

MENORA de FOCȘANI



Minirevistă a Comunității Evreilor din Focșani

□ APARIȚIE LUNARĂ □

Nr.9 // 01 - 30.09.2009





D I N C U P R I N S

1. – SĂRBĂTOAREA DE „ROSH HASHANA” - Pag.3
2. – SĂRBĂTOAREA DE „ROSH HASHANA” 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 SEPTEMBRIE - Pag.15
- 14.– TOMATA SAU PĂTLĂGEAUA ROȘIE ? - Pag.16
- 15.– INFO-CLUB / AGENDA ACTIVITĂȚILOR LUNII SEPTEMBRIE - Pag.17
- 16.– CONCURS PE TEME IUDAICE - NR.3 LUNA SEPTEMBRIE - Pag.18/19
- 17.– TURUL YOM TERU'AH- 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

NEGOIȚĂ T. BOGDAN editor proiect - redactor - corector

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



"ROSH HASHANA"

Tema lunii Elul, la sfârșitul căreia se situează sărbătorile de Rosh Hashana, Anul Nou evreiesc și Yom Kipur, este reconcilierea poporului evreu cu Dumnezeu în legătură cu nelegiuirile pe care le-au săvârșit în trecut și hotărârea de a le schimba pe acestea cu fapte bune, chiar militând în a le spori pe cele bune în viitor. Practic într-un fel după tradiția iudaică, Rosh Hashana nu se identifică cu „Anul Nou evreiesc”, ci „Pesach” este sărbătoarea ce marchează exodul din Egipt fiind considerată ziua de naștere și anul nou pentru poporul evreu deoarece acela este momentul când evreii s-au format ca națiune. Iar pe de altă parte „Rosh Hashana” marchează de fapt mai degrabă crearea lumii, după unele persoane avizate este ziua când a fost creat primul om. Rosh Hashana cuprinde de altfel două zile și constă din multe practici care sunt menite să ne îndrepte către o dare de seamă pentru trecut și către planuri pentru viitor, precum și pentru întoarcerea la Dumnezeu. Zilele stau sub auspiciul câtor mai multe rugăciuni, care de multe ori durează mai mult decât de orice altă sărbătoare în afară de cea de Yom Kipur. Rugile sunt dedicate recunoașterii lui Dumnezeu ca rege și judecător asupra noastră, pentru că numai așa prin recunoaștere putem începe căința. Un bun exemplu este imaginea prevalentă aceea a lui Dumnezeu care stă în fața unei cărți a vieții și a uneia a morții în care El înscrie numele oamenilor. De altfel, salutul obișnuit în această perioadă este „Shana Tova !” (Să ai un an bun!) și „Chativah tova!” sau un înscris pozitiv în cartea lui Dumnezeu.

Mai mult, există diverse obiceiuri care sunt menite să ne îndrepte înspre scopul sărbătorii, se consumă mere și miere pentru a semnifica anul dulce pe care sperăm să-l avem. Se consumă un fruct nou, împreună cu binecuvântarea Shehchiana care are rolul să ne dea un alt semn că a început un an nou. Mulți mănâncă partea din față a peștelui, pentru că în anul care vine să facem parte parte din cap și nu din coadă. Se face Tashlich, adică evreii merg la o apă curgătoare sau un turn de apă dacă nu este în zonă nici o apă și își aruncă în mod simbolic păcatele. Ceremonia se bazează pe versetul biblic al profetului Micah „și TU {« Dumnezeu »} le vei arunca păcatele pe fundul mării”. Cel mai ..



MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCȘANI

important obicei este suflatul din Shofar. Shofarul a fost de-a lungul vremii sunetul cu care li se atrăgea atenția evreilor. Ca atare, are menirea să atragă atenția asupra faptului că Rosh Hashana se apropie, trebuie să ne amintească să ne întoarcem la Dumnezeu. Precum a spus și Maimonide, sunetele de Shofar spun în mod metaforic *„Treziiți-vă din somn voi cei care dormiți și voi care moțâiți : analizați-vă acțiunile și întorceți-vă cu căință”*. Shofarul sună în trei feluri diferite : **Tekiah** - un sunet prelung, **Shevarim** - trei sunete scurte și **Teruah** - nouă sunete foarte rapide și foarte scurte. Sunetele diferite sunt menite să simbolizeze diferite moduri de a plânge, sunetele de shofar în sine reprezentându-i propriile noastre emoții lui Dumnezeu. În concordanță cu această interpretare putem înțelege raționamentul din spatele numărului de sunete de Shofar. În memoria lacrimilor vărsate de mama lui Sisrah, rege biblic care s-a bătut cu evreii și a fost în final omorât, se suflă din Shofar de o sută de ori. Lacrimile ei au fost atât de sincere și de aprinse încât avem nevoie de sunetele de Shofar să le acopere.

Cornu de berbec se folosește și pentru a ne aminti de altă imagine importantă a sărbătorii. Poporul evreu își amintește constant de meritul strămoșilor noștri și de promisiunea lui Dumnezeu că meritul lor va servi să ne protejeze. Cornul de berbec ne amintește de sacrificiul lui Isaac. Dumnezeu l-a încercat pe Avraham poruncindu-i să îl sacrifice pe fiul său drag și mult așteptat care era menit să îplinească promisiunea că Avraham va deveni tatăl poporului ales. Avraham s-a supus, dar înainte să poată îndeplini porunca, i s-a spus să se oprească pentru că și-a dovedit credința în Dumnezeu și și-a câștigat locul ca tată al poporului evreu. În loc să-și sacrifice fiul, Avraham a sacrificat pentru Dumnezeu un berbec. Cornul berbecului amintește de acel eveniment și de meritul lui Avraham și al fiului lui Isaac. Pe parcursul zilei, ca și de Yom Kipur, în loc să fim triști, noi trebuie să abordăm ziua cu optimism cu crezul și în ideea că la finele zilei, Dumnezeu va accepta rugăciunile și căința noastră. Rosh Hashana este cu adevărat sărbătoarea în care noi poporul evreu ne rugăm pentru iertarea păcatelor noastre și căutăm calea înțelepciunii lui Dumnezeu - o zi sfântă și nu o zi de tristețe am putea-o cataloga căci rememorarea și apropierea de cele sfinte nu pot decât să ne aducă un an nou și îmbelșugat .

Shana Tova !



