

Violențele din Ucraina continuă

CEL PUȚIN
100 DE MORȚI
LA KIEV
ACTUALITATE/2

Sărbătoarea iubirii nu s-a terminat

DE DRAGOBETE,
PETRECEM
ROMÂNEȘTE
TIMP LIBER/7



GALAȚI @ ROMÂNIA

ÎN TOTDEAUNA, PRIMII! ©

COTIDIAN INDEPENDENT

www.viata-libera.ro

56.000 de cititori zilnic
Publicație ce beneficiază de rezultate de audiență conform Studiului Național de Audiență măsurate în perioada august 2011 - august 2012

VALUTA
Euro 4.4652 lei
Dolar 3.5939 lei
METEO
4° 11°
Vreme frumoasă

Dramă cu conotații penale la Galați

A RĂMAS FĂRĂ UN PICIOR DIN CAUZA NEGLIJENȚEI MEDICILOR



foto Liviu Ghinea
liviu.ghinea@viata-libera.ro

Acuzații extrem de grave aduse medicilor din Spitalul de Urgență de către o femeie de 55 de ani care a rămas fără piciorul drept în urma unei aparent banale căzături pe gheață Rămasă infirmă, gălățeanca vrea să își caute dreptatea în justiție și la Colegiul Medicilor
EVENIMENT/3



CULTURĂ/2
Amintirea unei mari iubiri muzicale
Folkul de aur și un concert extraordinar

GASTRONOMIE/3
Bucătăria vietnameză
Rafinament francez și exotism asiatic

DIASPORA/10
Site-ul romaningermania.ro, în sprijinul îngrijitoarelor românce
Muncă până la epuizare, salarii de mizerie și riscuri uriașe

ITINERARI/II
Insula iubirii
În căutarea frumuseții, pe tărâm cipriot

Declarația Adrianei Țicău la Galați

Traversarea Dunării ar putea primi finanțare europeană



foto Bogdan Codrescu
foto@viata-libera.ro

EVENIMENT/3

Ciudate vremuri mai trăim. Sărăcie și furie. Idealuri? Subiri... Puțini mai speră într-un viitor pozitiv. Și mai puțini au ca reper etica. Dezbatere de idei? Vorbe! Totul se rezumă la ciondăneli publice cu accente de mahala. Specialiștii (orice fel de specialiști) sunt demolați ciobănește, după principiul „e democrație, dom'le, ce până mea?”. Aproape că nu există faptă, instituție sau principiu care să nu ajungă în malaxorul discreditării.

Aș lua ca exemplu Justiția, o instituție aproape demonizată de opinia publică a ultimilor ani. E adevărat, balanța dreptății e o povară complicată. Cu rare excepții, cel puțin una dintre părți iese nemulțumită în urma unui proces. Cineva pierde, iar acceptarea înfrângerii nu este deloc ușoară. Căci altfel nu s-ar fi mai ajuns la instanță. Inșă de aici și până la a lipida Justiția - de cele mai multe ori doar de dragul lapidării - e un drum pe care n-ar trebui să-l parcurgem chiar așa de ușor.

Din păcate, efectul pe termen lung al acestei situații este catastrofal: magistrații sunt discreditați, iar sistemul devine contestabil. A nu mai crede în Justiție, adică în puterea legii, este primul pas spre

anarhie. Iar cel dintâi semn al anarhiei este radicalizarea furibundă a societății, adică exact fenomenul pe care-l trăiește acum România. Implicit Galațiul.

La fel se întâmplă și cu Biserica, o instituție ce a ajuns să fie percepută ca un fel de tap ispășitor pentru toate relele societății. Sunt realmente halucinate acuzațiile cum că Biserica nu își face treaba în privin-

contestabilă) este un om sărac cu duhul. Plătim, ca funcționare socială, pentru cele șase decenii de educație comunistă, în care ateismul a fost cultivat până la obsesie în școala românească. Iar când șazezici de ani și se repetă că Stalin e bun, iar preoții sunt răi, cam începi să crezi că albul e negru și negrul e alb.

La fel se întâmplă și în alte zone ale societății românești. Și Școala a fost discreditată de sfiorarii politici, care au dat educația pe mâna unor cozi de topor. Iar cozile de topor s-au rotit între ele, în timp ce dascălii de bună credință au fost lăsați pe margine. Așa s-au mișcat lucrurile și în Sănătate, acolo unde banii au fost sifonați fără rușine către firmele clientelare, în vreme ce medicii au rămas în spitale-ruină, fără medicamente și cu aparatură de vremea lui Dej. Pacienții? Îi pasă cuiva?

Ar trebui să închei acest articol sugerând soluții. Vă mărturisesc că nu am. În același timp, mă gândesc că am mers de fiecare dată la vot cu încrederea că se vor alege în fruntea țării, județului și orașului oamenii cei mai în măsură să găsească secretul bunăstării nației. Vi se pare că au apărut vreodată acești salvatori?

Oare unde se ascund salvatorii Galațiului?

ta sprijinirii săracilor, culturii, sănătății, educației etc. Păi, guvernele și ministerele cu ce se mai ocupă dacă Biserica rezolvă toate acestea? Admit că tangențial se poate implica și în treburile lumesti, însă rațiunea existenței Bisericii este mântuirea sufletelor noastre, ale ființelor nesigure și fragile ce populăm vremelnice planeta. Cine privește altfel decât așa Biserica (oricare biserică - nu cred că o credință sau alta este



Costel Crăngan
costel@viata-libera.ro



foto Ionut Jutu
foto@viata-libera.ro

Un gest cât o mie de vorbe
Maestrul Radu Beligan a sărutat Cheia Galațiului

EVENIMENT/3

Bani, risc și influență politică
Scandalul Astra zguduie piața asigurărilor

ECONOMIE/4



foto Bogdan Codrescu
foto@viata-libera.ro

ASTĂZI în **Viața liberă**
PESTE **550** ANUNȚURI DE MICĂ PUBLICITATE
pag. 8-11

INTERIOR

EVENIMENT/3

A câștigat la CEDO
Un gălățean trebuie să primească 4.500 de euro de la statul român

Accident grav între Piscu și Vameș
Doi răniți într-o depășire riscantă

EVENIMENT/5
Raportul Comitetului Județean pentru Situații de Urgență
La inundații, pompierii gălățeni au salvat mii de vieți

SPORT/6
Lucian Cițofoaia, administrator special FC Oțelul:
"Evenimentele de la Astra Asigurări nu afectează clubul"

TIMP LIBER/7
La Teatrul Dramatic,
Weekend Caragiale



ȘTIRI DE WEEKEND



Vedem...



