

# MENORA de FOCȘANI



*Minirevistă a Comunității Evreilor din Focșani*

□ APARIȚIE LUNARĂ □

**Nr.7 // 01 - 31.07.2009**





## **D I N C U P R I N S**

1. – TIȘA BEAV – Pag.3
2. – TIȘA BEAV II – Pag.4
3. – ȘTIRI PE SCURT – Pag.5
4. – PERIPLU MONDEN – Pag.6
5. – ȘTIRI DESPRE ISRAEL – Pag.7
6. – BUCĂTĂRIA LA ÎNDEMÂNA TA! – Pag.8
7. – UMOR LA PURTĂTOR – Pag.9
8. – ȘTIAȚI CĂ? – Pag.10
9. – CURIOZITĂȚI ISTORICE – Pag.11
- 10.– DICȚIONAR IUDAIC – Pag.12
- 11.– REMEDII NATURISTE – Pag.13
- 12.– NATURA LA ÎNDEMÂNA TA! – Pag.14
- 13.– CALENDARUL LUNII IULIE – Pag.15
- 14.– PROZA PARTE INTEGRANTĂ A CULTURII ! – Pag.16
- 15.– INFO-CLUB / AGENDA ACTIVITĂȚILOR LUNII IULIE – Pag.17
- 16.– CONCURS PE TEME IUDAICE – NR.1 LUNA IULIE – Pag.18/19
- 17.– COMEMORARE TIȘA BEAV – Pag.20
- 18.– POȘTA REDACȚIEI – Pag.21
- 19.– O CARICATURĂ PE LUNĂ – Pag.22

### **COLECTIVUL REDACȚIEI :**

MIRCEA ROND președinte

HARIETA ROND responsabil vârsta de mijloc

GOLDENBERG LIVIU suport tehnic

NEGOIȚĂ T. BOGDAN editor proiect - redactor - corector

### **REDACTIA:**

Str. Oituz nr. 4, FOCȘANI

SITE OFICIAL AL COMUNITĂȚII FOCȘANI : [www.focsani.jewish.ro](http://www.focsani.jewish.ro)

e-mail: [rondmircea@yahoo.com](mailto:rondmircea@yahoo.com)

telefon: 0237/623959 mobil: 0745171287



## **Tișa BeAv**

Tișa BeAv indentificată ca fiind ziua de 9 a lunii Av reprezintă punctul culminant al unei perioade lungi de doliu ce începe cu Shivasar Betamuz sau 17 Tamuz. Ziua de Shivasar Betamuz este ziua în care zidurile Ierusalimului sau cutremurat, fiind străpunse de armatele romane în anul 70 e.n., în vremea celui de-al Doilea Templu. Ziua aceasta este ea însăși una de post, vreme de la răsăritul soarelui și până ce se termină la apus. După ce romanii au pătruns în oraș au prădat tot ce le-a ieșit în cale și distrus orașul vreme de trei săptămâni până când în final, pe 9 Av au dat foc Templului. Încă de atunci evreii au ținut aceste trei săptămâni ca perioadă de doliu, perioadă în care aceștia nu fac nunți și nu ascultă muzică. Cel mai pregnant doliul se intensifică în timpul ultimelor 9 zile, atunci când evreii nu se tund, nu mănâncă carne și nu beau vin (excepție o face Shabatu-ul), nu fac activități al căror singur scop este plăcerea, cum de altfel nu poartă haine noi sau proaspăt călcate.

Tișa BeAv „9 Av” – este considerată ziua de doliu și de suferință a întreg poporului evreu. Ziua are conotația aceasta în principal pentru că distrugerea ambelor Bietai Mikdashim „Temple” din Ierusalim a avut loc în aceeași zi. Temple precum era știut erau „centrul” statului evreu, ele nu erau numai un simbol al identității și unității naționale, erau epicentrul – focalizarea legăturii lor cu Dumnezeu al Benei Yisroel. Templul era lăcașul unde se făceau absolut toate ritualurile și sacrificiile, locul în care preoții „Kohanim” își desfășurau serviciul religios către Dumnezeu dar și locul unde toată suflarea evreilor se ducea de cel puțin trei ori pe an, de sărbătorile cele mari precum Pesach, Shavuot și Sukot. De altfel tradiția spune că spiritul lui Dumnezeu va coborî în Templu, în inima Israelului. Primul Templu distrus din ordinul lui Nabucodonosor, rege al Babilonului în 586 î.e.n. a demarcat o perioadă de 70 de ani de exil în Babilon. Distrugerea celui de-al doilea Templu în anul 70 e.n. a dus la exilul și rătăcirea în care evreii se mai află până și astăzi. Suferințele trecute și actuale ale noastre, se spune că sunt rezultatul acestui exil, după tradiție însă, distanța care există acum între Dumnezeu și poporul evreu fiind rezultatul faptului că Templul nu mai există. De atunci, evreii se roagă cu fiecare zi pentru venirea lui Mesia, care să strângă pe toți evreii înapoi în Israel, să reconstruiască Templul și să le redea evreilor starea lor originală de apropiere de Dumnezeu.

Astăzi, tot ce a mai rămas din Templu este zidul exterior de vest, Kotel Hamaravi. Acest loc este cel mai sfânt pentru iudaism, unde în permanență se adună milioane de suflete. Kotel-ul și întreg Ierusalimul au fost redobândite de Israel în războiul de 6 Zile din 1967. Multe alte „calamități” sau abătut de Tișa BeAv. Rădăcina suferinței este considerată „Che Ha Meraglim” sau „păcatul spionilor”, cum de altfel este menționat în Biblie, comis de evrei pe când aceștia se perindau prin deșert. Povestea relatează că evreii au trimis spioni în Israel pentru a „face un tur de orizont”. Atunci când s-au întors spionii, zece din cei doisprezece au spus că deși țara este roditoare, evreii nu vor putea să o cucerească, pentru că locuitorii ei sunt puternici. Evreii au crezut acest raport și au plâns pentru că au fost scoși din Egipt. Deoarece nu au dovedit credință față de Dumnezeu. El a hotărât ca evreii să colinde prin deșert încă 40 de ani și vor intra în țară decât atunci când o nouă generație se va fi născut. În conformitate cu tradiția, noaptea aceea a fost Tișa BeAv. Dumnezeu a grăit : „Pentru că în noaptea asta a-ți plâns fără motiv, în viitor veți avea motive să plângeți în această noapte !”. De asemenea evreii vor fi alungați din Anglia în 1290, din Franța în 1344, din Spania în 1492, din Portugalia în 1497, ei se vor refugia în Europa Centrală care-i va respinge la rândul ei, astfel de tragedii marchează ziua de Tișa BeAv. Multe atrocități ale regimului nazist au fost împlinite tot într-o astfel de zi, de Tișa BeAv. Franz Ferdinand arhiducele de Austria, ce avea să fie asasinat în 1914 tot de Tișa BeAv, a fost scâteia de pornire a primului război mondial cu implicații ce au condus spre a doua conflagrație mondială și implicit la favorizarea fărâșării nazismului. Rabini, de aceea comemorează Tișa BeAv ca zi de post, a doua ca importanță după Yom Kippur. Ziua servește nu numai comemorarea evenimentelor ce s-au întâmplat pe Tișa BeAv, ci este și ziua oficială de doliu a poporului evreu pentru multele pogromuri și dezastre ce s-au abătut asupra noastră. Postul durează vreme de o zi întreagă, de seara până seara, începând de la apusul soarelui, pe lângă postit, este strict interzis să se bea, să se facă baie, să se poarte încălțări din piele, machiajul sau întreținerea raporturilor sexuale.



## **MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCSANI**

Femeile însărcinate, mamele care alăptează și persoanele grav bolnave nu trebuie să postească, ele au voie să mănânce ceea ce au nevoie. Nu se obișnuiește să-ți saluți prietenii pe stradă, să spui bună dimineța sau să faci cadouri, cum de altfel este obiceiul ca până la prânz de Tișa BeAv să nu se stea pe scaune de mărime normală, ci chiar pe podea, să se doarmă într-un mod mai puțin confortabil chiar fără pernă, întocmai pentru ca ziua de doliu să nu dea nici cel mai mic semn de bucurie. Tefillin, accesoriile din piele, ce conțin pasaje din Biblie și care se poartă în mod tradițional în timpul serviciului de dimineață, acum se poartă în timpul celui de după amiază când se spune că doliul se domolește.

