia".
- La 5 februarie 1930 – s-a născut la Cracovia – STELLA MULER-MADEJ. A fost deportată în lagărele de la Pleszow și Auschwitz, ea fiind salvată de altfel datorită lui Oskar Schindler. Narațiunea vieții sale își găsește loc în cartea „Fata de pe lista lui Schindler” – apărută în 1994 la Berlin.
- La 8 februarie 1878 s-a născut filozoful și scriitorul MARTIN BUBER. Născut la Viena, după studii strălucite făcute la universitățile din orașul natal, precum și din Leipzig, Berlin și Zurich, Martin Buber desfășoară o rodnică activitate publicistică. Cărțile sale consacrate hasidismului și marilor sale figuri sunt clasice. Mulți ani, Martin Buber a fost profesor la Universitatea ebraică din Ierusalim. A militat pentru pace și apropierea între popoare.
- La 10 februarie 2010 – 120 de ani de la nașterea la Moscova, 1890 a reputatului poet și romancier BORIS PASTERNAK. Centrul creației sale literare îl reprezintă romanul „Doctor Jivago”. În 1958 – acesta este distins cu Premiul Nobel pentru Literatură.
- La 15 februarie 1933 la Iași se naște IOSIF SAVA (IOSIF SEGAL) – decedat 18 august 1998 la București. Muzicolog român, realizator de emisiuni radio și de televiziune, provenind dintr-o familie evreiască în care se făcea muzică de peste trei secole. Studii: Liceul Național; Conservatorul din Iași; Facultatea de Filosofie din București. Redactor la "Scânteia Tineretului" (până în 1959), la Radiodifuziune, la Televiziunea Română (din 1980 până în 1985 și din 1990 până în 1998). Autor a 47 de cărți de popularizare muzicală, între care: Violonistul pe acoperiș și Variațiuni pe o temă de Chagall, ambele publicate în Editura "Hasefer", în 1996 și 1997; realizatorul emisiunilor săptămânale TV "Serata muzicală", a emisiunilor săptămânale Radio "Invitațiile Euterpei"; a numeroase articole și studii publicate în presa scrisă din țară și din străinătate.
- La 18 februarie 1935 – s-a născut ROTH TIBERIU TOMA, președintele Comunității Evreilor din Brașov. Domnia sa a participat la al 35-lea Congres Sionist Mondial de la Ierusalim.
- La 21 februarie 2010 s-au împlinit 333 de ani de la trecerea în eternitate (Haga 1677) a marelui filozof BARUH SPINOZA, născut la Amsterdam, în 1632. Operele sale principale sunt : Etica și Tratatul teologico-politic. Spinoza pornea de la premisa convingătoare „că lumea este un sistem logic, care poate fi cunoscut prin metode geometrice, iar omul este o parte a naturii”.
- La 24 februarie 1864 – s-a născut scriitorul ISRAEL ZANGWILL. Cunoscut scriitor evreu de limbă engleză, ce a înfățișat viața, tradiția, aspirațiile poporului. Dintre scrierile sale, cele mai cunoscute sunt : « Regele pomanagiilor » , « Visătorii ghetoului » , « Copiii ghetoului » etc.
- La 28 februarie 1821 – s-a născut celebra actriță RACHEL (ELISE FELIX).



OMAGIU PIOS - TRECUTUL ISTORIC NU POATE FI VIITORUL COPIILOR NOȘTRII !