Academia vampirilor

Academia Sf. Vladimir nu este o școală ca oricare alta, ci un loc secret, ascuns în străfundurile pădurilor din Montana, în care morii (vampiri vii și muritori) sunt educați în tainele magiei, iar tinerii dhampiri (jumătate oameni, jumătate vampiri) sunt antrenați să-i aperse de atacurile sângeroase ale strigoilor (morți vii), cei mai înspăimântători și mai periculoși vampiri.

Rose Hathaway, o fată dhampir, se pregătește să devină gardă de corp pentru prietena ei cea mai bună, prințesa moroi Lissa Dragomir. Având o legătură psihică ieșită din comun, cum nu s-a mai întâlnit de secole, cele două eroine încearcă să facă față amenințărilor...

Citim...



Trecutul

Alan Pauls nu spune o poveste de dragoste. Spune ce se întâmplă atunci când o poveste de dragoste ia sfârșit. Un roman despre ruinele iubirii, „Trecutul” arată că adevăratele povești de dragoste nu mor, ci doar își schimbă forma: devin povești cu stafii.

După treisprezece ani petrecuți împreună, Rimini se desparte de Sofia. Pentru el, viața la treizeci de ani pare acum nouă și strălucitoare. Se aruncă în noi relații amoroase, muncește și cosumă droguri - totul în exces. Dar Sofia apare iar și iar în calea sa pentru a-l recuceri, pentru a-l tortura, pentru a-i salva viața. În timp ce Rimini se scufundă într-un abis al coșmarului și al comediei, povestea ia o întorsătură neașteptată când le întâlnește pe Femeile Care Iubesc Prea Mult, un grup terorist emoțional, condus de Sofia.

CARMEN TĂNASE

„Actoria este la categoria munci grele!”



înțelegi exact de ce!

Rep: Am auzit spunându-se că un actor bun reprezintă 15-20 la sută talent, iar restul foarte multă muncă. Este sau nu adevărat acest lucru?

C.T.: Nu este adevărat din punctul meu de vedere. După cum am mai spus, am înțeles în ani că actoria fără talent de la Dumnezeu nu există! Prefer să nu mă avânt în a arunca cu procentaje, în primul rând pentru că nu știu, iar apoi pentru că este vorba despre un întreg cumul de lucruri fără de care nu se poate.

Rep: Odată cu aniversarea de 16 ani a postului ACASĂ Tv, vedetele au primit provocarea de a-și aminti ce vise aveau la 16 ani. Dumneavoastră ce vă doreați atunci să deveniți?

C.T.: Când aveam 16 ani îmi doream să devin medic veterinar sau inginer zootehnist. Schimbarea către actorie s-a întâmplat undeva pe la 17 ani și are o poveste tare lungă în spate. Am iubit întotdeauna teatrul. Îmi aduc aminte că, eu fiind din Ploiești, mergeam de fiecare dată la teatru atunci când venea vreo piesă la noi în oraș. I-am privit întotdeauna cu admirație pe marii actori. S-a întâmplat să ajung și eu să practic această meserie pe care o iubesc, însă nici dragostea mea față de animale nu a dispărut în timp.

Sursa: agentiadepresamondena.ro

Carte de vizită



Carmen Tănase s-a născut pe 18 ianuarie 1961, la Ploiești, sub zodia Capricorn (cu ascendent în Leu). Carmen a urmat cursurile Liceului Pedagogic din Ploiești și, între anii 1980-1984, pe cele ale Institutului de Artă Teatrală și Cinematografică din București, secția Actorie, la clasa Olgăi Tudorache. Între 1984 și 1990, Carmen Tănase a fost actriță la Teatrul Național „Vasile Alecsandri” din Iași, iar din 1990 este actriță la Teatrul Odeon din București.

A fost căsătorită cu criticul de teatru Victor Parhon, care s-a stins din viață în anul 2000, după o boală grea. Din acest mariaj a rezultat un fiu, Tudor (n. 1989), care vrea să facă regie de film.

CARMEN TĂNASE



„Actoria este la categoria munci grele!”

Într-un interviu acordat cu ocazia evenimentului de deschidere a „TV & Film Academy by Ruxandra Ion”, școala în cadrul căreia și predă de altfel, îndrăgita actriță Carmen Tănase vorbește despre această nouă provocare, de a iniția adolescenți în tainele actoriei, dar și despre ceea ce visa să devină pe când avea doar 16 ani. Carmen Tănase a dezvăluit în cadrul interviului și câteva dintre secretele meseriei de actor, descoperite de ea în ani de activitate.

Mai multe amănunte în pag. 20

Amintirea unei mari iubiri muzicale

Folkul de aur și un concert extraordinar

Genacul „Dunărea” – in memoriam Marian Corjos!

CRONICĂ DE CENACLU

Text CCC - cinic, cinstit și crud

(...) - Sigur că da, Cupidonia în sus, Cupidonia în jos, ei bine, și nume frumos, dar ce fac oare căprițele alea de la veghe, că nu fac nimic, ar trebui să înceapă cu munca de jos, dar cine sunt eu să fiu băgată în seamă. Bidoane pline, pline cu urină de vărsat. Pffff! Cine mai duce gunoii tău de aici, cine, tot Cupidonia? Gata, că te mut la doșpe! Cearșafurile de-acolo sunt schimbate de ieri dimineață, înainte să dea ala ortu' popii, le întind și sunt ca noi și miros a zambile. Aici, suntem ca-ntr-o familie, ne schimbăm până și chiloții între noi, chiar dacă ne mai hărjonom.