Studiul Torei este interzis cu excepția pasajelor care sunt considerate deosebit de dureroase precum Iyov « Iov » și cel Eycha « Lamentațiile ». În seara de Tișa BeAv se ține o masă specială, denumită Seuda Hmafseket (așa zisa masă de oprire), se obișnuiește să se consume ouă, o mâncare evreiască tradițională pentru doliu din această perioadă, masa nu este una veselă, în mod ideal nu se consumă decât un singur fel de mâncare gătită, restul mesei fiind din produse lactate, legume și fructe. În noaptea de Tișa BeAv, ne adunăm la Shul pentru a citi Eycha, cartea lamentațiilor, care după cum spune tradiția a fost scrisă de profetul Ieremia imediat după distrugerea Templului. Cartea o elegie plină de durere ce plânge distrugerea Templului, a Ierusalimului și a poporului evreu, cuprinde povești sfâșietoare despre femei – mame care au fost obligate să mănânce trupurile copiilor lor morți și despre un Israel abandonat de către toți prietenii și aliații săi, precum o văduvă pe marginea drumului. Ieremia petrecuse ani buni rugându-i pe evrei să-și îmbunătățească comportamentul și tot odată avertizându-i că Dumnezeu îi va pedepsi amarnic pentru abaterile lor. Dar aceștia nu au vrut să asculte și în final Ieremia nu a putut decât deplânge pierderea. Cartea este citită pe o melodie de obicei tristă, fiecare capitol de către o altă persoană, se citește în timp ce congregația stă jos pe podea în jurul celui care citește. Ziua următoare la Shul, congregația citește din Kinot. Kinot este o culegere de elegii despre distrugerea Templului dar și multe alte calamități care s-au abătut asupra poporului evreu de-a lungul vremii. O kină impresionantă face o deosebită reflecție asupra diferenței dintre gloria poporului evreu când a ieșit din Egipt și dureroasa lor mizerie atunci când au fost exilați din Ierusalim, această kină, cântată de către congregație se termină cu speranța bucuriei pe care o vom simți la întoarcerea la Ierusalim. De altfel, recent a fost adăogită o kină ce include amintirea Holocaustului. Pe parcursul acestei zile, mulți evrei își petrec timpul reflectând, asupra suferințelor îndurate de poporul lor. Unul din modurile simple de a face acest lucru, este cel de a viziona un film despre Holocaust (ex : Lista lui Schindler). Tradiția mai spune că această zi de Tișa BeAv va fi transformată într-una « Mi Yagon LeSimcha », de convertire a tristeții în bucurie. Talmudul denumesc această zi Moed sau o sărbătoare cu bucurie. Tradiția consemnează că Mesia se va naște într-o astfel de zi. Pe parcursul zilei spiritul optimist se menține în timp ce ne rugăm la Dumnezeu să ne readucă la felul cum erau lucrurile înainte. Acest spirit este menționat în următoarea poveste din Talmud.

Rabinii Galmiel, Elazer Ben Azariach, Yehoshua și Akiva au mers împreună la Ierusalim, când au ajuns pe muntele Tzofim și-au rupt hainele. Aflați pe muntele unde se afla Templul, au văzut o vulpe ieșind din locul Sfințeniei Sfințeniilor (centrul și partea a mai sfântă a Templului), au început să plângă, dar rabinul Akiva a început să râdă. Aceștia l-au întrebat de ce râde și el le-a răspuns de ce iei plâng. Ei a răspuns « este scris despre acest loc și străinul care se va apropia de acest loc va muri ! » acum vulpile hălăduiesc în el, să nu avem motiv a plânge ? Akiva a răspuns de asta râd căci Biblia spune « și o să-i chem ca martori de încredere pe Uriah Cohen și pe Zechariah Ben Yevarechiah ». Legătura dintre aceștia doi este că Uriah a trăit în timpul primului Templu și Zechariah în vremea celui de-al doilea. Scriptura a legat profeția celor doi, despre Uriah s-a spus : « Astfel, din cauza ta, Zionul va fi arătat ca un ogor, Ierusalimul va fi pustiu și muntele Templului va fi ca o pădure. » În Zechariah se spune : « Bărbați și femei în vârstă vor mai sta încă pe străzile Ierusalimului. »

Înainte să se împlinească profeția lui Uriah, mă temeam ca profeția lui Zechariah să nu se împlinească rostise Akiva. Acum că ea s-a împlinit, știu că profeția lui Zechariah se va împlini și ea. La care ceilalți rabini au răspuns : « Akiva, ne-ai adus alinare ! Akiva ne-ai adus alinare ! »

După perioada de Tișa BeAv urmează o perioadă de consolare, merită astfel să aline durerea și portul doliului prin care se trece.



**STIRI PE SCURT**

- Se vehiculează că dirijorul și pianistul Daniel Barenboim ar fi indezirabil la Ramalla. De altfel organizațiile palestiniene cer boicotarea acestuia, pe simplul motiv că „acesta sprijină dreptul la autoapărare al Israelului”. Așadar la Ramalla, unele organizații îl consideră cert „persona non grata” deși D. Barenboim deține cetățenia onorifică palestiniană și critică aspru politica Israelului în teritorii. Se subliniază de altfel de o serie de factori din aceste organizații că sunt împotriva lui Barenboim nu pentru că acesta ar fi evreu, ci doar pentru că el se opune normalizării relațiilor cu Israelul.
- În India autoritățile renovează o sinagogă ce datează din secolul XVII. Mai exact autoritățile din statul Kerala, situat în sudul Indiei, au hotărât să renoveze una din cele mai vechi sinagogi din acea regiune, cu prilejul și în cadrul proiectului de dezvoltare a turismului și păstrarea și conservarea patrimoniului istoric. Sinagoga situată în orașul Parur, datează din secolul XVII, ea a fost construită pe ruinele unei vechi sinagogi ridicate în secolul XII, majoritatea celor 3.000 de evrei de altă dată aflați în orașul Parur s-au stabilit în Israel. Astăzi în regiune au mai rămas circa 35 de evrei. Ministerul Turismului și administrația din statul Kerala asigură fondurile necesare pentru restaurare. Antropologul de la Universitatea Ebraică din Ierusalim, Dr. Șalva Weil – specialistă de renume mondial în iudaismul indian, a declarat că sinagoga din Parur este de departe „o bijuterie arhitecturală”.
- Unul din ultimii veterani ai primului război mondial, Henry Allingham – fondatorul aviației regale din Anglia, a încetat din viață la vârsta de 113 ani. El explica bunăoară că longevitatea sa se datorează « țigărilor, whiskyului și femeilor foarte emancipate ».
- Este știut faptul că Hitler dorea să-l omoare pe caricaturistul lui Stalin atunci când Germania avea să cucerească Moscova. Caricaturistul lui Stalin era evreul Boris Ifimov acesta realiza caricaturile la comanda lui Stalin. Ele reprezentau pe dușmanii ideologici occidentali ai Uniunii Sovietice iar nu de puține ori ele aveau să aducă indignare diplomaților acreditați la Moscova. La vârsta apreciabilă de 100 de ani Boris Ifimov cu mâna sa el continua să creeze caricaturi și cu un spirit în formă umoristic. El avea să înceteze din viață anul trecut la vârsta venerabilă de 108 ani. Un interviu din trecut dezvăluia după spusele sale „Stalin era cel care îmi dădea ordine. Îmi pare rău să recunosc acest lucru, dar câteodată a trebuit să realizez caricaturile unor persoane pe care le simpatizam și le respectam. N-am avut însă posibilitatea să refuz, căci ....” și-a dus mâna la gât, simbolizând o decapitare. Acesta a continuat bineînțeles să deseneze zilnic, pentru propria plăcere, dar nu avea să mai facă caricaturi politice, pentru că Rusia post-sovietică nu-i permitea acest lucru. De altfel el declara „Poți să-ți închipui că în prezent în țara noastră ar exista criminali plătiți? Când în fiecare zi este asasinat un director sau un om de afaceri. Acestea bineînțeles nu pot constitui un subiect pentru caricaturizare. Nu cred că poți să crezi ceva comic în legătură cu aceste grozăvii”, afirma acesta. În timpul războiului Ifimov făcea zilnic caricaturi ale lui Hitler, chiar și premierul Marii Britanii – Winston Churchill a devenit subiect al caricaturilor sale chiar și după război. Respectul său și admirația erau viz-avi de Mihail Gorbaciov ce înlăturase riscul iminent la un moment dat al unui război atomic. Fiind un conducător de tip nou, incomparabil cu conducerea din timpul lui Leonid Brejnev – care nu știa decât să vorbească decât după notele scrise.