Anul acesta se împlinesc 68 de ani de la tragicul eveniment petrecut în zona portuară a Istanbulului pe data de 7 Adar 5702 (24 februarie 1942), vasul Struma avea să devină ținta unui submarin sovietic. Vasul Struma avea asupra sa, circa 769 de pasageri printre care femei, copii și bărbați, evrei români ce doreau să ajungă în Țara Sfântă și care aleseseră „drumul acesta nefast”, curmat în ziua aceea de 24 februarie 1942. Vasul urmasse un traseu plecând din Constanța în ziua de 12 decembrie 1941, drumul de străbătut ar fi fost de 326 km (drum ce normal s-ar fi parcurs în 15 ore) – avea să dureze cel puțin 3 zile, datorită motorului vasului, care se defectase, nu înainte ca mecanici români să-l repare dar cu prețul „asigurator” de-ai depozita pe pasageri de bunuri valoroase (aici vizate erau bijuterii, bani etc.), în schimbul prestării lor. După peripeții multiple, ei ajung în rada portuară a Istanbulului, Turcia – se prezuma și se spunea așa zis că era un „stat neutru”, neimplicat în conflictul mondial, dar..? presiunile diplomatice, și în special influența britanică, și-a spus cuvântul, deoarece emigranții sunt opriți să-și continue drumul, mai ales pe uscat, iar ca toate să culmine, motorul vasului era avariat iremediabil. Așadar vreme de 70 de zile, vasul Struma – devenise un loc în care pasagerii agonizau – se instaurase foametea, boala și suferința, ele cuprinseseră întreaga ființă de pe Struma. Deși de fiecare dată ancorau în port, nimeni dar absolut nimeni nu dorea să-i ajute în demersul acestora câtuși de puțin. În zori dimineții de 24 februarie, un submarin sovietic torpilează vasul Struma – bilanțul este nefast, toți ce-i aflați la bord se scufundă în valurile reci ale Mării Negre. A existat doar un singur supraviețuitor al acestei tragedii, David Stoliar ce a reușit să se mențină plutind, iar după o zi să fie salvat. Catastrofa aceasta poate fi și este în bună măsură fără de tăgadă, „o crimă de război”. În vreme ce în toată lumea știrea scufundării făcea ocol, cei care aflaseră erau indignați și profund afectați, în vreme ce în România practic nu se știa mai nimic sau deloc, ziarele erau „controlate”, fie nu aveau curajul, cei drept doar un singur ziar – „Rapid” - de tiraj modest a adus aminte în treacăt, conexiunea dintre cele precizate de articol își vor găsi efectul abia după 20 de ani, când va fi scos la lumină un document sovietic ce atestă faptul că un submarin rus a scufundat torpilând vasul Struma.

Nu putem spera decât că se vor întreprinde în viitor cercetări pentru a se aduce mai multă lumină, asupra acestei nenorociri. Tot odată se poate afirma faptul că „Struma” a fost semnificativ, premergător – că moartea „Kedoșimilor” de pe acesta, a avut un rol determinant sau cel puțin influențabil în proclamarea Statului Israel. De altfel despre „Struma” au curs râuri de cerneală așternute în multe cărți atât în România cât și în Israel, dar și în lumea întreagă. Există și un film istoric, dar poate cele mai importante par a fi cercetările întreprinse de scafandri în găsirea epavei vasului, ce își somnul pe fundul Mării Negre, pentru a putea-o recupera și a o expune la loc de cinste la muzeul „Yad Vashem”. Dar tot ce părea aproape de adevăr și descoperire s-a soldat tot cu un rezultat needificator. Poate că timpul și eforturile comasate vor reda ceea ce sa pierdut odată.

În așteptare, nu pot decât, să vă recomand să aveți un gând pios și bun, pentru ai cinști și comemora pe martiri „Strumei”, ei sunt „doar o parte din cei a căror jertfă” – trebuie să ne amintească faptul că „idealurile și țelurile” nu în ultimul rând crezul în Dumnezeu sunt lucruri de căpătâi ale noastre ale tuturor, așa cum toți suntem egali și drepti. „Hașem Ehad!”



MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCȘANI

INFO-CLUB

Pentru potențialii interesați, Comunitatea Evreilor din Focșani – situată în Str. Oituz Nr.4, pune la dispoziția fiecăruia o bogată bibliografie despre cultura, istoria și tradiția poporului evreu. La biblioteca clubului se pot procura noi cărți apărute la editura Hassefer și nu numai, sau pot fi împrumutate cărți, reviste, ziare sau se poate asculta muzica anilor 1970-1990. Tot la clubul comunității se pot urmări filme, pelicule și ecranizări celebre despre Israel sau despre viața evreilor în contextul social, politic și istoric totodată de-a lungul vremii. Se pot organiza concursuri și competiții pe tematica jocurilor de table, remi sau șah. **De altfel să nu omitem faptul că, în fiecare zi de marți și joi între orele 9-11 medicul comunității noastre acordă consultații medicale persoanelor asistate de F.C.E.R. și membrilor ce aparțin comunității noastre.**