STIRI PE SCURT

• Igal Amir, asasinul fostului prim-ministru Ițhak Rabin cere să fie eliberat din aripa izolată unde este deținut actualmente și transferat în aripa destinată deținuților religioși de la închisoarea Ayalon. Amir, care este deținut separat de restul deținuților, a fost transferat în ultima vreme să-și ispășească pedeapsa la un penitenciar din nordul țării. În cadrul condițiilor de detenție care i s-au stabilit, Igal Amir a fost transferat din când în când la diferite penitenciare, dar peste tot a fost încarcerat izolat. Amir a înaintat un memoriu prin intermediul avocatului său Zahavi Moskowitz, de la Baroul Public. Factori din sistemul judiciar menționează că nu este prima oară când Amir a înaintat o contestație asupra condițiilor sale de detenție și de fiecare dată când este transferat de la un penitenciar la altul, el înaintează o petiție, aceasta i-a atras din partea aceluiași factori porecla de „Petiționarul în serie”. Tot în trecut, lui Amir i s-au impus condiții de detenție limitative din cauza interviurilor acordate mass-mediei. Printre altele, i s-a interzis folosirea telefonului. Acum un an, Amir a acordat interviuri telefonice din închisoare canalelor televiziunii israeliene 2 și 10, dar sub presiunile puternice ale publicului, aceste interviuri au fost retrase din programele respectivelor canale și nu s-au mai difuzat. Ca urmare a acestor interviuri, Amir a fost transferat la închisoarea Eshel, din sudul țării și i s-a retras dreptul de a mai efectua convorbiri telefonice și de a mai primi vizitele soției sale timp de o jumătate de an. De asemenea, i s-a retras dreptul de a primi vizitele familiei și toate aparatele electrice din celulă i-au fost îndepărtate. Soția sa, Larisa Trimbobler a exprimat remarci critice virulente asupra deciziei de atunci, afirmând că „nimic din toate acestea nu sunt legale. Totul este contrar prevederilor legale, i s-a dat o pedeapsă fără precedent. O jumătate de an de izolare de lume. Retragerea tuturor drepturilor unui deținut, vizite, telefoane, chiar și aparatele de încălzit sau alte aparate electrice. Cărți. Totul. Acestea sunt interdicții fără precedent”.

• Guvernul britanic și scuzele sale postume. Agențiile de presă au anunțat că pe 11 septembrie, a.c., primul ministru Gordon Brown, a cerut scuze, în numele guvernului britanic, pentru tratamentul „inuman” aplicat „spărgătorului de coduri” din timpul celui de-al doilea război mondial, Alan Turing, care s-a sinucis în 1954, după ce a fost acuzat în 1952 de homosexualitate și supus unui tratament de castrare chimică.

• Liderul libian, Muammar Kadhafi a sugerat, în discursul rostit în fața Adunării Generale a ONU, că virusul A H1N1 este un instrument militar sau o armă corporatistă produsă în laborator și că Israelul s-ar afla în spatele asasinării președintelui John F. Kennedy, în 1963, transmite CNN. Pe parcursul celor 96 de minute ale discursului său, președintele Libiei, purtând inconfundabila beretă neagră și costumul de beduin, a abordat mai multe subiecte, de la reformarea Consiliului de Securitate al ONU până la asasinarea președintelui american John F. Kennedy și soluția cu un singur stat pentru israelieni și palestinieni: Isratina. Muammar Kadhafi a atacat dur Consiliul de Securitate al ONU, numindu-l "Consiliul Terorii", și a acuzat Națiunile Unite că, din momentul înființării lor în 1945, nu au reușit să prevină peste șazeci de războaie. El a mai cerut eliminarea dreptului de veto de care beneficiază cei cinci membri permanenți ai Consiliului de Securitate și extinderea numărului statelor membre ale acestui organism. Lansându-se într-o serie de teorii ale conspirației, Kadhafi a sugerat că gripa A H1N1 este un instrument militar sau o armă corporatistă produsă într-un laborator și a spus că Israelul s-ar afla în spatele asasinării președintelui John F. Kennedy. De asemenea, el a spus că talibanii ar trebui să-și poată forma un "emirat islamic" fără a fi acuzați că sunt teroriști. La urma urmei, a arătat el, Vaticanul a format un stat religios similar. Liderul libian a declarat că lumea ar trebui să-l ajute pe "fiul nostru" Obama și să ia de pe umerii Statelor Unite povara enormă a găzduirii sediului ONU. Invocând călătoria lungă pe care a trebuit să o facă pentru a participa la reuniune, Muammar Kadhafi a sugerat că sediul Națiunilor Unite ar trebui să fie mutat în afara New York-ului astfel încât restul lumii să nu mai fie nevoit să se confrunte cu măsurile extraordinare de securitate adoptate de Statele Unite după 11 septembrie 2001. El a avut numai cuvinte de laudă la adresa președintelui Barack Obama și și-a exprimat temerea că Statele Unite se vor întoarce la vechile moduri de acțiune după ce acesta își va termina mandatul. "Am fi mulțumiți și fericiți dacă Obama ar putea rămâne pentru totdeauna președintele Americii", a afirmat Muammar Kadhafi.



PERIPLU MONDEN

◇ După o situație ingrată prin care nici unul dintre noi nu și-ar dori să treacă, Janet Jackson apare pe coperta revistei Bazar într-o formă de zile mari ! Pictorialul, în alb și negru (care pe noi ne duce cu gândul oarecum la o formă de omagiu pentru Michael), înfățișează o Janet Jackson înfloritoare și puternică. Apariția ei în Bazar este prima sa „ieșire pe copertă” de la moartea fratelui ei. Ne imaginăm că i-a fost foarte greu să vorbească din nou despre eveniment și totuși îi mulțumim că a făcut-o ! Janet va deschide gala MTV VMA`s de anul acesta cu un omagiu pentru regretatul Michael Jackson.

◇ Cineastul franco-polonez Roman Polanski a fost reținut, pe baza unui mandat de arestare american, la sosirea sa în Elveția, unde avea să participe la Festivalul de Film de la Zurich, anunță AFP. Potrivit unui purtător de cuvânt al Ministerului elvețian al Justiției, Polanski se află acum "în detenție provizorie în așteptarea extrădării", însă poate formula un apel la această decizie. Regizorul a fost reținut în cadrul unei proceduri deschise de autoritățile americane în urmă cu peste 30 de ani. Aflat în 1977 în Los Angeles, Polanski a fost atunci arestat în urma plângerii depuse de părinții unei adolescente de 13 ani. El a pledat vinovat pentru acuzația de "relații sexuale ilegale" și a petrecut o lună și jumătate în închisoare. La sfârșitul lui ianuarie 1978, a doua zi după o întâlnire între avocații săi și un judecător care sugerase că îl va trimite la închisoare, Polanski a plecat în Europa, unde locuiește de atunci. Conducerea Festivalului de la Zurich și-a exprimat "consternarea și tristețea" vizavi de arestarea lui Polanski. Regizorul în vârstă de 76 de ani trebuia să primească astăzi un premiu pentru întreaga sa carieră.

◇ Revenire în forță în industria muzicală pentru Whitney Houston. Cântăreața americană s-a situat pe prima poziție a topului Billboard cu 305.000 de copii vândute ale albumului "I Look To You". "I Look To You" este primul album pe care cântăreața l-a înregistrat după 2002 și cu care a avut cele mai multe vânzări în doar o săptămână. Mai mult, albumul este și cel mai bine vândut de o cântăreață în SUA anul acesta. Whitney Houston a dispărut de pe scena muzicală mai bine de zece ani. Deși nu a recunoscut niciodată că este dependentă de droguri, aceasta a fost internată în 2004 într-o clinică de dezintoxicare din Georgia. După ce a divorțat de soțul ei, rapperul Bobby Brown în urmă cu trei ani și a obținut custodia fiicei sale, Whitney și-a pregătit revenirea mult așteptată. Cântăreața americană este singura artistă din lume care a lansat șapte albume consecutive premiate cu mai multe Discuri de Platină, depășind chiar și trupa Beatles.