## **PERIPLU MONDEN**

◇ Surprinzător – JOHNNY DEPP și-ar dori să nu fie așa de celebru. Actorul american a declarat de dată recentă că, dacă nu ar fi celebru, ar dori să-i ducă pe cei doi copii ai săi pe care îi are împreună cu partenera sa de viață Vanessa Paradis, într-o vizită la Disneyland. Johnny Depp și partenera sa de viață, cântăreața și actrița franceză Vanessa Paradis au împreună doi copii, Lily Rose în vârstă de 10 ani și Jack în vârstă de 7 ani. Johnny Depp declara „M-aș plimba prin tot Disneyland-ul cu copiii mei. Asta aș face întreaga zi. M-aș da în toate aparatele de acolo, i-aș lăsa pe copii să experimenteze toate lucrurile pe care le fac toți copiii de vârsta lor. Ei nu pot avea parte de aceste bucurii atunci când merg împreună cu tatăl lor. Dacă „tati” ar merge cu ei la Disneyland, lucrurile ar deveni ciudate.”, a declarat Johnny Depp. El a trebuit să renunțe în 2008, la vizita pe care Lily-Rose și Jack au făcut-o la Disneyland. Mama lor i-a dus să viziteze celebrul parc tematic din California, unde de altfel se află și o statuie de ceară a lui Johnny Depp, care îl reprezintă pe celebrul actor american în postura piratului Captain Jack Sparow, eroul francizei „Pirații din Caraibe”.

◇ Madonna a fost realmente șocată de incidentul de la Marsilia. Este știut faptul că în timpul amenajării scenei pe care urma să își susțină concertul de pe Stadionul Velodrom – Marsilia, platforma scenei s-a prăbușit. În urma acestui incident, 7 membri ai echipei tehnice au fost răniți. La momentul incidentului Madonna se afla în Italia la Udine, unde tocmai terminase proba de sunet pentru concert. „Sunt șocată de primirea unor asemenea vești tragice. Gândurile mele se îndreaptă spre cei răniți și către familiile lor, către toate persoanele afectate de aceste vești cutremurătoare” a afirmat cântăreața. De asemenea Madonna va concerta pe 26 august la București. Parte a seriei Vodafone Best Music, promovat de Live Nation și organizat de Emagic, concertul face parte din „Sticky & Sweet Tour”, turneul de promovare al celui de-al unsprezecelea album al artistei, intitulat „Hard Candy”.

◇ O serie de zvonuri circulă de ani buni, dar în ultima vreme cu preponderență cel care ar susține că artistul vrăjitor al chitarei JIMI HENDRIX a fost ucis de impresarul său. Această nouă ipoteză, în care Jimi Hendrix a fost ucis de impresarul său pentru a-i încasa asigurarea de viață în valoare de peste 2 milioane de dolari, este susținută de un cunoscut a celor doi, într-o carte recent publicată și amintită de cotidianul „The Independent”. Lucrurile par ușor verosibile, James „Tappy” Wright declară că impresarul lui Jimi Hendrix, Michael Jeffrey, a mărturisit în 1971, beat fiind, că l-a ucis băgându-i un pumn de pastile pe gât și înecându-l cu un cocktail de vin roșu, deoarece era îngrijorat că artistul ar fi vrut să își angajeze un alt impresar. De altfel Wright declară că impresarul Jeffrey i-ar fi destănuț acestuia că Hendrix valorează pentru acesta mai mult mort decât viu, o declarație destul de pertinentă dar nu avem nici o probațiune în susținerea sa, deoarece la numai doi ani după presupusa mărturisire, Wright a decedat într-un accident aviatic.



## **ȘTIRI DESPRE ISRAEL**

@ Departamentul de Stat al SUA a precizat că administrația Obama nu intenționează să aplice sancțiuni economice Israelului pentru a-l sili să renunțe la poziția sa față de construcțiile din coloniile evreiești din Cisiordania, relatează postul de radio Vocea Israelului. Purtătorul de cuvânt al Departamentului de Stat, Phillip Crowley, a declarat că informațiile transmise de mass-media din Orientul Mijlociu în legătură cu presiunile economice americane asupra Israelului nu sunt exacte și a precizat că administrația SUA nu ia în considerație o asemenea posibilitate. În prealabil, alt purtător de cuvânt al Departamentului de Stat, Robert Wood, declarase că este prematur să se vorbească despre aplicarea de sancțiuni economice pentru a sili Israelul să sisteze construcțiile din coloniile evreiești din Cisiordania. Crowley a subliniat că administrația SUA nu ia în considerație sancțiuni anti-israeliene, adăugând că misiunea în Orientul Mijlociu a emisarului special George Mitchell indică dorința administrației de a promova în mod pașnic o reglementare politică.

@ Dezbateri în vederea adoptării legii care interzice calificarea Independenței Israelului drept o zi de doliu. Comisia constituțională a guvernului israelian va lua în dezbateri, începând de duminică, proiectul de lege denumit 'legea an-Nakba', formulat de partidul Israel Beitenu, care interzice organizațiilor finanțate din bugetul de stat să sprijine activități care califică Ziua Independenței Israelului drept o zi de doliu, relatează postul de radio Vocea Israelului. Acelorași organizații li se va aplica de asemenea interdicția de a nega existența Statului Israel ca stat al poporului evreu, să nege caracterul său democrat, să sprijine lupta armată și actele de terorism împotriva sa, să incite la violență împotriva Israelului și să nu respecte steagul și însemnele naționale ale Israelului.

@ Secretarul de Stat american în persoana lui Hillary Clinton a declarat că administrația Obama este interesată ca Israelul să adopte măsuri în legătură cu coloniile evreiești din Cisiordania, dar înțelege că guvernul Netaniahu se confruntă cu dificultăți politice. Cu ocazia unui discurs ținut la Washington, Hillary Clinton a făcut apel la țările arabe să facă gesturi de bunăvoință față de Israel pentru a promova procesul de pace. Totodată, președintele Autorității Palestiniene, Mahmud Abbas a declarat că nu se va putea ajunge la o reglementare între palestinieni și Israel fără rezolvarea problemei Ierusalimului. Mahmud Abbas a subliniat de asemenea că palestinienii nu vor renunța la principiile lor, întrucât Israelul prezintă noi condiții, ce sunt inacceptabile.



## **BUCĂTĂRIA LA ÎNDEMÂNA TA !! – GĂTEȘTI DECI EXIȘTI !!**

☞ ***Supă rece de roșii cu castraveți*** – Ingrediente : 1 kg roșii; ½ kg castraveți; 1-2 cepe; 2 gogoșari sau ardei grași; 1 legătură verdeață; 1 lingură ulei de măsline; sare; piper; 100 g crutoane. Modul de preparare este astfel : spălăm roșiile, le dăm prin separator și le facem suc. De altfel puteți folosi suc de roșii gata preparat. Spălăm ardeii, castraveții și ceapa, apoi le tăiem mărunt și le punem în sucul de roșii. Adăugăm uleiul de măsline, amestecăm bine, sărăm și condimentăm după gust și dăm supa la rece circa 2-3 ore. O servim cu verdeață (mărar și/sau pătrunjel și câteva frunze de leuștean) proaspăt tocată și crutoanele. Un mic secret, este mai delicioasă dacă o dregeți cu smântână sau iaurt simplu gras. (La masă!)