AGENDA ACTIVITĂȚILOR DIN LUNA FEBRUARIE 2010

În luna februarie Comunitatea Evreilor din Focșani a desfășurat următoarele activități cu scop cultural creativ dar și de relaționare :

- Sub egida memorialelor am rememorat contribuția lui Baruch Spinoza – filosof evreu olandez ce origine sefardă, ce a adus o contribuție importantă asupra filosofiei; apoi in memoriam - Iosif Sava – ilustru muzicolog român, contribuția măreață a sa la cultura muzicală românească; memorial închinat victimelor de pe Vasul Struma – scufundat de un submarin sovietic.
- Întâlnire cu elevii Liceului Nr.2 „Gheorghe Asachi” coordonați de prof. Daniela Ciolpan – întâlnire ce a avut ca temă „Sinagoga, tradiții și istorie”.
- Întâlnire cu elevii Liceului Pedagogic „Spiru Haret” însoțiți de prof. Corina Mihail – întâlnire a cărei temă a reprezentat-o „Istoria Comunității Focșani”.
- Privilegiu și onoarea de a găzdui „Concursul de pictură și creație” pe o temă dată ca cea a sărbătorii de Purim unde elevii Liceului „Duiliu Zamfirescu” din Odobești alături de prof. coordonatoare Șicleru Ana ne-au încântat privirea și sufletele, nouă și enoriașilor.
- Colaborarea Comunității și încurajarea de către aceasta, a tinerilor și dorința de a-i angrena într-un program ce a presupus organizarea unui „Spectacol de Purim” , un carnaval de măști și cântece impletite cu satiră și-au dat mâna, iar elevii liceelor din Focșani și Odobești au aderat contribuind semnificativ dar în egală măsură învățând – ce au avut dublul rol de a fi participanți activi dar și beneficiari ai cunoștințelor noi pe care le-au asimilat cu acest prilej. Alături de aceștia și membrii Comunității au apreciat munca, efortul depus pentru ca Sărbătoarea de Purim să-i reunească pe toți sub semnul veseliei.

ÎN ATENȚIA CITITORILOR!!!! Pe adresa de mail rondmircea@yahoo.com , așteptăm să ne contactați în vederea unor sugestii, articole, fotografii și alte documentații ce fac rostul a fi publicate pentru cei ce vor să fie informați să citească. Mulțumim anticipat!! SHALOM!!



Iakuțk, ianuarie la -40 de grade

Salut dragă cititorule, bună oară lunile astea aprige de iarnă la această națiune se nascu tânguirea, căi prea frig și ger, ba că prea ninge, că nu poci eși din casă că nimeni nu vine a-ți face pârtie și tunel, că drumurile sunt înzăpezite și bla, bla, bla. Dar februarie mișel ce-mi făcu, scoase zăpada și însămânță dară gropi, ei acu e acu că tot rumânu iar începe a se tângui și jeli că e abandonat precum un nou născut la zămâslire, ba că e praf și mizerie de-o talpă și că își rupe roata mașini în defileurile junglei urbane. Atunci socot scărpinându-mă în creștet, s-o zic pe asta în articolul ce urmează și să trageți dumneavoastră concluziile dacă noi suntem europeni sau ce bașca ? (vezi rumâne - cum trăiesc alți, cu ce au și ce pot !!)

Articolul reproduș într-o oarecare măsură (aici mă refer la unele poze), aparține lui Cătălin Alistari.

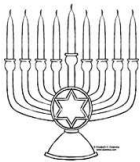
ACOLO E GER! Iakuțk este polul frigului la nivel mondial. Copiii se joacă afară la -30 °C, iar maturii abia simt ceva răcoare pe la -40 de grade C. La minus câteva grade Celsius, o haină mai groasă rezolvă problema. La -20 grade C, ți se lipesc nările și respiratul devine greoi. La -40 grade C, orice expunere a pielii la aerul înghețat duce la degerături într-un sfert de oră. La ora la care scriu acest material, la Iakuțk, în estul îndepărtat al Rusiei, sunt -47,5 grade C, potrivit weather.com. Cum reușesc cei 210.000 de locuitori ai orașului siberian să supraviețuiască în condițiile în care temperatura medie în luna ianuarie este de -45 grade C?