◇ Celebra revistă Forbes a desemnat câștigătoarea titlului de cel mai cool copil de la Hollywood : Suri Cruise ! Fiica lui Tom Cruise și a drăguței sale soții, actrița Katie Holmes, ocupa primul loc în cea de-a doua ediție anuală a top-ului " Cei mai cool 10 copii de la Hollywood ". Suri este atât de drăgălașă, o combinație perfectă între părinții ei. Iar modul foarte stylish în care este îmbrăcată zi de zi a făcut ca media să scrie mai mult despre ea decât despre părinții ei celebri.



ȘTIRI DESPRE ISRAEL

@ Avigdor Lieberman, șeful diplomației israeliene, a declarat într-un interviu acordat postului de radio Reshet Bet, că "dreapta nu va determina căderea guvernului Netaniahu". El a precizat de asemenea că partidul său, Israel Beitenu, nu are nici o intenție să părăsească coaliția, chiar dacă se opune înghețării construcțiilor în coloniile evreiești din Cisiordania. Lieberman, care se află în vizită în Nigeria, a dezmințit informațiile potrivit cărora nu ar fi la curent cu tensiuni care se manifestă în relațiile cu americanii. În acest sens, el a reamintit că urmează să se întâlnească cu emisarul american pentru Orientul Mijlociu, George Mitchell.

@ Ministrul israelian al Informațiilor, Dan Meridor, a acordat un interviu la CNN, în cadrul căruia a estimat că Israelul trebuie să revină la masa tratativelor cu palestinienii pe baza principiului "două state pentru două popoare". El a subliniat: "Guvernul israelian a declarat clar că acceptă prezența a două state. Dacă palestinienii înțeleg că acest demers este important pentru rezolvarea conflictului, cred că acesta poate fi un început bun". Prezent la această discuție, Saab Arikat, responsabilul palestinian pentru negocieri, a reamintit că "palestinienii sunt gata pentru relansarea negocierilor cu condiția ca Israelul să-și respecte angajamentele privind stoparea colonizărilor".

@ Începând de duminică seara și până luni seara, Israelul celebrează cea mai sfântă zi a poporului evreu, Yom Kippur. Timp de 25 de ore, statul Israel este practic deconectat de lume, toate mijloacele de comunicație, cu excepția telefoanelor, fiind întrerupte. Toate zborurile civile din și spre Israel au fost oprite duminică la ora 13.00. Luni seara, odată cu încetarea zilei de Yom Kippur se vor permite aterizările pe aeroportul Ben Gurion începând cu ora 21.30 iar decolările vor fi permise de la ora 22.30. De asemenea sunt închise pe toată durata sărbătorii, granițele terestre ale Israelului cu Egiptul și Iordania. De asemenea, începând de duminică, ora 17.00, în toată țara este interzisă circulația mașinilor și a trenurilor, excepție făcând departamentele poliției, salvării și pompierilor. În schimb străzile intră în stăpânirea bicicliștilor, copiii fiind principalii beneficiari. Sunt închise de asemenea toate magazinele, restaurantele, barurile, sălile de spectacole și cinematografele. O mare parte a israelienilor, cu precădere cei religioși sau tradiționaliști, țin post negru. Poliția și serviciile de securitate se află în stare de alertă pentru a preveni eventuale confruntări între israelieni și arabi israelieni, generate în special de interzicerea circulației rutiere sau furturi de biciclete. Încă de duminică au fost închise punctele de trecere dintre Israel și teritoriile palestiniene, interdicția urmând a fi ridicată luni după miezul nopții. Vor fi permise trecerile numai în cazuri umanitare.



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

☉ ***Chiftelute din carne de miel*** – Ingrediente : 600 g carne de miel ; 2 ouă ; 1 linguriță cimbru ; 2 felii pâine ; 2 legături ceapă verde ; 2 legături usturoi verde ; 1 legătură mărar ; sare ; piper ; 3 linguri făină ; 150 ml ulei ; câteva frunze de mentă. Mod de preparare : înmuiți pâinea în apă, spălați carnea, o scurgeți bine și o dați prin mașina de tocat, împreună cu pâinea bine stoarsă. Spălați, curățați și tăiați mărunț usturoiul, ceapa și mărarul. Amestecați pasta de carne cu verdeța, ouăle bătute, cimbrul, sare și piper după bunul plac. Cu mâna ușor umezită, formați mici sfere din amestecul rezultat. Le treceți prin făină și le prăjiți uniform, în uleiul încins. Le scoateți apoi pe un servet de hârtie și le serviți ca aperitiv cald, cu roșii alături și frunze de mentă.

☉ ***Omletă cu dovlecei*** – Ingrediente : 6 ouă ; 2 dovlecei (500g) ; 3-4 linguri cașcaval ras ; 200 ml lapte ; 2-3 linguri pesmet ; ½ lămâie ; 1 lingură unt sau ulei ; sare ; piper sau măghiran după gust. Preparare : tăiem dovleceii cubulețe, îi amestecăm cu pesmetul, coaja rasă de lămâie și cașcavalul ras. Îi punem într-o tavă unsă cu unt sau ulei și presărată cu pesmet. Batem ouăle cu 1 vârf de linguriță sare și puțin piper sau măghiran (după preferință) și adăugăm laptele. Turnăm compoziția peste dovleceii din tavă și îi dăm la cuptor la foc mijlociu, până se întărește omleta.

☉ ***Orez brun cu legume*** – Ingrediente : 200 g orez brun ; 1 dovlecel ; 1 ardei gras ; 1 morcov ; 1 gulie ; 1 ceapă ; 2 roșii ; 100 ml ulei de măsline ; sare ; piper ; mărar după gust. Cum procedăm : fierbem orezul în apă cu puțină sare (până se despică bobul). Curățăm legumele și le spălăm. Tăiem dovlecelul cubulețe, ardeiul fâșii, ceapa solzișori, dăm pe răzătoarea mare morcovul și gulia și le punem la călit în uleiul încins. Opărim roșiile, lă curățăm coaja și le tăiem în felii, le adăugăm la călit, apoi adăugăm treptat orezul scurs și le mai lăsăm la fierț împreună preț de 5 minute, amestecând continuu, pentru a nu se lipi de cratiță. Sărăm și condimentăm orezul cu legume și îl servim cald, presărat cu mărar tocat. Un mic truc – este dacă adăugăm un pic de sos de soia.

☉ ***Gelatină de mere cu bezele*** - Ingrediente : 6 mere mari ; 1 albuș ; 100 g zahăr (sau după gust) ; ½ linguriță zeamă de lămâie ; ½ linguriță rasă scorțișoară ; 30 g gelatină ; 200 ml frișcă ; 1 lingură unt pentru formă ; 200 g bezele din comerț. Mod de preparare : punem la copt într-o tavă merele, iar când sunt gata le scoatem, le lăsăm la răcit, le curățăm de coajă și semințe și le pasăm miezul printr-o sită fină. Punem la înmuiat gelatina în 150 ml apă rece, timp de 15 minute, apoi o dizolvăm la bain-marie și o lăsăm la răcorit, fără să se închege. Batem albușul spumă cu zahărul, apoi amestecăm ușor cu pasta de mere, zeama de lămâie, scorțișoară și gelatina răcorită. Într-o formă unsă cu unt turnăm 1/3 din cremă, peste care așezăm 1/3 din bezele, apoi din nou cremă, bezele, cremă și terminăm cu un strat de bezele, cu baza în sus și apropiate între ele. Dăm prăjitura la rece pentru 12 ore, apoi o răsturnăm pe un platou, o îmbrăcăm cu frișcă bătută spumă, o puteți decora după dorință, plac și imaginație – se taie în bucăți.