☞ ***Piept de pui cu sos de vin roșu*** – Ingrediente : 4 bucăți piept de pui dezosată; 400 g ciuperci; 4 linguri ulei; 4 felii șuncă; 1 lingură făină; 250 ml vin roșu; 60 g cașcaval; 1 legătură pătrunjel; sare; piper. Preparare : pentru sos, curățăm și spălăm bine ciupercile. Tăiem jumătate în felii, jumătate mărunt, iar șunca în cubulețe. Călim feliile de ciuperci cu 1 lingură ulei, adăugăm șunca, iar după aproximativ 2-3 minute stingem cu vinul în care am dizolvat făina. Lăsăm să fiarbă la foc mic, preț de 5 minute, iar la sfârșit condimentăm sosul după gust, cu sare și piper. Cașcavalul se taie cubulețe, pătrunjelul îl spălăm și tăiem mărunt. Călim nițel ciupercile rămase cu 1 lingură de ulei. Le lăsăm apoi să se răcească, apoi le amestecăm cu verdeața, cașcavalul, sare și piper. Spălăm carnea, o lăsăm să se scurgă și tăiem bucățile de piept în așa fel încât să rămână felii mari și subțiri. Umplutura se repartizează pe ½ felie de carne, cu cealaltă jumătate acoperim și le prindem cu scobitori la capătul rămas liber. Le înăbușim cu uleiul rămas și puțină apă, dar având grijă să le întoarcem pe ambele părți. Pieptul se servește astfel aseasonat cu sosul de ciuperci și șuncă. (Poftă bună!)

☞ ***Roșii umplute cu omletă de ciuperci*** – Ingrediente : 10 roșii mai mici; 5 ouă; 1 ceapă mijlocie; 2 ardei; 100 g ciuperci; 2 linguri ulei; 2 linguri maioneză; sare; piper după gust. Cum preparăm : tăiem fiecărei roșii câte un căpăcel și îi scoatem miezul cu o linguriță. Așezăm roșiile cu scobitura în jos, eventual pe un grătar la scurs. Curățăm ceapa și ciupercile, le spălăm și le tăiem mărunt, călindu-le mai apoi în ulei. Adăugăm ardeii tăiați fideluță și călim cu totul până se înmoaie. Turnăm deasupra ouăle bătute cu sare și piper, lăsăm până ce se întărește omleta. O scoatem pe o farfurie la răcit, apoi o tăiem cuburi și amestecăm cu maioneză. Umplem roșiile cu această compoziție și le acoperim cu căpăcelele decupate anterior. Deliciul este dacă le stropești cu câteva picături de lămâie.

☞ ***Tort cu nectar de căpșuni*** – Ingrediente : pentru blat este nevoie de : 150 g margarină; 100 g zahăr; 1 linguriță bicarbonat; ½ lămâie; 2 linguri ulei; făină cât cuprinde (aprox. 250 g) iar pentru cremă avem nevoie de : 2 linguri amidon sau făină; 300 ml nectar de căpșuni; 100 g margarină; 100 g zahăr pudră; 1 plic zahăr vanilat sau altă aromă, după gust. Pentru decorare avem nevoie de : 3 linguri zahăr; 3 linguri cacao; 2 linguri ulei; 3 linguri apă; 100 ml frișcă lichidă; 200 g căpșuni. Cum procedăm pentru blat : frecăm margarina spumă cu zahărul. Adăugăm amoniacul și bicarbonatul stinse cu 1 lingură zeamă de lămâie, uleiul, coaja rasă de lămâie și făină cât cuprinde pentru un aluat potrivit de tare. Împărțim aluatul în 3. Pe planșeta presărată cu făină întindem foi groase de ½ cm, pe care le coacem pe dosul unei cratițe presărate cu făină, timp de 10 minute, la foc mijlociu, în cuptorul preîncălzit. Pentru cremă procedăm astfel : dizolvăm amidonul în nectarul de căpșuni și îl fierbem la bain-marie până se îngroașă, stingem focul și lăsăm să se răcească. Frecăm margarina spumă cu zahărul și zahărul vanilat, apoi încorporăm lingură cu lingură crema de nectar și omogenizăm. Asamblarea și decorarea tortului decurge astfel : amesteci zahărul cu apa și cacaoa și le punem la fiert pe foc mic, iar la sfârșit adăugăm uleiul. Glazura caldă o întindem peste una din foi. Cu mixerul batem frișca spumă. Spălăm căpșunile, le îndepărtăm codițele și le lăsăm la scurs în strecurătoare. Ungem 2 foi cu cremă, le suprapunem, le acoperim cu foaia glazurată și le ornăm cu frișcă și căpșuni proaspete.

**(VĂ URĂM POFTĂ BUNĂ!!)**





## **UMOR LA PURTĂTOR**

☀ Melcul fugea prin pădure ca dementul și se întâlnește cu ursul: - Melcule, de ce fugi mă? -Bă, a venit DNA-ul prin pădure și arestează tot! - Păi ce treabă ai tu cu DNA-ul, mă? - Păi io casă, nevastă-mea casă, fii-miu casă, de unde atâția bani? Pleacă melcul, și după cinci minute fuge și ursul care se întâlnește cu struțu: - De ce fugi, băi ursule? - Bă, a venit DNA-ul prin pădure și arestează tot! - Păi ce treabă ai tu cu DNA-ul, mă? - Păi io blană , nevastă-mea blană , fii-miu blană, de unde atâția bani? Pleacă ursul, și după câteva minute fuge și struțul, care se întâlnește cu maimuța : - De ce fugi, struțule? - Bă, a venit DNA-ul prin pădure și arestează tot! - Păi ce treabă ai tu cu DNA-ul, mă? - Păi io trăiesc pă picior mare, nevastă-mea pă picior mare, fii-miu pă picior mare, de unde atâția bani? Fuge struțul și după câteva minute fuge și maimuța, după 50 metri se oprește maimuța și zice: - Bă, ce să-mi facă mie DNA-ul mă, că io sunt în curu` gol, nevastă-mea în curu gol, fii-miu în curu gol!

☀ Un soț și o soție urcau scările blocului, la care soțul îi spune soției: -Vai, dragă ai un fund mare cât o mașină de spălat! Femeia nu spune nimic...Vine seara, bărbatul are chef de sex, la care soția îi spune: -Eu nu dau drumul la mașina de spălat pentru o cârpă, mai bine spal-o de mână!

☀ Trei bețivi stăteau de vorbă la o masă : - Când mă duc acasă îmi bat nevasta și copiii! Al doilea bețiv: - Eu când mă duc acasă îmi bat tot cartierul! Al treilea zice : Eu când mă duc acasă bat pe la toate ușile!!

☀ Niște nebuni erau transportați cu avionul la un alt spital. Doctorul stătea în cabina pilotului. La un moment dat vine să verifice ce făceau nebunii. Țștia jucau fotbal. Ca să vadă dacă sunt toți îi numără și vede că lipsește unul. - Bă nebunilor, unde-i Gigi? - Pe aripa avionului. Executa cornerul!

☀ Doctorul american spune: “La noi, în America, medicina e așa de avansată, că scoatem un rinichi de la unu’, îl transplantăm la altu’ și după 6 săptămâni ăla deja își caută de lucru!” Doctorul german răspunde: “E nimica toată; la noi, în Germania, scoatem un plămân de la unu’, îl transplantăm la altu’ și după 4 săptămâni ăla deja își caută de lucru!” Doctorul rus spune: “Nici asta nu-i mare scofală; la noi, în Rusia, scoatem 1/2 de inimă de la unu’, o transplantăm la altu’ și după 2 săptămâni amândoi deja își caută de lucru!” Se ridică doctorul român și răspunde: “N-avem ce să comparăm, toți sunteți înapoiați față de noi; la noi, în România, am luat unul fără creier și fără inimă, l-am pus ministru de finanțe și acum toți își caută de lucru !

☀ Care este culmea zgârceniei? Să dai un bip la 112!