Stil de viață siberian

Totul este pe dos în inima Siberiei, la Iakuțk. Dacă n-ar fi stratul gros de zăpadă și ceața deasă provocată de frig și de poluare, ar părea un oraș obișnuit. Are școli, o universitate, muzee, ziare. Există chiar și o piață în aer liber, unde femei înfolite în blănuri vând pește ori carne de cal sau de ren proaspete. Adică înghețate bocnă. Oamenii par să se fi obișnuit cu frigul cumplit. Școlile se închid doar dacă temperaturile depășesc -55 grade C, iar grădinițele, la -50 grade C. Pe străzi, chiar și mașinile parcate scot fum pe țeava de eșapament. Asta pentru că proprietarii le lasă pornite toată ziua, altfel motorul s-ar răci și le-ar lua prea mult să-l repornească. Iar orașul este un oraș obișnuit doar la suprafață. Iakuțk este singurul oraș din lume construit în întregime pe permafrost, stratul de pământ care rămâne complet înghețat pe tot parcursul anului. Este ca și cum ai construi pe o mlaștină. Când permafrostul se încălzește, capătă consistența nisipului. Absolut toate fundațiile sunt făcute pe piloni, unii de zeci de metri adâncime. Cea mai importantă instituție din Iakuțk este fără îndoială megacentrala termică a orașului. În fiecare vară, reparațiile și întreținerea vitalului sistem de încălzire sunt principalele ocupații în oraș. Orice avarie în timp de iarnă înseamnă moarte.

Ringul mortii al lui Stalin

Pe o suprafață aproape cât Europa, Iakuția, trăiesc un milion de oameni. Experții consideră că regiunea este totuși suprapopulată. Câteva zeci de mii sunt indigeni, urmași ai triburilor siberiene. Restul sunt nepoții prizonierilor politici sau exilaților, Siberia a fost odată cea mai mare închisoare din lume. Stalin, mai ales, a trimis aici milioane de oameni. Nu se știe câți au supraviețuit. Pentru „Drumul oaselor”, drumul care duce la de Iakuțk la Magadan, pe coasta Pacificului cu o lungime de 2.000 km și practicabil doar vara, se spune că a murit câte un om pentru fiecare metru. În ultimii ani, soarta Siberiei s-a schimbat. Iarși, o legendă locală are explicația.



MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCȘANI

Lui Dumnezeu când împrăștia comorile în lume, adică aurul, diamantele petrolul sau minereurile, i-a înghețat mâna când trecea deasupra Siberiei și a scăpat tot sacul aici. Cercetările confirmă: aici sunt cele mai mari rezerve de metale prețioase și de combustibili fosili din lume. De aceea, Kremlinul investește peste 700 milioane dolari anual în subvenționarea încălzirii și a combustibililor siberienilor. Diamantele și petrolul nu sar singure din pământul înghețat al Siberiei. Cineva trebuie să facă munca.



FEMEI ÎN STAȚIE. Secretul stă în blănuri, explică localnicele cum rezistă la frigul cumplit $-71,2^{\circ}\text{C}$ cea mai scăzută temperatură înregistrată într-o zonă locuită, la Oimiansk (Iakuția).

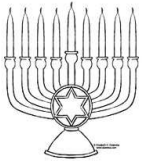
EXPERIMENT SINUCIGAȘ

Cât de frig este totuși la -40 de grade Celsius? Un ziarist de la „The Independent” a făcut un experiment. În luna ianuarie a vizitat Iakuțkul pentru a vedea cât de frig este. Din hotel a vrut să testeze temperatura, printr-o mică plimbare. S-a îmbrăcat după cum urmează, de la picioare în sus. O pereche de șosete din bumbac, plus o pereche de șosete anti-termice, peste care și-a tras bocancii Gore-Tex. Apoi, o pereche de pantaloni mulați, speciali împotriva frigului, plus jeansi. A continuat cu un tricou antitermic pentru schiori, o bluză flece și un pulovăr de cașmir strâmt, peste care a îmbrăcat o haină groasă de iarnă cu glugă, de genul celor despre care producătorii spun că țin cald și la Polul Nord. Două perechi de mănuși, una de lână, una Thinsulated, fular gros și o căciulă cu urechi. La ieșirea din hotel, recepționarul l-a sfătuit să-și dea jos ochelarii. În câteva minute, fierul ramei s-ar fi răcit atât de tare încât n-ar fi putut să-i mai scoată fără bucațile de piele dimprejur. Încrezător în „tehnica” îmbrăcată a început plimbarea, la -43 grade C. Mai întâi, i-a amorțit porțiunea foarte mică de față neacoperită. Apoi, frigul a pătruns mănușile și s-a întins la celelalte extremități. După o vreme, i-au înghețat picioarele și nu-și putea opri dârdâitul. N-a mai rezistat și s-a întors în cameră, unde a început să-și simtă degetele abia după o jumătate de oră. Toată plimbarea a durat fix 13 minute.