☉ ***Campari Orange (cocktail)*** – Ingrediente : 40 ml Campari ; 2 portocale ; 4 cuburi de gheață. Modul de preparare : tăiați portocalele în jumătate, păstrați pentru decor 2 rondelile de portocală și stoarceți jumătățile de fruct rămase. Mixați puțin gheața în blender, astfel încât să obțineți fulgi, puneți fulgii de gheață într-un pahar sondă, turnați Campari, așezați o rondelă de portocală, apoi turnați în pahar suc proaspăt de portocală, în fir subțire, folosind o linguriță ușor înclinată, sprijinită de interiorul paharului. Decorați paharul cu rondela de portocală rămasă. Pe cât posibil, evitați să amestecați cele două straturi diferite colorate. Sfat practic : puneți în pahare paie și decorați cu umbreluțe de hârtie colorată cocktail-urile răcoritoare. Campari este una dintre cele mai cunoscute și apreciate băuturi alcoolice moderne. Tocmai din acest motiv și cocktail-ul care îl are ca bază, este unul dintre cele mai solicitate, mai ales de către femei. Campari Orange este un cocktail clasic, cu origini americane. El este băut în special ca și aperitiv (înainte de masă), dar poate avea și un efect revigorant dacă este consumat pe seară. Singura condiție fiind aceea de a fi ceva mai dulce (proporția de alcool să fie mai mică)

(VĂ URĂM POFTĂ BUNĂ!!)



UMOR LA PURTĂTOR

☀ Sir John a început să aibă probleme financiare, nu-i mai mergeau afacerile. Și pentru că atunci când veniturile scad trebuie scăzute și cheltuielile, după o analiză a acestora Sir îi spune soției: - Dacă ai ști să gătești nu ar trebui să mai plătim bucătăreasă. Prompt aceasta îi răspunde : - Iar tu dacă ai ști să faci dragoste, nu ar mai trebui să plătim șoferul.

☀ Într-o dimineață, Sir observă că pe perete sub geamul nevastei e scris cu pipi " I love you ". Se supără foarte tare și cheamă un detectiv celebru de la Londra să descopere cine este făptașul. După o săptămână detectivul vine la Sir și îl anunță că a rezolvat cazul. - Și cine este făptașul ? Întreabă Sir. - Pișatul este al grădinarului dar caligrafia este a doamnei. Răspunde detectivul.

☀ O blondă superbă ajunge la Miss World printre finaliste. La întrebarea pentru departajare, primește următorul enunț: - "Numiți 3 piese de William Shakespeare". La care blonda răspunde: - 10, 15 și 20 de cm. Prezentatorul concursului, foarte derutat, îi spune că acestea nu sunt nume de piese de teatru, ci mărimi. Blonda foarte destinsă îl lămurește: - Nu.... 10 la mine înseamnă `Mult zgomot pentru nimic`, 15 înseamnă `Cum va place`, iar 20 înseamnă `Visul unei nopți de vara`...

☀ O blondă se întoarce de la un chef la care toată noaptea s-au spus numai bancuri cu blonde. Mergând ea cu mașina, trece pe lângă un lan de grâu și vede în el o blondă care vâslea de zor într-o barcă. Nervoasă, blonda din mașină începe să strige la cealaltă : - Măi proasto, nu-i de mirare că se spun bancuri pe seama blondelor ! Asta-i numai din cauza ta ! Păcat că nu știu să înot, că aș veni eu la tine să-ți trag vreo două !

☀ Undeva, în sudul Statelor Unite, trăia un preot tânăr și foarte talentat, cu o congregație numeroasă. Într-o zi, la sfârșitul unei slujbe, spune: - Fraților, am auzit niște zvonuri foarte urâte ! Toată lumea îngheață. - Cineva dintre voi a răspândit zvonul că aș fi membru al Ku-Klux-Klanului ! Nu este adevărat ! Îl rog pe vinovat să iasă în față și să-și mărturisească minciuna. O tipă superbă se ridică de pe rândul din față și zice : - Părinte, nu știu cum s-a întâmplat una ca asta ! Eu n-am zis decât că ești un adevărat vrăjitor sub cearșaf !

☀ S-a dus popa să se spovedească. Și a primit canon să facă o faptă bună. Mergând el spre casă, a văzut mașina rabinului, care era vecin cu el, plină de noroi. "Am să-i spăl mașina", s-a gândit popa. Și i-a spălat-o. A doua zi, când să plece în oraș, îl vede pe vecinul său, rabinul, sub mașina popii tăind cu un fierăstrău țeava de eșapament a mașinii. - Păi ce faci, vecine ? Eu îți spăl mașina și tu mi-o distrugi pe a mea ? - Păi ce, a răspuns rabinul, dacă tu mi-ai botezat-o, eu să nu ți-o tai împrejur ?



Știați Că

- Mediul acvatic a fost cândva, lăcașul de existență al omului, aceasta o dovedește și faptul ca nașterea este mult mai ușoară în apă, mediu în care nou-născuți evoluează cu dezinvolvură, ținând ochii larg deschiși și efectuând mișcări reflexe de înot, care le permit să se deplaseze cu relativă ușurință.
- Ficatul are secreție maximă la ora două noaptea, iar rinichiul între orele 17-19 și în anotimpul de iarnă.
- Grâul se cultivă în peste 45 de țări, această cereală fiind folosită în alimentația omului încă de acum 9000 de ani î.e.n.
- Accidentele vasculare ale creierului se produc în jurul orei 18, ale inimii și vaselor coronare în jurul orei 20, iar situația critică pentru plămâni este seara, până la miezul nopții.
- Pluto - era zeul care făcea regulile în lumea morții. Este un nume potrivit pentru cea mai întunecată, rece și depărtată planetă din sistemul nostru solar. În mitologia greacă este zeul Hades. Luna lui Pluto, Charon, are legătură tot cu lumea morții. Charon este numele luntrașului care trece pe cei morți peste râul Styx, râul care delimitează lumea celor vii de lumea celor morți.
- În nordul Australiei se întâlnesc fluturi cu dimensiunea de 26 cm. Localnicii folosesc carnea lor. Se înțelege că fluturii nu sunt vânați cu plasa, nici cu pușca, ci cu arcul și săgeata.
- Cea mai scurtă perioadă de gestație la animale se poate întâlni la opossum, care dă naștere puilor la numai 12-13 zile de la concepere, iar cea mai lungă perioadă este la elefantul asiatic, cu 608 zile, adică peste 20 de luni de gestație.
- Hrănite cu anumite vopsele, găinile pot face ouă colorate.
- Stejarul și frasinul fac parte dintr-o veche tradiție de prezicere a vremii. Dacă stejarul înfrunzește înainte de frasin, va fi un an bogat, în cazul în care primul apare frunzișul frasinului, vara va fi rece și toamna nu va fi rodnică. Conform folclorului rural, verile britanice fiind de obicei umede, frasinul este primul care înfunzește.