**Știați Că** .....

- Dacă ungeți cu oțet de mere pișcăturile de țânțari, ele trec mai repede.
- Dacă gugițați, puteți să-l opriți cu o bucată de zahăr (zahăr cubic) pe care îl înmuiți preț de maxim 5 secunde în oțet de masă. Apoi îl sfărâmați foarte repede în gură și-l înghițiți.
- Dacă aveți tuse, o puteți trata cu un amestec din 1 pahar de miere de albine și 6 linguri de oțet de mere. Se ia o lingură dimineața și una seara înainte de masă.
- Culoarea părului cărunț poate fi restabilită, trebuie să uscați câteva frunze și rădăcini de pătlagină (le puteți găsi gata uscate la Plafar). Se pun 50g plantă uscată la 0,5l oțet și 0,5l apă și le fierbeți 30 de minute. Lăsați soluția să se răcească și o strecurați. Freționați pielea capului în fiecare seară, timp de câteva zile.
- Împotriva artritei se bea de 4 ori pe zi câte un pahar de apă cu o linguriță de oțet de mere timp de 2 săptămâni, apoi se face pauză de o săptămână și se repetă procedura.
- Dacă aveți o anghină, faceți gargară la fiecare oră cu o linguriță de oțet de mere la un pahar de apă.
- Întinderea musculară, se tratează punând cel puțin o dată pe zi comprese cu 100g argilă lichidă (o găsiți la farmacie) și patru linguri de oțet de mere. Această procedură întărește chiar și oasele.
- Durerile de cap (mai ales cele provocate de răceală), luați o lingură de oțet de mere cu terci din cartofi rași. Soluția obținută se întinde pe o pânză sau tifon pus în patru și se aplică pe frunte. Peste 2-3 ore trebuie să schimbați compresa cu una proaspătă.
- Febra o combateți dacă înmuiți un prosop în apă rece și oțet. Cu prosopul vă frecați picioarele până când se încălzește. După aceea, vă puneți în picioare ciorapi groși și vă acoperiți cu o plapumă groasă și caldă. Când febra este foarte mare, proporția dintre apă și oțet crește în favoarea oțetului.
- Dacă ați făcut o vânătăie, cea mai bună metodă prin care puteți scăpa repede de ea este compresa cu oțet. Aveți nevoie doar de o lingură într-un pahar cu apă fiartă, în soluția obținută, înmuiți o bucată de tifon și apoi acoperiți cu acesta vânătăia. Când compresa se usucă, o mai udați cu soluția din apă și oțet. Este un procedeu ușor și eficient, chiar la vânătăile mari.



## **CURIOZITĂȚI ISTORICE**



☼ Cel mai lung mușchi... Mușchiul cel mai lung din corpul omenesc este sartorius, un mușchi îngust, ca o panglică, pornind de la pelvis, de-a lungul coapsei anterioare, până la capătul superior al tibiei, sub genunchi. Servește la aducerea membrului inferior în poziția picior peste picior.

☼ Cel mai greu obiect extras din stomacul unui om a fost un ghem de păr de 2,53 kg, aflat în stomacul unei fete de 20 de ani care suferea de mania înghițitului. Operația a avut loc la Spitalul South Devon and East Cornwall, Marea Britanie, pe 30 martie 1895.

☼ În anul 1986 au primit dreptul, pentru prima dată, femeile din Liechtenstein să voteze.

☼ Mata Hari era numele de artistă purtat de dansatoarea Margaretha G. MacLeod, care a fost executată în anul 1917 ca spioană.

☼ Înainte de a deveni Mare Han al tuturor mongolilor, Genghis-Han se numea Temujin.

☼ Curentul cultural european numit dadaism a fost inițiat de românul Tristan Tzara.

☼ Omul de stat englez Thomas Morus a fost executat în anul 1535 deoarece a refuzat separarea Bisericii anglicane de Roma.

☼ Șeful guvernului cubanez Fidel Castro a abrogat sărbătoarea Crăciunului din motive ideologice.

☼ Edith Stein a fost prima catolică de origine evreiască numită sfântă.

☼ Regina Franței Maria de Medici a fondat în anul 1602 azilul Charite, din Paris.

☼ Papa Pius al XI-lea a criticat în enciclica sa. Cu grijă arzătoare (Mit brennender Sorge), ostilitatea față de Biserică a regimului național-socialist.

☼ Richard I, care a trăit între 1157 și 1199 avea porecla de "Inimă de Leu".

☼ Observatorul astronomic de la Greenwich a fost construit de regele Carol al II-lea în anul 1675 în Londra, pentru a furniza navigației britanice date exacte referitoare la poziția Lunii.

☼ Lui Adolf Eichmann i-a fost încredințată conducerea administrativă a acțiunii de exterminare a evreilor din Europa, la conferința de la Wannsee.



## **DICTIONAR IUDAIC**

Ⓢ **BIRCAT ha-MAZON** – Binecuvântarea de după masă. Un comandament din Tora sună : “Ai mâncat, te-ai săturat, binecuvântează pe Domnul Dumnezeuul tău pentru țara cea bună ce ți-a acordat-o” (Devarim VIII/10). În baza aceasta au fixat învățații obligația evreului de a rosti rugăciunea după orice masă la care a mâncat pâine. Binecuvântarea conține mulțumire pentru alimente, țară, Ierusalim și binefacere.

Ⓢ **BIRCAT ha-ZIMUN** – Invitație la binecuvântarea de după masă = **Bircat ha-Mazon** în comun. Trei sau mai mulți bărbați evrei care au luat masa împreună, unul din ei rotește această invitație iar ceilalți îi răspund laudând Domnul ; după aceea fiecare rostește ruga lui.

Ⓢ **BIRCAT ha-NEHENIN** – Totalitatea benedictiunilor rostite de evreul evlavios, prin care binecuvântează tot ce îi procură plăcere : hrană, haină nouă, etc.

Ⓢ **BIRCAT ha-TORA** – Binecuvântările **Torei**. Cel chemat la estradă, ca să citească sau să i se citească un capitol din pericopa săptămânii, binecuvântează înaintea citirii : „ .. care ne-a ales dintre toate neamurile și ne-a dat nouă învățătura lui ...” și după citirea capitolului : „ .. care ne-a acordat o învățătură adevărată și a sădit în noi o viață veșnică ..”. Obiceiul de a binecuvânta se repetă la citirea oricărei cărți biblice, atunci când se citește public din suluri ca : **Meghilat Ester**, etc.

Ⓢ **BIUR HAMEIT** – Îndepărtarea a tot ce a dospit. Hameiț = tot ce e dospit sau dospește este strict interzis de **Pesah**. Nu numai că nu e voie să-l mănânci, dar el nu trebuie să se afle de loc în casa evreului, nicidecum să fie văzut. De aceea în ajun de Pesah, după terminarea curățeniei generale și efectuarea controlului = **Bedikat Hameiț**, resturile rămase se ard sau se fărâmițează în așa chip încât se pot împrăști cu vântul sau se aruncă la canal. Obiceiul cel mai curent este arderea. Odată cu îndepărtarea hameiț-ului se spune o rugă al cărei sens este că dacă a rămas ceva dospit neobservat, el este al nimănu.

Ⓢ **TAHORA** – Purificare. Orice impuritate a corpului omenesc sau a vaselor care servesc omul, se cerea purificată de obicei prin **Tevila**. Corpul neânsuflețit al evreului, nu este îngropat decât după ce trece un proces de purificare, Tahora.

Ⓢ **TAHANUN** – Rugi de iertare a păcatelor, care se spun zilnic după ruga de **Șmone Esrei** din rugăciunea de **Șaharit** în toate zilele săptămânii (în afară de Sâmbătă).

Ⓢ **TALMUD** – Vastă culegere de legi și legende care cuprinde **Mișna și Ghemara**. Se cunosc două Talmud-uri : a) **Bavli**, opera învățaților din Babilon, redactat la Sura la sfârșitul sec.V și începutul sec. VI e.n. de către Rav Ași și Ravina și b) **Ierușalmi**, opera învățaților din **Ereț Israel**, redactat la începutul sec. V e.n. la Tveria de către Rabi Iohanani. Legile sunt redactate și comentate cu toate amănuntele dezbatărilor dintre învățați și conțin de aceea și aforisme, cuvinte de tâlc, obiceiuri, morale, etc.. Este nu numai cartea de bază a legislației iudaice, ci și tezaurul tradiției evreiești. A fost timp de mii de ani cartea de bază a învățaturii iudaice și a șlefuit mințile a sute de generații care s-au adâncit în studiul foliantelor sale. **Talmudu**-ul este scris în limba arameică. În zilele noastre cunoaște o nouă înflorire și mulți cercetători îl analizează în lumina experimentelor didactice moderne.