SPAȚIU DESCHIS. Culmea ironiei, piețele în aer liber sunt deschise și iarna. Marfa cea mai cumpărată: pește congelat.

PS : de la co-autorul N.T.BOGDAN, nu-i așa că ne cerem osândă, îl mâniem pe Dumnezeu ??



MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCSANI

“SINAGOGA – TRADIȚIE, MIT ȘI ISTORIE”



„Istoria Comunității Focșani – Întâlnire cu elevii”





POȘTALIONUL A SOSIT!

Iată că din partea distinsei doamne dr. Șelaru Gabriela ne-au fost relatate o serie de personalități ale urbei noastre care fac istorie și cinste acestui așezământ din Vrancea numit Focșani, dar nu în ultimul rând ce calitate umană emana odinioară, vă las în continuare să parcurgeți scrisoarea adresată către domnul președinte Mircea Rond :

DOMNULE PREȘEDINTE

M-ai supus la un efort de memorie. La vârsta mea nu-mi strică.

1) Încep cu dr. Lazarovici pe care toată lumea l-a cunoscut. Dar pentru că într-un fel mi-a marcat viața, îl amintesc ca semn de recunoștință. Eram tânără, la începutul carierei, deși nu mă cunoștea personal, dar îmi cunoștea activitatea și vorbeam la telefon pentru probleme medicale, mi-a susținut cererea de transfer de la Jariștea la Câmpineanca, care mi-a permis să fac naveta zilnică.

2) Când am ajuns prin concurs în Focșani la Dispensarul Nr.7, l-am avut coleg pe dr. Sobelman Gherț. Avea 80 de ani, era de o politețe de modă veche, blând, atent cu toată lumea. Locuia pe Cuza-Vodă peste drum de Biserica Catolică. Avea o situație grea : soția avea polinevrită, era paralizată la pat, făcea pipi pe ea. Dar el nu se plângea niciodată, era doctor pediatru.

3) La același dispensar la nr. 1 lucra dr. Zaidman I. cunoscut de toată lumea.

4) La Salvare lucra în aceea perioadă dr. Bek. Făcuse studiile în Italia, dar acum era bolnav și pentru a nu muri de foame s-a angajat ca asistent. Era bolnav, lumea spunea că era schizofren, dar eu nu cred. Eu l-am văzut făcând o criză de epilepsie în stradă, și era normal să aibă și modificări psihice. Locuia pe str. Republicii (peste drum de găzărie), împreună cu sora lui, d-na Herman și fica ei. D-na Herman era farmacistă, foarte bine pregătită profesional și foarte gentilă și serviabilă.

5) În copilărie l-am avut medic școlar pe dr. Solomon fostul socru (primul) al dr. Lazarovici. Locuia pe lângă comunitate, a plecat în Israel.

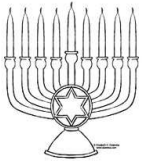
6) Sora mea l-a avut medic școlar pe dr. Nathansu N.

7) D-na dr. Semian era medicul stomatolog pentru elevi. Venise din Basarabia sau Rusia. Nu vorbea bine românește. Soțul ei era tehnician dentist, venise și el cu o diplomă de doctor, dar s-a dovedit că e falsă.

8) Dr. Mendelsohn – radiolog, avea cabinet pe str. Liniștii (peste drum de centrul de transfuzii).

9) Tot pe aceeași stradă aveau cabinete : dr. Terkatin – specializat în ORL și soția sa care era stomatolog.

(CONTINUAREA ÎN NUMĂRUL VIITOR !)



CEA CE REPREZINTĂ VENITURILE DIN PENSIA DE STAT !