(Simona Toma – Cupidonia, nume frumos)

Cenaclul a debutat cu prezentarea cărții – album „Aeronautica militară română – 100 de ani” apărută sub auspiciile Asociației Române pentru Propagandă și Istoria Aeronauticii – Filiala Galați, prin grija președintelui filialei – Ilich Feodor și vicepreședintelui – Ion Răileanu, un album arătos care aduce în actualitate istoria și tradițiile Aviației Române, după care **Simona Toma** a citit un text de proză scurtă care o recomandă ca pe o scriitoare cu sânge de poet și mușchi de prozator, cum îi stă bine unei fiice cu mamă din Cudalbi și tată din Pechea.

„În ciuda faptului că textul este cinic, cinstit și crud, are și un lirism și o tandrețe remarcabile. Personajul este foarte diversificat și bine construit – din care se degajă un umor grobian”. (Victor Cilincă)

„Un text reușit, cursiv, expresiv, scoate bine în relief personajul; un text de sine stătător care poate sta într-o carte de proză scurtă.” (Cristina Dobreanu)

„Are acuitatea observației, are o forță teribilă în mânărea dialogului, schițând o întreagă tipologie umană; are instinct, o ureche muzicală la inflexiunile cuvintelor și o cadență în crescendo.” (Stela Iorga)

„Text cursiv; personajul feminin pare strident și frustat; textul pare o felie dintr-un tort; un text natural, un decupaj din realitate.” (Carmen Neacșu)

„Textul prinde un întreg episod filmic într-un spațiu foarte scurt.” (Ilich Teodor)

„Multă naturalețe; talentul regizoral: deși faptele sunt mărunte și banale, cadrul este impresionant, spectaculos; leit-motivele de introspecție aerisesc textul.” (Tudor Neacșu)

Ion Avram

Astăzi, la ora 18,00, la sediul cotidianului *Viața Liberă*, citește Stela Iorga.

www.numepersoane.ro scrie: „Numele Corjos Marian a fost căutat pe internet de 112 de ori în ultima săptămână și de 480 ori în ultima lună.” Găsesc și opțiunea „Mesaje pentru Corjos Marian”. Aflu și că „Nu există niciun mesaj pentru Corjos Marian. Fii primul care lasă un mesaj!” Dar nu, nu se mai poate! În vară se fac șapte ani de când artistul Marian Corjos s-a dus să cânte undeva în Cer și nici folkul românesc, leac pentru inimă, nu se simte bine. Un nectar zeiesc de muzică, în care s-a topit Poezia. Și poate că pasărea Phoenix va zbura din nou, la fel de sus! Prietenii din folk ai lui Marian Corjos au pornit, iată, să-l omagieze, într-un spectacol dedicat lui, în care vor fi prezenți colegii săi de scenă „din” odinioară. Vor cânta sâmbătă, 22 februarie, de la 19,30, în restaurantul „Terasa Tineretului”, cunoscuți nu numai gălățenilor: Mihai Ochiu, Cristian Diamant, Ștefan Băiatu, Virgil Filip, Costel Iordache, Săndel Bălan – tatăl solistei Andreea Bălan, Săndel Spînu, Grupul folk „Ad-hoc”. Invitați vor fi Grupul folk „Strada Mare” cu un recital și actorii Vlad Vasiliu și Lică Dănilă. „Strada Mare” este compusă din Mihai Ochiu, Bogdan Stancov, Velu Talpeș și Nica Zaharia, fostă membră a Cenaclului „Flacăra”.

Evenimentul va fi prezentat de

către ziaristul Iulian Voicu, care va și cânta puțin la vioară, el fiind, la un moment dat, unul dintre membrii grupului folk „Glia”, condus de Costel Iordache, în care cânta și Săndel Bălan. Deci, Concert extraordinar Cenaclul „Dunărea” – in memoriam Marian Corjos! Inițiativa a plecat de la chitaristul și vocalistul Mihai Ochiu.

Gălățeni - de la Cenaclul "Flacăra" la "Roșu și negru"!

Privesc cu emoție fotografiile alb-negru și afișele publicate de Cristian Diamant pe pagina sa de facebook despre Cenaclul de muzică și poezie „Dunărea” al Consiliului Județean al Sindicatelor, într-un spectacol realizat de poetul de Antoniu.

Iulian Voicu îmi ajută amintirile: proiectul s-a născut în 1982, la Clubul Tineretului, sub îndrumarea directorului Florin Doru Cilincă, unde o parte din membrii fondatori activau în grupurile folk „Cantemir”, „Glia”, „2MD”. Proiectul s-a concretizat la Casa de Cultură a Sindicatelor, avându-i ca membri fondatori pe Marian Corjos, poetul Corneliu Antoniu, Mihai Ochiu, Cristian Diamant, Costel Iordache, Costel Bălan.

Cenaclul a desfășurat spectacole și turnee în țară – Tulcea, Buzău,



Ploiești, Iași, Timișoara, alături de formațiile „Cristal” din Galați sau „Roșu și negru”. De aici au fost mulți promovați și în Cenaclul „Flacăra” al lui Păunescu: Marian Corjos, cu un extraordinar recital de muzică și umor „Ivan Turbincă în jurul lumii”, Nica Zaharia, care a rămas lipită inimii cu a sa „Galbenă gutuie”, Grupul „Acropolis”. Au fost alături de cenaclu și Vasile Ioan (Duduș), folkistul, australian acum, care visa să compună o

operă folk, Grupul „Dunărea '83” (Corina Dogaru și Carmen Istrate), Grupul „Adelaida” (Nica Zaharia și Cornelia Gheorghită), Grupul „Ad-hoc” (Simona Grigore și Marieta Țelinoiu), Săndel Spînu, Puiu Adrian Stanciu, Grupul „Atlas”, „Quick”, „Tranzit”, „U.F.O.”, „Ceos”, Anton Mihail și actorii Teatrului Dramatic Eugen Popescu Cosmin, descoperitor de talente și regizor independent, Vlad Vasiliu și Lică Dănilă.