CURIOZITĂȚI ISTORICE



- ☼ Teologul german Martin Niemoller a fost închis într-un lagăr de concentrare ca prizonier personal al lui Hitler din anul 1937 până în anul 1945.
- ☼ La conceperea sistemului de locație Radar, a lucrat laureatul Premiului Nobel Luis Walter Alvarez în timpul celui de-al doilea Război Mondial.
- ☼ Împăratul chinez Gaozong a încorporat Tibetul, Mongolia, și Turkestanul de Est în Imperiul său în anii 1751-1752.
- ☼ În timpul împăratului roman Constantin cel Mare creștinismul a devenit religie de stat în anul 325 d.Hr.
- ☼ Theodore Roosevelt a primit în anul 1906 Premiul Nobel pentru Pace pentru eforturile sale privind încetarea războiului dintre Rusia și Japonia în anul 1905.
- ☼ Gotz von Berlichingen, cavaler al imperiului German și-a pierdut mâna dreaptă în Războiul de succesiune din Bavaria din anul 1504, mâna pe care a înlocuit-o mai târziu cu o proteză de metal.
- ☼ Împăratul Frederic al II-lea a acordat în anul 1226, la Rimini, Ordinul Teutonic, printr-un tratat, deplină independență față de Imperiul German.
- ☼ Omul politic SPD (Partidul Socialist German) și fost ministru de interne al Turingiei, Rudolf Breitscheid a murit în anul 1944 în lagărul de concentrare Buchenwald.
- ☼ Retragerea Armatei Roșii chineze din fața trupelor lui Jiang Jieshi a intrat în istorie sub numele de Marșul cel lung.
- ☼ Românii denumeau un detașament de cavalerie de 30 de călăreți și trei ofițeri, "Turmă".
- ☼ Palatul de la Versailles a fost ridicat pentru Ludovic al XIV-lea.
- ☼ Marele om politic atenian Pericle a murit în urma epidemiei de ciumă din 429 î.Hr.
- ☼ Avotalul care îl consilia pe Adolf Hitler în toate problemele juridice se numea Hans Frank.
- ☼ Navigatorul olandez Jacob Roggeveen a descoperit în anul 1722 Insula Paștelui, într-o duminică de Paște.
- ☼ Konrad Adenauer a fost ales succesiv cancelar federal de patru ori.
- ☼ Mary Robinson a fost aleasă drept prima femeie președinte a Irlandei.
- ☼ Dictatorul italian Benito Mussolini a fost părintele fascismului.



DICTIONAR IUDAIC

⊕ **ADON OLAM** – Imn de slavă închinat Domnului care exprimă ideea că Dumnezeu e infinit. Se cunosc multe melodii adecvate acestui imn.

⊕ **AHAȘVER** – Denumire peiorativă a evreului rătăcitor.

⊕ **ALIA** – Înălțare-urcare. Simbolizează revenirea evreilor în **Ereț Israel**. Expresia s-a încetățenit încă din antichitate din două motive : a) evreul care părăsea starea de înjosire din **Galut**, pentru a se stabili în Ereț Israel, era considerat că se înalță spre o stare superioară ; b) în vremea veche, evreii urcau de trei ori pe an la Ierusalim, pentru a aduce sacrificii în Templu, pelerinaj ce se numea „**Alia la-Reghel**”. În toate secolele istoriei Galut-ului, evreii au revenit în Ereț Israel (vezi „Istoria Israelului” de Moșe Maur și „cuvântul introductiv” de Shlomo Laish).

⊕ **DUKHAN** – Catedră. Un fel de scenă unde **Cohenu-ul** sau Cohanim urcau să binecuvânteze poporul în Templu. Astăzi urcă Cohen-ul la amvon în sinagogă. În **Heider** există o asemenea catedră care purta același nume, de unde repetitorul conducea repetițiile, care se făceau cu glas tare și în comun, el putând observa de la înălțime, dacă toți elevii iau parte activă la lecție.

⊕ **ISRU HAG** – Ziua care urmează sărbătorilor de **Pesa, Șavuot, Sucot**. Zi liberă care oferea pelerinilor ocazia de a-și vedea de treburi personale la Ierusalim, sau de a reveni acasă din pelerinaj.

⊕ **IR ha-NIDAHAT** – Oraș pedepsit. După legea biblică, un oraș în care majoritatea locuitorilor au trecut la păgânism, trebuie ars. Asemenea pedeapsă se putea aplica numai după ce fiecare locuitor în parte fusese avertizat de gravitatea faptei sale și de pedeapsa ce apasă peste întreaga localitate. Un oraș de graniță nu putea fi ars pentru a nu ușura invazia dușmanilor.

⊕ **MIKRA** – Denumire dată Bibliei = **Tanakh-ului**. Provine de la înțelesul cuvântului : citire, chemare, recitare.

⊕ **MIKWE** – Bazin special pentru îmbăierea purificatoare. Apa din bazin trebuie să fie apă de ploaie sau apă de izvor introdusă direct în bazin și în cantitate de cel puțin 40 Saa (0,5 m³). Purificarea corpului sau a vaselor se face în Mikwe sau în apă curgătoare (izvor). În fiecare comunitate se găsește Mikwe pentru public. Asemenea Mikwaot au fost descoperite la săpăturile arheologice din Mețada, Kumran, ca și în Transiordania.

⊕ **TAWAA** – Testament scris sau oral, prin care cineva ordonă împărțirea averii după moartea lui. Din punct de vedere iudaic, această împărțire nu poate contraveni legile biblice, care nu permit de exemplu discriminarea între copii, etc. Testamentul oral al unui muribund = **Șkhiv Mera** trebuie executat.

⊕ **ȚION** – Denumirea metaforică pentru Ierusalim, Țara Sfântă și poporul lui Israel.

⊕ **UȘPIZIN** – Oaspeți de onoare. După tradiția evreiască, sufletele lui Avraham, Ițhak Iakov, Iosef, Moșe, Aharon, David, vin, fiecare în ziua dedicată lui, să viziteze **Suca** ridicată de fiecare evreu. Anumite rugăciuni, care invită pe distinsul oaspete, sunt rostite cu această ocazie. De aici și obiceiul de a invita în Suca oaspeți, care să participe la masa tradițională.

⊕ **ZEMIROT** – Poezi, ode și cântece de slavă, care se intonează la mesele de Sâmbătă și de sărbători, al căror conținut este legat de plăcerile zilei de odihnă.



☀ REMEDII NATURISTE ☀

Sucul legumelor, fructelor și beneficiile acestora !

Siropul de cimbru – florile și tulpinile culese în soare se umezesc la introducerea în borcan, se pun în straturi cu zahăr nerafinat, se lasă la macerat la soare 21 zile. La spălare, florile și tulpinile se spală ușor cu apă de zahărul rămas pe ele, iar apa se pune peste sirop. Siropul se pune la fiert la foc mic, până se evaporă apa, se răcește, se pune în sticle bine acoperite, la rece. Se întrebuițează contra răcelilor, în paralizie, apoplexie, scleroză în plăci (multiplă), atrofie musculară, reumatism, entorse.

Sucul proaspăt de drăgaică (sânziene) – se spală planta proaspătă, se stoarce cât este umedă cu ajutorul storcătorului electric de uz gospodăresc. Se folosește sucul amestecat cu unt în ulcerații canceroase și în bolile de piele de natură canceroasă. Sucul proaspăt de drăgaică împreună cu alifia de gălbenele este indicat în bolile maligne de piele, ale tiroidei și în cazul gușăților.