**☀ REMEDII NATURISTE ☀**

**# Sucul legumelor și beneficiile acestora !**

**Sucul de ardei gras** – sucul de ardei gras conține o mare cantitate de siliciu necesar unghiilor, părului și glandelor sebacee. Ajută la curățarea pielii de petele închise la culoare. Este de asemenea bun în colici intestinale, crampe, meteorism. Sucul este mai eficient dacă acesta este combinat cu suc de morcov și spanac, în proporție de 1:2:2. Se bea cu înghițituri mici, cu aproximativ 30 de minute înainte de mesele principale.

**Sucul de cartofi** – sucul de cartofi conține hidrați de carbon, protide, lipide, săruri minerale, vitamine (B1, B6, C, K). Este hrănitor, diuretic, energizant, cicatrizant, antispasmodic, antiulceros. Este indicat în gastrite, ulcere gastrice și duodenale, diabet, litiază biliară, constipație. Se bea câte ½ pahar de 3-4 ori pe zi, timp de o lună în diabet sau ulcere gastroduodenale. În caz de litiază biliară, obezitate, constipație sau hemoroizi, se bea câte ½ pahar de 1-2 ori pe zi. Dacă nu poate fi suportat simplu, acesta se poate amesteca cu miere, suc de morcovi sau cu câteva picături de suc de lămâie sau de cătină.

**Sucul de castraveți** – sucul de castraveți conține vitamine (A, B, C), oxid de calciu, magneziu, sulf. Este răcoritor, depurativ, diuretic. Se recomandă în stări subfebrile, intoxicații, în reumatism sau gută. Fiind cam fad cei drept, se folosește cu suc de țelină, de măr sau de morcov. Se utilizează cu succes în cosmetică pentru tratarea ridurilor.

**Sucul de ceapă** – acesta conține vitamine (A, B, C), săruri minerale. Este un bun stimulent al sistemului nervos, hepatic, renal, diuretic puternic, antiseptic, antiinfecțios, antisclerotic, antireumatismal. Se utilizează în astenii, surmenaj intelectual, reumatism, afecțiuni respiratorii (guturai, bronșită, astm, gripă), diabet, ateroscleroză, obezitate, impotență, prostatite, edeme. Se poate amesteca cu puțin suc de țelină sau de morcovi sau cu câteva picături de lămâie, de asemenea se poate bea diluat cu apă câte ½ pahar de 2 ori pe zi.

**Sucul de fasole verde** – acesta conține vitamine precum A, B, C, săruri minerale, hidrați de carbon, oligoelemente. El este diuretic, depurativ, antiinfecțios, tonic hepatic. Se folosește în reumatisme, gută, diabet, litiază renală și se administrează câte ½ pahar pe zi.

**Sucul de ridiche neagră** – conține vitaminele B și C, este colecistochinetic, aperitiv și digestiv, diuretic, antialergic, sedativ nervos. Este indicat în litiaze biliare, colecistite, insuficiență hepatică, afecțiuni pulmonare, bronșite cronice, astm, reumatism, gută, rahitism, alergii, eczeme. Pentru a obține sucul, se folosește ridichea cu tot cu frunze. Se beau 20-50 de grame pe zi, deoarece este foarte puternic. În cazurile de litiază biliară se beau zilnic câte 200-400 ml de suc. Se administrează de obicei în combinație cu suc de morcovi, în acest fel ajutând la refacerea mucoaselor din organism.

**Sucul de sfeclă roșie** – conține zaharuri, săruri minerale, oligoelemente, vitamine : A, B, C, PP. Este răcoritor, foarte nutritiv și energetic, se recomandă în anemii, demineralizare, TBC și chiar și în cancer. Este foarte folositor în cazul epidemiilor de gripă, de altfel este contraindicat diabeticii. Nu este indicat să se consume prea mult suc de sfeclă, deoarece dă stări de vomă și grețuri, ca urmare a efectului de epurare rapidă a substanțelor toxice din ficat. Se recomandă un pahar de suc de sfeclă pe zi, repartizat în trei reprize. Combinația dintre sucul de lămâie, morcov, sfeclă și castraveți ajută la curățarea ficatului, a rinichilor și vezicii biliare și în general a organismului de toxine. În perioada folosirii acestor sucuri este indicat să se renunțe la carne, amidon și zaharuri.



## **NATURA LA ÎNDEMÂNA TA !!**

♥ **Broccoli** – beneficiile sale asupra sănătății, în primul rând protejează împotriva cancerului, ca și alte vegetale broccoli conține fitonutrienți, sulforafan care au importante efecte anti-cancerigene. Cercetătorii sugerează că această legumă are un compus numit indole-3-carbinol ce ajută la dezactivarea unui puternic estrogen metabolic, care favorizează creșterea tumorilor, mai ales cele de la nivelul sânilor, în timp ce scade nivelul de 2-hidroxiestrone, o formă de estrogen cu rol în protejarea împotriva cancerului. S-a demonstrat că indole-3-carbinol nu numai că suprimă creșterea numărului de celule cancerigene, dar distruge și pe cele aflate la metastază. Totodată oamenii de știință au descoperit că sulforafanul mărește capacitatea enzimelor de a detoxifia organismul, posibil prin alterarea genelor de expresie, cele care grăbesc curățarea substanțelor cancerigene. Afecțiunile cancerigene pot fi evitate printr-o dietă bogată în broccoli : cancerul de vezică biliară ; cancerul ovarian ; cancerul de prostată.

Indicat de altfel în dietele pentru detoxifiere, de aproape 20 de ani știm că majoritatea fitonutrienților lucrează pentru a dezarma radicalii liberi înainte ca aceștia să afecteze ADN-ul, celule membranelor și moleculele cu grăsimi, cum ar fi colesterolul în prezent, noi studii demonstrează că fitonutrienții care se găsesc în broccoli influențează și mai mult organismul, deoarece trimit un semnal genelor pentru a crește producția de enzime implicate în detoxifiere, procesul prin care organismul elimină rezidurile. Îmbunătățește sănătatea digestivă, un studiu publicat în Agenți Antimicrobieni și Chimioterapie sugerează că broccoli are capacitatea de a elimina Helicobacter pylori (H.pylori). Potrivit acestui studiu, sulforafanul, un fitonutrient care se găsește din belșug în broccoli, are capacitatea de a elimina H.pylori la 8 din 11 animale de laborator care au fost infectate cu această bacterie prin implantarea celulelor gastrice infectate de la om. Rezultatele au fost atât de mulțumitoare, încât cercetătorii au conchis că sulforafanul din broccoli poate ajuta în tratarea și prevenirea infecției cu H.pylori, cauză primară a ulcerului.

Protejează pielea de afecțiunile solare, până acum am aflat că broccoli este benefic în detoxifierea organismului, dar pentru că ajută la detoxifiere această legumă îmbunătățește și capacitatea de funcționare a ficatului, înfrumusețând aspectul pielii. Un studiu realizat la Universitatea John Hopkins indică faptul că sulforafanul poate ajuta la repararea pielii afectate de razele soarelui. Trebuie menționat faptul că cercetătorii au descoperit că expunerea la soare este necesară pentru aprovizionarea organismului cu vitamina D, fără a crește riscul declanșării cancerului de piele. Protejează împotriva afecțiunilor cardiovasculare, broccoli a fost aleasă dintr-un număr mare de legume și fructe ca deținând cele mai ridicate capacități cardioprotective. Cei peste 100.000 de indivizi care au participat la studiu și care au adoptat o dietă bazată pe broccoli, ceai, ceapă, mere (toate bogate în flavonoizi), prezentau un risc cu 20% mai scăzut în dezvoltarea afecțiunilor cardiovasculare. Astfel spus până acum se știa că broccoli reduce riscul cancerelor de plămâni, colon, sâni, ovarian și de vezică biliară, iar acum cercetătorii adaugă că acesta este foarte bun și în prevenirea afecțiunilor cardiovasculare.