Victor Cilincă



Un gălățean, cu talentul la Odeon

Florian Crihană semnează afișul spectacolului "Titanic Vals"

este proaspăt, a avut premiera pe 22 decembrie 2013 și are în distribuție nume sonore ale scenei românești: Ionel Mihăilescu, Antoaneta Zaharia, Dorina Lazăr, Nicoleta Lefter, Sabrina Iașchevici, Marius Damian, Ruxandra Maniu, Ioan Batinaș, Alexandru Papadopol, Pavel Bartoș, Rodica Mandache, Anda Saltelechi, Dan Iosif.

„Este o onoare pentru mine faptul că unul dintre desenele mele din seria «Titanic» a fost ales pentru a deveni afișul acestui spectacol, mai ales că nu a fost vorba

despre vreo comandă, ci este, pur și simplu, un ecou al creației mele în București, unde nu am expus până acum”, declară artistul plastic gălățean, adăugând: „Teatrul Odeon m-a contactat în luna decembrie, pentru a obține acordul meu în preluarea lucrării pentru afișul piesei. Regizorul spectacolului și directoarea teatrului se pusese deja de acord. Pictura a fost prezentată pentru prima dată în cadrul expoziției «Curtea veche», de la Galeria «Nicolae Mantu», realizată împreună cu Nicolae Einhorn, în 2011. Când mi-au so-

lit la atelier cinci afișe în mărime naturală, le-am ascuns repede, ca să nu mă emoționeze prea tare, deoarece am un plan expozițional greu, care nu trebuie întrerupt”, mai spune Florian Doru Crihană, gălățeanul care a câștigat primul premiu internațional în 1989, la Ankara, iar de atunci a însumat nu mai puțin de 120 de distincții în țară și peste hotare pentru lucrările sale de grafică satirică. Bravo, Florian! Să vadă și bucureștenii ce valori avem noi, la Dunăre.

Angela Ribinciuc

Bucătăria vietnameză

Rafinament francez și exotism asiatic

Bucătăria vietnameză îmbină trăsături ale bucătăriei chinezești cu puternice inspirații thailandeze, indiene, budiste și subtile influențe ale bucătăriei colonizatorilor francezi. Rețetele bucătăriei vietnameze sunt nu numai delicioase ca gust, ci și deosebit de estetice ca aspect vizual.

Ingrediente de bază

Orezul și macaroanele de orez cu o mare cantitate de legume - iată baza bucătăriei vietnameze. Peștele, fructele de mare, aproape toate rasele de animale comestibile și chiar și anumite insecte asigură diversitatea și bogăția ofertei de mâncăruri a bucătăriei vietnameze.

Condimentele folosite sunt universale, dar sunt totuși mai puțin iuți decât în bucătăriile altor țări din zonă. Domină combinații subtile de mirodenii ale diverselor culturi, precum scorțișoara și anasonul.

Modul de preparare a orezului

Orezul este regele meniului vietnamez. Diversele soiuri de orez necesită metode de preparare diferite. Soiurile de orez lipicioase trebuie înmuiate înainte de fierbere, pentru a înlătura pulberea. Această pulbere din orez îl face lipicios. Unele din soiurile de acest gen trebuie chiar lăsate la înmuiat peste noapte. Înainte de fierbere, peste orez se toarnă apă și se acoperă. Se fierbe mai întâi la foc puternic, diminuându-se flacăra în mod treptat, astfel încât orezul să aibă o umiditate și o granulație optime. Nu trebuie să ne speriem



dacă orezul se arde un pic, unii chiar consideră că orezul ușor ars este cel mai gustos.

Legumele

Clima din Vietnam este deosebit de propice cultivării legumelor, mai ales în regiunile cu caracteristică de teren deluros. Câmpurile de orez, atât de specifice zonelor de șes, lasă aici loc plantațiilor de legume, de exemplu salată, ceapă și roșii. De o mare popularitate se bucură și sparanghelul, care a fost adus în decursul secolelor de venetici de pe alte țărâmurii. Multe din plantații constituie o moștenire a perioadei de coloni-

zare a Vietnamului de către Franța. Imensa diversitate a alimentelor pe bază de legume este legată și de o cultură tradițională aflată în strânsă legătură cu budismul, care determină nu numai modul de viață al vietnamezilor ci și alimentația lor. Utilizarea cu precădere a legumelor proaspete este unul din aspectele care deosebesc bucătăria vietnameză și chineză. Legumele crude și plantele medicinale se servesc nu numai pentru gustul lor, ci și pentru proprietățile lor terapeutice. Legumele sunt un adaos obligatoriu al fiecărui fel de mâncare. Ele se servesc ca garnitură, ca fel de mâncare de sine stătător și ca salate.

Legume în oțet în stil vietnamez

Vietnamezii adoră, de asemenea, legumele conservate. Una dintre modalitățile cele mai populare de conservare este marinarea legumelor. Marinata se pregătește din oțet de orez, cu un pic de sare și zahăr. Altă metodă de conservare a legumelor îndrăgită de vietnamezi este murarea lor. Se murează diverse legume, cum ar fi varza, morcovii, conopida, ceapa și chiar și pepenii roșii sau galbeni.

Peștele și fructele de mare

Accesul la mare a influențat puternic meniul bucătăriei viet-

nameze. În regiunile costiere, alături de orez, cel mai important ingredient al regimului alimentar cotidian este peștele. Pescuitul este principala sursă de venit a locuitorilor, deci nu este de mirare că există o puzderie de piețe de pește, mai mici sau mai mari. Vietnamezii vând, de obicei, pește viu și fructe de mare vii, din cauza climei tropicale și a lipsei de frigidere. Această procedură nu este specifică doar piețelor. În restaurante, clienții pot să-și aleagă meniul direct din acvariu, bucătarii preparând mâncarea aleasă. O asemenea prospețime a ingredientelor, împreună cu prețurile accesibile sunt atrăgătoare pentru turiști, deoarece felurile de mâncare care în Europa constituie un lux costisitor în Vietnam sunt la îndemâna tuturor.