Sucul proaspăt de filimică (gălbenele) – se spală frunzele, tulpinile și florile și se trec în stare umedă prin storcătorul electric de uz casnic. Se folosește împotriva cancerului de piele. Hemangionul uns de câteva ori pe zi, timp mai îndelungat, îl face să dispară, la fel semnele din naștere (petele colorate) sau keratoza senilă (petele de bătrânețe).

Sucul de ghiocei – florile se pun într-un vas, se toarnă deasupra zeama de la 2 lămâi bine coapte, se agită bine astfel încât florile să se imbine cu sucul de lămâie. Se pun florile într-un săculeț de in, strecurând lichidul prin tifon. Sucul obținut se păstrează în sticla închisă la culoare, acoperită cu dop de ceară, la rece. Înainte de culcare se înmoaie un tampon de vată în sucul de ghiocei, se freacă zonele pătate ale pielii și mâinile. Se recomandă folosirea sucului până la dispariția completă a pistruiilor sau petelor închise la culoare de pe față, gât și mâini..

Sucul de măcrișul iepurelui – se spală frunzele, se storc prin storcătorul electric de uz casnic. Se folosește în tratarea cancerului incipient la stomac, tumorile și ulcerațiile canceroase interne și externe. Se iau 3-5 picături o dată pe oră, diluat în apă sau ceai de plante. Pe ulcerațiile canceroase externe se aplică direct sucul proaspăt. În boala de tipul Parkinson, sucul se prescrie în doze de 3-5 picături pe oră, luate într-o infuzie de coada șoricelului, iar extern se fricționează coloana vertebrală.

Sucul proaspăt de obligeană – rădăcinile proaspete se curăță cu grijă, se trec prin storcător. Se folosește în cazul ochilor slăbiți, prin ungerea pleoapelor închise, iar după câteva minute se spală ochii cu apă rece.

Siropul de păpădie – se pun de 2 ori câte 2 mâini pline de flori de păpădie într-un litru de apă rece. Se pun la foc mic până începe să fiarbă, se lasă să dea câteva clocote, apoi se ia de pe foc și se lasă la macerat până a doua zi. Se golește conținutul prin sită, se strecoară, florile se storc bine, iar sucul se amestecă cu zahăr nerafinat, la care se adaugă 1 lămâie tăiată felii, fără coajă. Oala se pune fără capac pe mașina de gătit, la foc mic, pentru a se păstra toate vitaminele, până devine un sirop mai consistent. Apoi se răcește și se poate consuma uns pe pâine cu unt. Se folosește ca depurativ în acnee, bolile biliare și hepatice.



NATURA LA ÎNDEMÂNA TA !!

♥ ***Sparanghel*** – beneficiile sale asupra sănătății – în primul rând protejează inima, foliații sunt importanți pentru sănătatea sistemului cardiovascular. Foliații (împreună cu vitaminele B6 și B12) sunt necesare pentru transformarea homocisteinei în cisteină. Când nivelul de cisteină este scăzut, nivelul de homocisteină din sânge crește, așadar situație care duce și la mărirea riscului de boli ale inimii. Homocisteina contribuie la apariția aterosclerozei afectând pereții vaselor de sânge și intervenind cu precădere în formarea colagenului (principala proteină din țesutul conjunctiv).

Creșterea nivelului de homocisteină se găsește în aproximativ 20 – 40 % dintre pacienții cu afecțiuni ale inimii și se estimează ca un consum de 400 mcg de foliați zilnic poate reduce numărul de atacuri de inimă. Doar o porție de sparanghel asigură aproximativ 66% din doza zilnică recomandată de foliați.

Trebuie să semnalăm faptul că este un diuretic natural – sparanghelul este o sursă foarte bună de potasiu și nu conține o cantitate mare sodiu (o ceașcă = 19,8 mg). Conținutul de minerale, combinat cu amino acidul asparagim, oferă sparanghelului proprietăți diuretice. De altfel în trecut, sparanghelul era utilizat pentru tratarea afecțiunilor care provocau inflamații, precum artrita sau reumatismul.

Sparanghelul este recomandat pentru sănătatea florei intestinale – el conține un tip special de carbohidrat numit inulină, pe care noi nu-l digerăm, dar pe care bacteriile „bune” din intestinul gros (bifidobacteria și lactobacili) îl digeră. Când dieta noastră conține o cantitate mare de inulină, activitatea și dezvoltarea acestor bacterii „bune” crește. Când numărul acestor bacterii „bune” este mare, este dificil pentru bacteriile „rele” să se stabilească în tractul intestinal.

Deține calități menite să sprijine dezvoltarea corectă a fătului. Luptă împotriva defectelor din naștere – binențeles dacă iei în calcul o viitoare sarcină sau dacă ești deja însărcinată, poți include sparanghelul în dieta ta alimentară. O porție de sparanghel conține aproximativ 263 mcg foliați, vitamina B, esențială pentru diviziunea celulară normală. Fără foliați, celulele sistemului nervos al fătului nu se vor diviza normal.

SCURT ISTORIC – Ținutul de baștină al acestei legume delicioase se situează în regiunile nisipoase și necultivate ale Europei Centrale și în jurul bazinului mediteranean. Francezii au început să o consume începând cu secolul al XVIII-lea. Cu două secole în urmă, sparanghelul era cultivat și ca plantă medicinală. Era folosit în combaterea anumitor afecțiuni ale stomacului, pentru curățarea ficatului, a plămânilor și a intestinelor de deșeurile și toxinele lor.