Previne cataracta, conținutul puternic de antioxidanți din familia carotidelor numite luteină și zeaxantin, care se găsesc în cantități mari la nivelul cristalinului sau „lentila ochiului”, după cum mai este numit. Cei 36.000 de persoane care au participat la studiu au consumat broccoli de cel puțin 2 ori pe săptămână, iar rezultatele au arătat că aceștia prezintă un risc de 23% mai scăzut de a dezvolta cataractă în comparație cu persoanele care nu consumă broccoli. Oasele mai puternice, atunci când trebuie să îți întărești sistemul osos, alege broccoli. O cană cu broccoli conține 74 mg de calciu și 123 mg de vitamina C care ajută la absorbția calciului în oase și toate aceste beneficii cu numai 44 de calorii. Broccoli este mai eficient decât portocalele, deoarece o portocală are 69 mg vitamina C, nu conține calciu și are cu aproximativ 50-60% mai multe calorii. Cât despre produsele lactate, despre care se spune că sunt sursă sigură de calciu, acestea nu conțin vitamina C, ci grăsimi saturate – din categoria celor „rele”. Un pahar cu lapte are 121 calorii, dintre care 42 de calorii provin din grăsimi.

Întărește sistemul imunitar, broccoli nu numai că este bogat în vitamina C, ci conține și beta-caroten și o cantitate mică dar folositoare de zinc, seleniu și alte minerale care ajută în acțiunile defensive ale sistemului imunitar.



## *CALENDARUL LUNII - IULIE*

- La 1 iulie 1921 s-a născut profesorul și eseistul ION MIHĂILEANU. A fost membru al colegiului redacțional al revistei Contemporanul.
- 3 iulie 1904 s-a născut la Edlach, în Austria, Teodor Hertzl, întemeietorul sionismului politic.
- 3 iulie 1935 – a murit ANDRE CITROEN, fondatorul uzinei producătoare a celebrului automobil care-i poartă numele și astăzi.
- La 6 iulie 1937 s-a născut, în Ștefănești, județul Botoșani, SHAUL CARMEL. A făcut Alia în 1965. Este scriitor și publicist, vicepreședinte al Uniunii Asociațiilor Scriitorilor din Israel, secretar al Asociației Scriitorilor Israelieni de limbă română. A publicat 12 volume de poezie și proză, din perioada '56-'96. Poeziile sale au fost traduse în engleză, maghiară, olandeză, sârbă, idiș, are trei volume de antologie, traduse în ebraică, rusă și arabă. Coautor al volumului de interviuri Pacea și-a ucis soldatul (Ed. "Du Style" și Ed. Științifică, 1996), consacrat memoriei fostului premier israelian Yitzhak Rabin.
- La 10 iulie 1957 s-a născut RODICA RADIAN GORDON, ambasadorul Israelului în România.
- La 11 iunie 1953 – s-a născut la București istoricul și sociologul RADU IOANID. Teza sa de doctorat, prezentată la Paris a fost Holocaustul evreilor din România. Este director asociat la Muzeul Holocaustului din Washington.
- La 12 iulie 1992 – YITZHAK RABIN a devenit primul ministru al Israelului.
- La 12 iulie 1912 se naște în comuna Pantelimon de lângă București, Nicu-Aurelian Steinhardt (Nicolae Steinhardt – devenit ulterior). Tatăl său, inginerul și arhitectul Oscar Steinhardt, conducea o mică fabrică de cherestea. Își ia licența în Drept și Litere la Universitatea din București. Își susține la București doctoratul în drept constituțional. În ianuarie 1959 refuzând presiunile securității de a fi folosit ca martor al acuzării împotriva lui Constantin Noica, este introdus în „lotul” filosofului ( și al prietenilor comuni ) și este condamnat la 13 ani muncă silnică pentru „crimă de uneltire contra ordinii sociale”. Această nouă lovitură a sorții se dovedește a fi hotărâtoare, căci la 15 martie 1960, în închisoarea Jilava, ieromonahul basarabean Mina Dobzeu îl botează întru Hristos (era evreu), naș de botez fiind Emanuel Vidrașcu (coleg de lot, fost șef de cabinet al mareșalului Antonescu), iar ca martori ai tainei participă Alexandru Paleologu, doi preoți catolici, doi preoți uniți și unul protestant, „ spre a da botezului un caracter ecumenic”. La 29 martie 1989 scriitorul-călugăr moare la spitalul din Baia Mare.
- 22 iulie 1940 s-a născut la București chimistul ALEXANDRE REVCOLEVSCHI. S-a stabilit la Paris, unde a creat o școală de cercetări interdisciplinare și a publicat peste 200 de lucrări în reviste de prestigiu. Este membru de onoare al Academiei Române.
- 29 iulie 1954 – a fost inaugurat Memorialul YAD VASHEM din Ierusalim, dedicat memoriei victimelor Holocaustului..
- La 31 iulie 1910 – s-a născut la Brooklyn (New York) economistul MILTON FRIEDMAN, pentru cercetările sale în domeniul teoriei consumului a fost distins, în 1976 cu Premiul Nobel.



## Proza parte integrantă a culturii!

Autorul – N.T.BOGDAN

După cum bine știm, cultura printre formele ei de literatură are și proză, poezia sub formele ei clare și omogene. Nu vreau să mă exprim sui-generis pentru că cultura sub o formă sau alta nu a apărut astăzi și nu se formează într-un scurt timp, ea suferă adăogiri noi și noi de pretutindeni dar nu cum generația mai tânără o face și o cam consideră, căci cultura ea săraca bat-o vina nu se face la terasă-n discotecă ... ci pe bănci de școală și din cărți și biblioteci! Asta am vrut să spun. În cele ce urmează voi să vă prezint câteva creații ale unei autoare relativ noi în ale epigramei și rondelului dar vorba ceia „ .. combate bine!” – mie sincer mă plăcut. Vă recomand cu căldură lectura creațiilor dumneaiei nimeni alta decât d-na Ica Ungureanu. Să purcedem spre creațiile sale.

### Rondelul sănătății

*Suntem cadre sanitare,  
De bolnavi ne ocupăm  
Cu migală și răbdare  
Până când îi vindecăm*

*Leafa-i mică, stresu-i mare,  
Doamne, greu ne descurcăm,  
Suntem cadre sanitare  
De bolnavi ne ocupăm,*

*Printre târgi și perfuzoare,  
Zi și noapte alergăm,  
Ori îi punem pe picioare,  
Ori la morgă îi „cazăm”*

*Suntem cadre sanitare...*

### Amnezie

*De primăvara vieții, doamnă,  
N-ai vrea să-ți mai aduci aminte  
Când numeri toamnă după toamnă  
Cum pică dinte după dinte.*

### Ochiul Justiției

*După chin și tărăboi,  
Unii de pedeapsă scapă,  
Căci Justiția la noi  
Nu e oarbă ci ... mioapă!*

### Poftă mare

*Într-o lume de coș... mare,  
Aia care saltă prețul,  
Cu nesațul unor fiare  
Ne tot mușcă ... fondulețul.*





## **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 Hasefer 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 oitem 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 IULIE 2009**

Vă aducem la cunoștință seria activităților desfășurate în luna iulie în cadrul Comunității Evreilor din Focșani cu toate că luna a fost destul de caniculară, noi ne-am adus aportul din punct de vedere socio-cultural și inter-relațional, dezmințind orice ezitare și barieră creată fie el chiar și imaginar. Astfel că :

- Găzduim în continuare cu aceeași plăcere Cenaclul Literar în ziua de luni a fiecărei săptămâni, unde sunt invitați noi aspiranți într-un simțiri, ce simt că au vocație literară și har.
- Comunitatea Evreilor din Focșani a fost în două rânduri invitată prin reprezentanții săi la lansarea unor cărți. Una din ele cea a unui diplomat de carieră, cu o activitate și aport inconfundabil autorul fiind fost ambasador și cea de-a doua carte a unei tinere autoare și speranțe vrâncene.
- Mirosul și aromele și-au dat mâna de această dată la Concursul Gastronomic găzduit de Comunitatea Evreilor din Focșani. Bunătățile pregătite au făcut cu ochiul, ele au constat în mâncăruri cu specific tradițional coroborate sezonului. Degustarea a fost amplă și minuțioasă !
- Moment omagial pentru comemorarea martirilor vasului Mefkure scufundat pe data de 16 iulie 1944. Dialog și relatări despre momentul tragic.
- Sub patronajul Comunității Evreilor din Focșani s-au organizat serate muzicale, audiții și seri de film, ce au avut drept scop vizionarea unor pelicule de film cu tematică și vie însemnătate pentru cultura și istoria identității iudaismului.
- De asemenea Comunitatea a găzduit colocvii ce au avut ca temă activitatea, contribuția adusă de către Theodor Hertzl și Radu Ioanid, atât în mediul literar, religios dar și istoric.
- Remember Sydney Pollack – actor și regizor ilustru cu o bogată filmografie de o parte și de alta a camerei de filmat a făcut obiectul omagiului adus acestuia atât vieții dar activității sale ample.