Dulciuri sănătoase și naturale

Deserturile care se bucură de cea mai mare popularitate în Vietnam sunt fructele. Acestea se găsesc din abundență. În afară de cele arhicunoscute, avem acces și la fructe care par a descinde dintr-un basm. Lichi, pitay, ananas, pomelo, mango, avocado, rambutan - iată doar o parte din sortimentul larg de fructe care poate fi cumpărat de la comerțanții locali. Vietnamezilor le place să adauge la fructe sare și chili.

DE ÎNCERCAT

Rețetă tradițională vietnameză

Supă de vită cu tăiței



Ingrediente:

500 g carne slabă de vită sau de vițel, 3 cm bucată de rădăcină proaspătă de ghimbir, 2 cepe, curățate și tăiate în jumătate, 2 rulouri de scorțișoară, 4 stelute de anason, 4 cuișoare întregi, 1 linguriță de boabe de piper negru, 3 linguri de sos de pește, 300 g tăiței de orez, lași de 3-4 mm, 150-200 g muguri de fasole soia, 4 cepe verzi, tăiate rondele subțiri, 2 linguri de frunze de coriandru, 3 cubulețe de concentrat de supă de vită, 1/2 castravete tăiat rondele subțiri, sferturi de limeta, pentru servit, piper negru, proaspăt măcinat.

Mod de preparare:

Se feliază carnea de vițel și se taie apoi fâșiute subțiri. Se pune la fiert apa cu puțină sare, într-o oală mare. Când apa dă în clocot, se adaugă fâșiutele de carne și se opăresc 2-3 minute, amestecând. Se scurge lichidul, iar carnea se spală sub jet de apă rece, într-o sită. Se spală oala și se pune din nou pe foc cu 1,5 litri de apă rece și cu fâșiutele de carne. Se dă totul în clocot la foc iute. Se micșorează apoi flacăra și se fierbe carnea 10-12 minute. Se adaugă în fiertura de carne două cubulețe de concentrat de supă de vită, ghimbir, ceapă, sos de pește, scorțișoară, boabe de piper negru, stelute de anason și cuișoare. Se acoperă oala și se fierb ingredientele 10-15 minute, la foc mediu. Se filtrează supa, se scot feliutele de carne separat, iar restul ingredientelor solide se aruncă. Se pune lichidul filtrat din nou pe foc, se completează cu apa până la cantitatea de 1,5 litri (dacă este nevoie) și se dă în clocot. Se gătesc tăiții conform indicațiilor de pe ambalaj. Se împart între bolurile individuale în care se servește supa, tăiții, rondelele de castraveți, ceapa verde, mugurii de soia și feliutele de carne. Se acoperă cu supa fierbinte. Se stoarce în supă o feliuță de limeta, se presară cu piper, se ornează cu coriandru și se servește imediat.

Pagină realizată din surse on-line de

Mariana Constandache

mariana@viata-libera.ro



Cuvânt duhovnicesc

"Spovedanie
cu smerenia
vameșului..."



Ne îndreptăm cu pași repezi către Postul Mare, perioadă când mergem la spovedit. Reținem un fragment din volumul „Candelile Credinței”, apărut la Editura Dunării de Jos, sub semnătura Înaltpreasfințitului Părinte Casian, Arhiepiscop al Dunării de Jos.

„A vorbi despre Spovedanie înseamnă a vorbi, de fapt, despre Hristos. Hristos este totul în actul Spovedaniei, ca - de altfel - în toate momentele vieții noastre. Hristos este Cel Care, nevăzut, primește mărturisirea cea cu umilință și cu zdrobire de inimă. Atenție, dragii mei! Cu umilința și cu zdrobire de inimă! Nu e vorba aici de alte dimensiuni ale existenței umane, ci e vorba de starea de pocăință, de întoarcere, specifică și necesară Spovedaniei. Cine nu crede în prezența nevăzută, reală, a Mântuitorului Iisus Hristos în actul Spovedaniei nu se spovedește. Nu se spovedește, ci săvârșește doar un act de ritual. Și aceasta este cu totul altceva. Mărturisirea este definitivă, de altfel, prin două dimensiuni foarte importante: mai întâi în contextul Spovedaniei, pe care l-am amintit deja și pe care l-am numi voința personală și convingerea prezenței reale a lui Hristos. Iar în al doilea rând este condiția Spovedaniei, de care ne spune rugăciunea: «...primind mărturisirea ta cea cu umilință și cu zdrobire de inimă». Adică cu smerenie, cu smerenia Vameșului care stătea la locul lui, în sfântul locaș. Avea poziția de spovedanie: ținută îngrijită, mintea îndreptată spre inimă, ingenunchind, rugându-se: «Dumnezeule, milostiv fii mie, păcătosul!» (Luca 18,13) El acolo s-a spovedit. A făcut o spovedanie totală. Ce vrei mai mult de atât?... Există mai multe modalități de spovedanie, dar pe cea de săvârșită am numi-o Spovedania smereniei. Spovedania din adânc, Spovedania, să spunem, chirurgicală, care face o chirurgie autentică, pe dinăuntru, care scoate tumoarea din interior și care ridică pe cel ce vine către ea și îl face să plece acasă îndreptat, precum vameșul. [...]"

Pagină realizată din surse online de

Maria Stanciu

mara@viata-libera.ro

Educație prin Biserică

6.900 de elevi, educați pe lângă parohii



Educația copiilor și tinerilor este atributul familiei și al școlii, dar la formarea lor contribuie și biserica. La modul ideal, educația oricărui vlăstar este o sumă de fapte bune la care își dau mâna cei trei factori educaționali care, prin vreme, au ținut trează conștiința de creștini ortodocși în spațiul românesc. La fel se întâmplă și astăzi, la două milenii de la primirea Cuvântului Evangheliei prin apostolatul Sfântului Andrei, „cel dintâi chemat la Domnul”.