CALENDARUL LUNII - SEPTEMBRIE

- La 7 septembrie 1902, s-a născut, în Focșani, CAMIL BALTAZAR (m. 27 aprilie 1977 București)– este pseudonimul literar al lui *Leibu Goldenstein* (Leopold Goldstein) un poet român evreu din perioada interbelică. Versul cultivat de poet este tradiționalist și poezia intimistă. În perioada 1947-1976 poetul a publicat alte 8 volume de versuri. Opere precum : *Vecernii*, 1923 ; *Flaute de mătase*, 1923 ; *Reculegeri în nemurirea ta*, 1925 ; *Biblice*, 1926 ; *Strigări trupești lângă glesne*, 1927 ; *Cina cea de taină*, 1929 ; *Poeme vechi și noi*, 1931 ; *Întoarcerea poetului la uneltele sale*, 1937 ; *Tărâm transparent*, 1939.
- La 12 septembrie 1911, s-a născut la Bacău, ALEXANDRU ȘAFRAN (m. 27 iulie 2006, Geneva). Rabin la Bacău, în 1940 a devenit Șef Rabin al Cultului Mozaic din România, funcție în virtutea căreia a fost numit senator de drept în Senatul României, calitate pe care a deținut-o pentru scurt timp. Expulzat de regimul comunist în 1947, în 1948 a fost numit mare rabin al Comunității Evreiești la Geneva. A fost ales membru de onoare al Academiei Române în 1977. Cu acel prilej a ținut discursul *Percepțiunea Dumnezeirii în Cabală, în filozofie și știință*, o expunere privind modalitățile în care a fost înțeles Dumnezeu și o analiză a crizei omului contemporan. Operele sale sunt : *Cabala*, 1989 ; *Israelul în timp și spațiu* ; *Un tăciune smuls flăcărilor* ; *Comunitatea Evreiască din România, 1939-1947*, 1996 ; *Înțelepciunea Cabalei*, 1997 ; *Memorii*.
- SEBASTIAN COSTIN născut la 12 septembrie 1939, la Galați (m. 1999, Israel) – poet și cronicar dramatic. Absolvent al Facultății de Filologie a Universității București, secția de Literatură și Critică Literară. A fost secretar general al Teatrului din Galați. A emigrat în Israel în 1973 ; redactor și secretar general la *Viața noastră*, *Revista mea* (redactor-șef), *Tribuna Magazin*, unde a publicat cronici, critică literară. Din antologiile sale : *Sunete ebraice și La marginea cerului*. Versuri : *Pădurea de aer*, 1997. A fost membru al Asociației Scriitorilor Israelieni de limbă română. „Muzicalitatea pare la Sebastian Costin atât de firească și pretutindeni prezentă încât, dacă apleci urechea cu atenție la versurile lui, vei descoperi zeci de distihuri sau strofe cantabile...”(Al. Mirodan).
- La 14 septembrie 1887 s-a născut la București, SIMION STOILLOW – fiul colonelului Stoilow din Craiova și în acest oraș viitorul matematician a urmat cursul primar, la școala Obodeanu, și liceal. La vârsta de 13 ani a rămas orfan de tată. Și-a făcut studiile universitare la Sorbona. Înscriș la Facultatea de Științe, și-a luat licența în matematici în 1910 și doctoratul în matematici în 1916. În 1919 își trece docența în Analiză Matematică la Universitatea din Iași. În 1920, conferențiar de Algebră Superioară la aceeași facultate. 1921, conferențiar de Analiză Matematică la Universitatea din București. 1923, profesor titular de Teoria Funcțiilor și Algebră Superioară la Universitatea din Cernăuți. 1936, membru corespondent al Academiei Române. 1945, membru titular, secția științifică. S-a stins din viață la București, la 4 aprilie 1961.
- La 17 septembrie 1881 se naște la Bacău – GEORGE BACOVIA (pseudonimul lui George Vasiliu) poet simbolist român. Fiul comerciantului Dimitrie Vasiliu și al Zoei Vasiliu. Deși a aparținut inițial Simbolismului, poezia sa și-a dovedit modernitatea și a rezistat probei timpului, impunându-l pe poet drept unul din cei mai mari poeți interbelici, la egalitate cu Tudor Arghezi, Lucian Blaga sau Ion Barbu. Operele sale sunt : *Plumb*, 1916 ; *Scânteii galbene*, 1926 ; *Bucăți de noapte*, 1926 ; *Poezii*, 1929 ; *Cu voi ..*, 1930 ; *Poezii*, 1934 ; *Comedii în fond*, 1936 ; *Opere*, 1944 ; *Stanțe burgheze*, 1946. Moare pe 22 mai 1957, la București.



Tomata sau pătlăgeaua roșie sau simplu, roșia

Prin mail de la d-nul Wenistein Milo am primit articolul acesta :

Denumirea științifică : solanum lycopersicum sau lycopersicum esculentum. Aparține familiei solanacee, clasa legumelor solano-fructoase, alături de cartof, vinete, ardei, batate, topinambur, fiind liderul cap de serie al acestei familii. A fost inițial admirată ca și plantă ornamentală.

Ea este originară din Peru și a fost adusă de pe continentul american imediat după descoperirea acestuia, în special în Europa, unde a început să fie cultivată pe suprafețe întinse încă din sec. XVI. În prezent este cel mai popular fruct din lume (deși practic este o legumă), producția mondială fiind estimată la mai mult de 60.000.000 de tone / an. Datorită înapoierii culturale, cât și a conservatorismului prost înțeles și aplicat, în România a fost impusă extrem de tardiv (1907), când după acțiuni repetate și eșuate de a convinge populația despre virtuțile sale gustative, oamenii de cultură și știință ai vremii au ajuns să consume public în centrul Capitalei noastre roșii, special pentru a promova această legumă.

Poporul italian și cel german au denumit tomatele în limbile lor „pomo d'oro” (mână de aur), iar germanii „paradiesapfel” (măr al paradisului) ca o recunoaștere a valorii sanogenetice ieșite din comun, cât și pentru calitățile cromatice sau gustative ale lor.

Prin ce excelează această legumă ? În primul rând prin uimitorul colorant roșu adică licopenul (licopena, licopina ..).

Date interesante despre „*Licopen*” care arată importanța sa deosebită pentru sănătate ar fi următoarele

:

- a) Este cel mai important reprezentant al familiei carotenoizilor ;
- b) Este singurul anti-oxidant a cărui cantitate sporește de circa 4-6 ori prin fierbere, observație științifică neexplicată încă, dar reală !! (bulion / pastă de roșii de ex.) ;
- c) Licopen întâlnim în aproape orice aliment de culoare roșie dar mai ales în legumele de această culoare : tomate, căpșuni, grape-fruit roșu, ardei iute și capia, gogoșari, guava, papaya, ulei de cătină, dar și-n struguri ;
- d) Cea mai mare cantitate de licopen se găsește în tomate (300-400 mg/kg) ;
- e) Uleiul de măsline amplifică substanțial absorbția licopenului, colorantul prezintă biodisponibilitate și efect antioxidant scăzut în medii apoase, în timp ce mediile lipidice îl fac puternic reactiv și biodisponibil. De aceea recomandarea de a consuma (măcar) o linguriță de ulei de măsline imediat, înaintea sau după ce am consumat vreun aliment sursă de licopen ;
- f) Chiar la concentrații relativ scăzute de licopen, acesta are efecte antioxidante în protecția celulelor, a membranelor celulare și ADN. Capacitatea anti-oxidantă este de cel puțin 10 ori mai puternică comparativ cu vitamina E și de 20-30 de ori mai slabă decât a faimosului și uimitorului colorant negru, RESVERATROL (existent în tot ce-i negru : struguri, dude, mure, coacăze, varză și ceapă „roșie” etc.) ;
- g) Este o substanță cu efecte anti-tumorale marcate în general, și specific în cancerul de prostată, sân, vezică urinară, pancreas, cervical, ovarian, uterin, intestinal, plămâni, piele etc. ;
- h) Unii cercetători merg până acolo încât afirmă că forța licopenului ar fi așa de mare încât ajunge o singură roșie de dimensiuni medii consumată zilnic, pentru a ne da o protecție sigură și totală anti-tumorală pentru tot restul vieții, firește DACĂ nu am fuma, nu am consuma alcool, cafea și nu am folosi moduri nesănătoase de preparare termică a alimentelor (prăjit, fript, afumat) ;

Aveți grijă ce mâncați până data viitoare !! (Continuarea numărul viitor)



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 SEPTEMBRIE 2009

Luna septembrie a debutat cu vizita prietenilor noștri din Olanda, oameni de o deosebită calitate și adevărați promotori a inter-relaționării și comunicării între culturi. Șederea lor la Comunitatea noastră din Focșani a prilejuit atât întâlnirea lor cu membrii comunității dar și promovarea turului „Yom Teru’Ah” – a însemnat pentru noi și aceștia un periplu prin țară la o serie de alte comunități evreiești și contactul acestora cu noi oameni. Luna septembrie a prilejuit pentru Comunitatea Evreilor din Focșani :

- Continuarea în implicarea și gestionarea renovărilor care se efectuează la Sinagoga de la Rîmnicu-Sărat unde sub atenta și directă supraveghere a domnului Rond Mircea sunt prestate lucrările de reamenajare și înfrumusețare a sinagogi, dar și execuția excepțională și organizarea unui muzeu.
- Cenaclul literar de luni care își are în continuare porțile deschise pentru noi aspiranți și nu numai, găzduit cu aceiași căldură de Sinagoga din Focșani.
- Vizionarea de filme rămâne totodată o bună documentare și informare.
- Concurs, colocviu cu tematică ocazionată de sărbătorile „Rosh Hashana și Yom Kipur” – unde elevi de liceu s-au întrecut în ale cunoștințelor atât istorice dar și iudaice (eveniment găzduit de către comunitate și organizat în colaborare cu profesori și elevi).