**ÎN ATENȚIA CITITORILOR!!!! Pe adresa de mail [rondmircea@yahoo.com](mailto: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!!**



# Concurs Pe Teme Iudaice - Nr.1 Luna Iulie

**REGULAMENT** : (pe parcursul desfășurării acestui concurs eventualele modificări ce vor fi survenit, vor fi menționate periodic pentru ca cei care participă să știe în timp util!)

Vă aducem la cunoștință faptul că pe parcursul a celor 6 luni rămase până la finele acestui an, Comunitatea Evreilor din Focșani organizează un concurs inter-activ ce se derulează cu luna curentă. Adică în fiecare lună va exista un set de întrebări a câte zece întrebări, pe care în mod conștiincios cititorii cu mic, cu mare le vor găsi răspunsurile și fuguța vor răspunde lună de lună, pentru ca la finele anului atunci când se va face podiumul, topul câștigătorilor să fie desemnați fericiții premianți ai concursului. Nu uitați faptul că cel ce va răspunde corect la toate seturile de întrebări poate fi Întâiul, ceilalți în ordinea clasări și desemnări statistice elaborate de comisia ce va contabiliza raspunsurile. Deci nu uitați concursul începe cu luna iulie și se sfârșește în luna decembrie când vor fi desemnați câștigătorii, fiecare lună va deține un set de zece întrebări ! **Răspunsurile la întrebări le așteptăm pe adresa de mail : [rondmircea@yahoo.com](mailto:rondmircea@yahoo.com) / VĂ URĂM MULT SUCCES !!**

## **SETUL DE ZECE ÎNTREBĂRI AFERENTE LUNII IULIE – EDIȚIA NR.1 :**

- 1. La ce vârstă ADAM a avut primul copil după chipul și asemănarea lui ?**
- 2. Câți ani a trăit ADAM ?**
- 3. Care este etimologia numelui « EVA » ?**



## **MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCSANI**

**4. În ce an au fost înființate următoarele localități ?**

- „GHEDERA” ?
- „NAHO IACOV” ?
- „NETANIA” ?
- „KIRIAT GAT” ?
- „DIMONA” ?
- „CARMEL” ?

**5. Când a avut loc prima „Alia” și a doua ?**

**6. La ce dată a fost proclamat Statul Evreu ?**

**7. Cine a fost primul președinte al noului Stat Israel ?**

**8. Care au fost primele state care au recunoscut noul stat Israel ?**

**9. Câte denumiri apelative a avut orașul Ierusalim ? Și care este cel mai vechi ?**

**10. În ce a constat faimoasa „Noapte a cuțitelor lungi” ?**

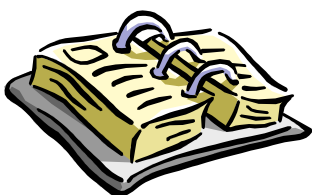
**Rugămintea noastră este ca răspunsurile să parvină îndeobște până la apariția următoarei ediții pentru ca centralizarea și departajarea să se desfășoare în bune condiții, fără ca parcursul concursului să întâmpine decalaje ! MULT SUCCES !**



**MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCSANI**

**“COMEMORARE – Tiša BeAv”**





**# POȘTA REDACȚIEI #**



**La poșta redacției am primit următoarea scrisoare ce își găsește acum prilejul de a fi publicată în revista noastră , d-nul OCTAVIAN IONESCU – din Sihlea ne-a trimis articolul “Amintiri din anii 50” :**

1957. Eram elev de liceu și stăteam în gazdă în Râmnicu-Sărat la o familie de evrei Nathan și Rozalia Scheffler. Mă simțeam foarte bine în pensiune la această familie erau amabili, atenți, manierați. Cu toate că vorbeau și limba etniei, niciodată, în prezența mea, nu vorbeau ebraică ca eu să nu cred că ar vorbi despre mine. Aveau prieteni și evrei și români, vizitându-se reciproc. Îmi amintesc de o vizită pe care au avut-o de la niște rude de ale lor, care au venit din Transilvania, o doamnă mai în vârstă și doi tineri care se căsătoriseră de vre-o doi ani. Revederea a avut loc după ce eu mă întorsesem de la școală și acel moment al revederii m-a impresionat profund, fiind cu multe și îndelungate îmbrățișări, pupături și lacrimi.

Vorbeau evreiește și nu înțelegeam care e cauza. Intrând în camera familiei au continuat discuțiile până noaptea târziu. Familia din Ardeal a rămas la ei câteva zile. Între timp, cunoscându-i și eu am aflat lucruri care m-au făcut să ascult cu multă atenție și să nu uit niciodată ce mi-au spus. Doamna mai în vârstă era mama tinerei. Locuiau într-un oraș din Transilvania ; nu-mi amintesc unde. La puțin timp după începerea celui de-al doilea război mondial, au fost luați de poliția hortistă și duși într-un ghetou unde la început nu a fost prea rău, dar când au început să fie transferați de colo-colo lucrurile s-au schimbat din ce în ce mai rău. Coșmarul a început să fie ceva de neînchipuit când au fost îmbarcați în trenuri de marfă. Era la începutul lui 1944. Se discuta pe ascuns că Hitler făcuse lagăre de exterminare pentru evrei. Nu se știa ceva exact, că din acele lagăre nimeni nu scăpase viu ca să poată povesti ceva precis. Au fost îmbarcați timp de două zile, până când toată garnitura s-a umplut.

Condițiile din vagoane erau de nedescris : îngheșuală mare, frig, lipsa apei, paie pe jos pentru dormit. Se amenajase încă un rând de așa zise paturi « la etaj ». Nu se știa unde vor fi duși. La pornirea trenului doi mai în vârstă au murit ; până la pornirea trenului mai speraseră că vor fi debarcați ; doamna care sosise în vizită la familia Sheffler avea atunci o familie formată din soț și doi copii. Toți au fost luați.

Din cauza iernii evreii din vagoane lăsaseră familiile cu copii mici și bătrânii să doarmă în paturile de « la etaj » unde era ceva mai cald decât jos. Trenul mergea foarte încet din cauza liniilor ocupate cu trenurile militare, ce aveau prioritate. Uneori stăteau câte 2-3 zile în unele gări și nu li se permitea să coboare. Doar li se aducea apă din două în două zile. Mai mureau dintre copii și bătrâni sau bolnavi, dar nu erau dați jos din vagoane. Norocul supraviețuitorilor era că, fiind frig, cadavrele nu se descompuneau. Au ajuns în Polonia într-o gară unde au fost dați jos din vagoane și ținuți pe peroane câteva ore, după care au fost îmbarcați din nou în același tren. Peste trei zile trenul a pornit din nou spre altă destinație necunoscută. După alte zile de chin au ajuns în faimosul lagăr de exterminare Birkenau – Auschwitz. Nu se știau atunci prea multe despre grozăviile care se petreceau acolo.

*(Continuarea o ve-ți afla în numărul viitor !!)*



**Riscurile - Împrumuturilor - Bancare - În - Condiții - Avantajoase**