În Arhiepiscopia Dunării de Jos, peste 6.900 de copii (mai exact - 6.906) au ales drumul către Biserică, pentru a participa la două dintre cele mai importante programe educative susținute de Biserica Ortodoxă a Patriarhiei Române.

Programul „Hristos împărtășit copiilor”

5.268 de școlari, îndeosebi elevi de clasele I-VIII, cu binecuvântarea Arhiepiscopului locului - Înalț Prea Sfințitul Părinte Casian - au petrecut timpul în Biserică, hrănindu-se duhovnicește din cuvântul Sfintei Scripturi, în cadrul programului „Hristos împărtășit copiilor”, coordonat de

departamentul Învățământ al ADJ. Cei peste 5.200 de elevi din școlile gălățene și brăilene au fost educați, în 2013, pe lângă 380 de parohii gălățene și brăilene. Programul este susținut de mulți ani în bisericile noastre, la inițiativa și cu binecuvântarea Prea Fericitului Părinte Daniel, Patriarhul BOR.

„Viitorii apostoli...”

Întâlnirile de la Biserică sunt pentru micii creștini tot atâtea ocazii binecuvântate de Sus, loc unde, cu „concursul” Pantocratorului, cei mici deslușesc de la „apostolii” zilelor noastre abc-ul învățurii de credință ortodoxă, învățură pentru care și-au dat viața muceniei și martirii, Sfinții noștri știuți și neștiuți. Pe lângă aspectele de credință ortodoxă, micii creștini învață arta scrisului, a picturii bizantine, să încondeieze ouă și alte meșteșuguri. Se creează premisele ca ei să se numere între participanții de mâine ai olimpiadelor școlare la religie.

„Alege școala”

Tot în anul 2013, cu binecuvântarea Înalț Prea Sfințitului

Părinte Casian al Dunării de Jos, 1.638 de copii din 182 de parohii din Galați și Brăila au fost în atenția Programului „Alege școala”, fiind salvați de la abandonul școlar. În principal sunt marile programe puse pe picioare prin fonduri europene din cadrul Așezământului Filantropic „Sfântul Vasile cel Mare” Galați și al Centrului de Zi „Speranța”, precum și cele din parohiile „Sfântul Spiridon” și „Sfântul Antonie cel Mare” Galați.

Pe lângă activitățile propriuzise în cadrul celor două proiecte, 546 dintre micii beneficiarii ai amintitelor programe desfășurate în tinda bisericii au participat la tabere de creație gratuite, organizate la mănăstirile „Durău” și „Bușteni”. Micii creștini de astăzi vor fi viitorii apostoli de mâine ai comunității.

Foto: Arhiva ADJ

Minti agere la Sfântul Mina



Una dintre parohiile care antrenează peste an sute de școlari la activități educative este Parohia „Sfântul Mina”. „În cadrul parohiei noastre avem 26 de școlari, care pe parcursul anului 2013 au participat la una-două ore pe săptămână, în cadrul Programului «Hristos împărtășit copiilor». Aici, școlarii învață care este sensul și rostul omului în lume, împreună cu părintele Claudiu Măniușu, profesor al Seminarului Teologic «Sfântul Apostol Andrei» Galați și profesorii de religie de la Școala Nr. 12 Galați. Cei mici învață că omul este creația lui Dumnezeu și că nu este o frunză în bătaia vântului; că devenirea omului în viață este o sumă de alegeri și fapte bune care reflectă modul cum își folosesc voința și libertatea în Hristos”, ne-a spus părintele Nicolae Ionașcu, paroh al Bisericii „Sfântul Mina” Galați.

Ca o completare a activităților de aici, concursul de șah de anul trecut a antrenat „cel mai mare număr de școlari” în curtea Bisericii „Sfântul Mina” și cele mai agere minți.

Foto: Arhiva Bisericii „Sf. Mina”

Pasiune

≡ Germania-Franța, 2012, thriller



O vară de neuitat

≡ Franța-România, 1994, dramă

Perioada 21 - 27 februarie 2014

Recomandări



Vineri, ora 21,30

Fete deștepte

≡ coprod., 2002, film polițist



Trei tinere chelnerițe, Meg, Raychel și Kate, sunt martorele unei crime petrecute într-un restaurant condus de mafie. Ele se străduiesc să rămână prietene, deși în jurul lor trădarea e mereu prezentă.



Sâmbătă, ora 22,30

Culoarul morții

≡ SUA, 1999, thriller



Bătrânul Paul Edgecomb, fost gardian șef în blocul condamnaților la moarte al închisorii Cold Mountain din Louisiana, locuiește într-un azil de bătrâni. În timp ce privește un film cu Fred Astaire face o criză violentă. Ca să-și explice reacția, el începe să povestească. Acțiunea se mută în 1935. Patru condamnați ajung să-și ispășească pedeapsa pe rând. Viața gardienilor și a deținuților ni se dezvăluie prin mici amănunte dramatice. Cel mai rău personaj este pedepsit crunt.



Sâmbătă, ora 23,00

David Gale

≡ coprod., 2003, film polițist



Dr. David Gale, un avocat care pledează pentru scoaterea în afara legii a pedepsei cu moartea, este pe nedrept acuzat de viol și crimă. După ce este condamnat, va sfârși pe scaunul electric într-o închisoare din Texas. Dar, înainte de asta, îi povestește unui reporter aventura vieții sale.



Vineri, ora 20,00

≡ România, 2013, dramă

Acțiunea filmului se întâmplă în România perioadei interbelice. Sosit la conacul familiei Moscu, împreună cu iubita lui Sanda, tânărul pictor Egor Pașchievici observă că întreaga ei familie o venează pe domnișoara Christina, mătușa ei, ucisă în împrejurări neclare pe când avea doar 20 de ani, în timpul răscoalelor din 1907. Egor este atras într-un mod inexplicabil de portretul domnișoarei Christina și începe să o viseze. Curând, însă, granița între vis și realitate se estompează, iar domnișoara Christina, îndrăgostită de Egor, este adusă înapoi la viață prin ritualuri oculte chiar de către familia ei. Când realizează însă că viața Sandei este în pericol, Egor decide să lupte cu strigiul.