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!!



Concurs Pe Teme Iudaice - Nr.3 Luna Septembrie

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 / VĂ URĂM MULT SUCCES !!**

SETUL DE ZECE ÎNTREBĂRI AFERENTE LUNII SEPTEMBRIE–EDIȚIA NR.3

- 1. Pe parcursul rugăciunilor de vineri seara, persoanele aflate în doliu pot intra în sinagogă ?**
- 2. Care sunt cele 10 plăgi ale Egiptului ?**
- 3. Cum se numește locul unde Moshe a lovit stânca pentru a curge apă ?**



CONCURS :

- 4. Cum se numește locul unde a murit Aaron ?**
- 5. Ce semnificație are ziua de Rosh Hashana ?**
- 6. De ce în sinagogă femeile stau separate de bărbați ?**
- 7. Israel avea menționate 12 triburi, care sunt acestea ?**
- 8. În câte categorii se impart produsele alimentare ?**
- 9. Când nu se fac vizite la cimitir în perioada anului iudaic ?**
- 10. Care este cea de-a doua perioadă a doliului ?**

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 !**

Ps : Dragi cititori noi mai așteptăm răspunsurile voastre pe tot parcursul desfășurării concursului, chiar dacă se mai petrec decalaje noi vom centraliza, contabiliza răspunsurile voastre ! Voi trimiteți cât mai multe și corecte și la final **CÂȘTIGĂTORII VOR TRIUMFA !**



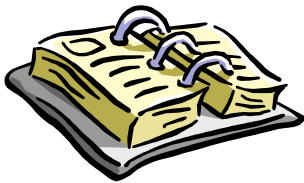
MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCȘANI

“TURUL YOM TERU’AH – ALĂTURI DE PRIETENII NOȘTRI DIN OLANDA”



„VIZITE PRIN COMUNITĂȚILE DE EVREI DIN ȚARĂ”





POȘTA REDACȚIEI



Din parte doamnei LIHI LAPID, jurnalistă de profesie reproducem articolul « Povestea eliberării personale » :

Eu renunț la munca de Sisif, lipsită de sens și plină de nervi, de a menține o casă mereu sclipitoare și curată, în orice moment, pentru a fi pregătită de musafiri. Căci tot nu reușesc. De acum voi aranja casa doar cu puțin timp înainte de a sosi musafirii. Nici-un moment înainte. Și asta, pentru că prețul acestei munci îmi este prea mare și greu. Nu veniți fără să telefonați înainte, căci nu voi deschide. Am hotărât că nu voi mai continua goana de a fi mereu aranjată după ultimul strigăt al modei. Strâmt, larg, înalt, jos, până la genunchi, sau până la glezne. M-am săturat ! În special după ce m-am străduit de câteva ori, și până la urmă tot am arătat ca o paparudă. Gata ... Eu mă eliberez.

Îmbrac de acum doar ceea ce vreau eu. După mine, creatorii de modă să facă ce-or vrea. Renunț la toți pantofii care nu sunt comozi. Mă întorc la înălțimea normală a tocurilor, la posibilitatea de a alerga atunci când întârzi, să dansez când sunt fericită și să mă mișc în voie, când ies cu treburi în oraș, fără să visez la întoarcerea mea acasă, când îi pot scoate din picioare.

Renunț la visul burții lipite, ca o scândură și la coapse slabe ca niște cârje. Așa ceva nu se va mai întâmpla. Voi devia spre a mânca mai mult dulce din când în când, voi mânca hamburger la ore târzii, și din când în când, mă voi răsfața cu cartofi prăjiți. Apoi, voi merge la sala de sport, este pedeapsa pe care sunt pregătită să mi-o ofer, dar nu voi mai renunța la mine, până în străfundul sufletului. Căci nici-o campanie nu mă așteaptă, și nici-un ROBERTO nu-mi va face curte, decât pentru că mi se cuvine. Am crescut. M-am maturizat. Renunț să le mai fac pe plac tuturor, pentru ca să gândească că sunt perfectă. Căci eu nu sunt. Sunt normală, simpatică și mereu pregătită să ajut, dar până la un anumit punct. Atunci când depășesc acest nivel, mă străduiesc prea mult și dau prea mult, la sfârșit mă enervez.

Mă enervez pentru că constat că totul este primit ca pe ceva de la sine înțeles. Și atunci devin de-a dreptul insuportabilă. Păcat. De acum, eu dau doar atât cât vreau să dau. Renunț la faptul de a fi mereu prezentă la nevoile oricui și la poveștile sufletești ale oricui. Mai ales pentru că voi niciodată nu mă întrebați dacă pot. De acum, eu cern cui răspund și cui nu. Lăsați mesaj. Vă promit să revin. Nu o luați ca ceva personal, căci, simplu, nu pot vorbi acum. Și sunt de acord cu acest lucru, atunci când și voi veți proceda la fel.

Renunț să mai fiu geloasă. Nici asta nu reușesc să o fac. Mereu vor fi altele mai aventuroase, mai răbdătoare, mai băgăcioase, mai înțeleghătoare, care știu să pună granițe, care știu să fie mai mămoase și care să obțină mai multe succese. Însă, niciuna, copii mei dragi, nu vă va iubi mai mult precum o fac eu. Și, atunci când trebuie, eu pot să vă aduc luna de pe cer, în plină zi, pentru voi. Însă nu pot face acest lucru în fiecare minut sau secundă. Scuze. Renunț la obligații. Căci obligațiile mă determină să vreau să fiu mereu plină de succes, să fiu mereu perfectă, gospodină desăvârșită și mereu aranjată, exactă și zâmbitoare tot timpul. Până acum nu am reușit să fiu așa.

De fapt, degeaba mă străduiesc și până la urmă sunt mereu nervoasă și ranchiunoasă, în special pe mine însămi. Am convingerea că dacă voi face mai puține eforturi, voi reuși să fac mai mult și cu toții vor avea de câștigat. Și, în special, EU.

Rezultatele eliberării mele : DEJA MĂ SIMT MAI BINE Iată câteva lucruri pe care avem dreptul să le spunem : **1. Nu sunt disponibilă ; 2. Nu pot face ; 3. Nu am dispoziție ; 4. Nu-mi vine să fac asta ; 5. Nu.** Sfatul meu este să copiați această pagină, puneți-o pe ușa frigiderului, și citiți-o zilnic !! SUCCES ! Căci atunci când sufletul zâmbește, și cerul este plin de lumină. O ZI MINUNATĂ TUTUROR !



COSTUM DOAR PENTRU FACHIR !