Domnișoara Christina



Sâmbătă, ora 22,30

Macete

≡ Statele Unite ale Americii, 2010, film de acțiune



Arăta exact ca un zilier de pe stradă și părea tipul perfect pentru a-i pune în spate un asasinat politic. Dar s-a dovedit a fi un fost agent federal, adevărată legendă, un tip cu talente ucigașe greu de egalat. Toți îl credeau mort după confruntarea cu Torrez, baronul mexican al drogurilor. Însă Macete a fugit în Texas, vrând să dispară și să-și uite trecutul tragic. Acolo găsește o rețea de corupție și înșelăciuni, care face ca un senator să fie ucis, iar el să devină un criminal căutat de poliție. În calea lui stau Booth, om de afaceri crud și nemilos, care are în serviciul său o listă impresionantă de ucigași la comandă, și Sartana Rivera, ofițer de imigrări, frumoasă și periculoasă, fiindcă nu s-a decis încă dacă vrea să fie sau nu de partea legii. Ajutoarele lui Macete sunt Luz, atrăgătoare vânzătoare ambulantă de taco, cu spirit rebel și suflet revoluționar, și Padre, un preot priceput la binecuvântări, dar și mai priceput la arme. Croindu-și drum printre gloanțe, sânge și inimi frânte, Macete ajunge iar să-l înfrunte pe Torrez într-o bătălie supremă pentru răzbunare și mântuire.

Tărâmul libertății



Duminică, ora 23,30

≡ Statele Unite ale Americii, 2006, dramă

"Tărâmul libertății" începe târziu, în noapte, într-o suburbie a clasei muncitoare din New Jersey. O femeie plină de sânge intră, mută de frică și în stare de șoc, în camera de urgență a Centrului Medical Dempsy. Se pare că femeia a fost victima unui atac petrecut într-o zonă izolată, nedezvoltată, ce desparte zona urbană în construcție din Dempsy de centura orașului Gannon, în care locuiește ea. Dar, din declarațiile femeii, lucrurile nu par foarte clare și în niciun caz



complete. După câteva ore de discuții și chestionări, Brenda vine cu o informație șocantă: pe bancheta din spatele mașinii furate se afla, dormind, Cody, fiul ei în

vârstă de patru ani. Investigația arată că pretinsa răpire este de fapt doar suprafața unor tensiuni rasiale vechi și adânci dintre cele două orașe.

Studiu

De ce fel de femei sunt atrași bărbații români,

Românii sunt atrași de femeile inteligente, cu un aspect fizic plăcut și care debordează de încredere în propria persoană, potrivit unui studiu realizat de compania de cercetare de piață Cult Market Research

Unul din cinci bărbați consideră că cea mai importantă caracteristică a unei femei trebuie să fie inteligența. Aspectul fizic plăcut este o altă însușire preferată de bărbați. Femininitatea este reprezentată în mintea bărbaților prin afilierea cu frumusețea.

"Suntem mereu atenți la preferințele consumatorilor și facem studii pentru a vedea cum reacționează aceștia în diferite situații și care sunt preferințele lor. Acest studiu vrea să răspundă unei întrebări controversate, dar la care, cel puțin soci-



ologic, putem afla un răspuns: ce-și doresc bărbații de la o femeie. Am realizat un studiu cantitativ, clasic, dar și o cercetare calitativă, folosindu-ne de un eye tracker, cu ajutorul căruia am analizat mișcarea privirii ca răspuns la anumiți stimuli vizuali.

Cercetarea noastră ne-a demonstrat că românii sunt atrași în primul rând de inteligența unei femei, aspectul fizic plăcut și siguranța de sine urmând la mică distanță. Pentru ei, o trăsătură fundamentală a femeii ar trebui să fie abilitatea acesteia de a interacționa bine cu copiii", a declarat Alexandru Zoderiu, General Manager al Cult Market Research, pentru Mediafax.

Potrivit comunicatului, s-a constatat că bărbații între 18 și 26 de ani apreciază cel mai mult aspectul fizic la o femeie și mai puțin situația financiară a acesteia, în timp ce bărbații de peste 26 de ani preferă o femeie inteligentă și mai puțin una independentă din punct de vedere financiar.

În cadrul studiului "Ce tip de femeie preferă bărbații", cercetarea cantitativă a presupus aplicarea a 300 de chestionare telefonice pe un eșantion de bărbați cu vârste cuprinse între 18 și 50 de ani la nivel național. Studiul a fost realizat în perioada 26 august - 5 septembrie 2013 și este reprezentativ la nivel național pentru eșantionul ales.

Cercetarea a utilizat și tehnici moderne și a urmărit "Ce tip de femeie atrage cel mai mult privirea unui bărbat?". Cu ajutorul unui eye tracker, care urmărește privirea spontană, a fost studiat modul în

care 12 bărbați cu vârsta sub 40 de ani privesc imagini cu anumite femei. Pe baza unor criterii psihosociologice, au fost testate 22 de tipologii de femei, dintre care participanții la experiment au fost atrași cel mai mult de trei tipologii: gospodină, sensibilă și amuzantă.

Tipurile de femei care au atras privirea în studiul calitativ par a avea principalele caracteristici ale rolurilor de: mamă, iubită și prietenă – gospodină, sensibilă și amuzantă.

Pe de altă parte, modelul de femeie alcătuit de respondenți în studiul cantitativ pare să contureze femeia modernă, de succes: inteligentă, atrăgătoare și pregătită pentru orice situație. Discutând despre idealul de femeie al bărbaților, în general, ies în evidență calități din sfera familiarului "uman": amuzament, sensibilitate, centrarea pe familie.

În timp ce, pentru femei, bărbatul ideal trebuie să fie, în primul rând, sincer, bărbații apreciază cel mai mult femeia inteligentă. Diferența dintre declarația rațională și emoțional-spontană la femei este mult mai mare decât la bărbați, rezultând astfel că femeile raționalizează mai mult propriile atitudini față de bărbați, atunci când vorbesc despre aceste aspecte. Cult Market Research este o agenție de cercetare înființată în anul 2008.

Adevăratul motiv

De ce imită femeile orgasmul



Dacă partenera ta de viață te minte în legătură cu atingerea punctului culminant al unei partide de amor, nu o face cu rea intenție. Psihologii spun că, de multe ori, femeile imită orgasmul pentru a nu răni sentimentele partenerului.

În cazul în care nu reușești să o stimulezi îndeajuns de mult încât să atingă orgasmul, specialiștii recomandă să-ți schimbi tacticile. Oferă-i săruturi în zone erogene mai puțin cunoscute, precum umeri, glezne sau șolduri și mai mult ca sigur nu va putea rămâne indiferentă. Dacă observi că este obosită, rezumă-te la preludiu. Studiile au arătat că 94 la sută dintre femei ating plăcerea maximă în timpul stimulării vaginale și 64 la sută sunt de părere că acolo este localizat punctul G. Există însă și cazuri în care unora dintre femei le este încă rușine cu propriile părți intime.

Sursa: doctorulzilei.ro

Tendință îngrijorătoare Abuz de Viagra de Valentine's Day

Vânzările pastilei miraculoase au crescut cu 25 la sută, la nivel internațional, în apropierea Zilei Îndrăgostiților, potrivit Daily Mail. Cotidianul britanic atrage însă atenția că din ce în ce mai mulți bărbați folosesc Viagra nu atât pentru a obține o erecție, cât pentru starea de euforie pe care o dă în combinație cu alte narcotice, precum ecstasy, pentru a induce o stare de bine.

Efectul obținut, numit „sindromul de serotonină”, poate crea dezorientare, halucinații, tremur și confuzie. În cazuri grave, se poate ajunge și în comă, potrivit medicilor.

Pagină realizată de

Remus Basalic

remus@viata-libera.ro



Ce spun psihologii

Reacția la moartea apropiaților

Pe site-ul www.scribub.com găsim sfaturi de la specialiști în psihiatrie privind reacția la pierderea cuiva apropiat. Mai devreme sau mai târziu suferim datorită morții unei persoane iubite. Însă până atunci nu prea avem prilejul să știm care sunt lucrurile de făcut, ce este „normal” pentru a ne împăca cu situația.

E vorba de o întregă succesiune de sentimente care durează o perioadă de timp și care nu pot fi grăbite. La câteva ore sau zile după decesul persoanei apropiate, majoritatea oamenilor se simt împietriți, nevenindu-le să creadă ce s-a întâmplat. Apoi, împietrirea dispare și lasă loc unui sentiment de agitație, de jelire a persoanei decedate. Există dorința puternică de o regăsi, deși acest lucru este imposibil. Aceste sentimente fac dificilă odihna. Unii oameni manifestă furie la adresa doctorilor sau la adresa prietenilor și rudelor care poate că nu au făcut destul. Un alt sentiment este vinovăția. Oamenii suferă adeseori gândindu-se la toate lucrurile pe care le-ar fi putut face și nu le-au făcut.

Retragerea în tăcere sau depresia

Starea de agitație este urmată de tristețe tăcută sau depresie, retragere în tăcere. Aceste schimbări emoționale bruște pot fi confuze pentru prieteni și rude, dar fac parte din modul de trecere prin diferitele stagii ale tristeții. Deși agitația scade, perioadele de depresie devin mai frecvente și ating cota maximă după 4-6 săptămâni de la eveniment. Spasme de lacrimi pot izbucni în orice moment datorate unor oameni, locuri sau lucruri care îi amintesc de persoana decedată.

Cu trecerea timpului, puternicul sentiment de durere pare să slăbească. Depresia se micșorează și este posibil să ne gândim și la alte lucruri chiar să facem planuri de viitor. Cu toate acestea, simțământul pierderii unei părți din noi nu dispare total. Este important să permitem persoanelor în doliu să jelească atât cât le este necesar. Pentru persoanele care însă au probleme mai deosebite, la care depresia persistă, vizitarea unui doctor este absolut necesară.

Pagină realizată de
Angela Ribinciuc

angela@viata-libera.ro

Există viață după doliu

Cum trecem mai ușor peste pierderea cuiva drag

Marilena Perijoc a înființat o comunitate pe Facebook pentru cei aflați în doliu

Despre Marilena Perijoc, mama a două fete, care a ales să-și depășească durerea pierderii soțului prin crearea unui blog <http://durerea-unei-pierderi.blogspot.com/>, ați mai putut citi în ziarul nostru. Între timp, tot din dorința de a-i sprijini puțin sufletește pe cei ce trec prin drama unei pierderi, Marilena Perijoc a înființat, pe Facebook, comunitatea cu același nume, „Durerea unei pierderi”.

„Dacă ești singur și nu ai cui să povestești, te simți dărâmat și fără niciun rost, ești disperat, dar nu are cine să-ți întindă o mână, noi suntem aici”, scrie Marilena Perijoc, tânăra din Giurgiu, pe blogul său. A învățat, în timp, că terapia prin scris o poate ajuta. A publicat până acum trei cărți de versuri („Călător printre stele”, „Aripi pierdute” și „Petale de suflet”) în memoria soțului său, decedat într-un accident de mașină.

„Aud tot mai des în jurul meu oamenii spunându-mi: ești o ființă

puternică! Eu nu mă văd așa, sunt pur și simplu o ființă pusă într-o situație fără ieșire, care trebuie să meargă mai departe și care luptă să se schimbe. Nu ne putem schimba decât pe noi, dacă vrem. Eu sunt dovada că se poate”, mărturisește Marilena.

Din 2010, în România fințează Asociația „Există viață după doliu”, o organizație non-guvernamentală, ce are misiunea de a mobiliza resurse din comunitate (donații, sponsorizări, 2 la sută, voluntari, parteneri) pentru a asigura românilor acces la servicii gratuite de sprijin în perioada de doliu. Peste 5.000 de români au beneficiat, până acum, de informare și sprijin specializat: consiliere psihologică individuală, grupuri de sprijin închise și deschise. Marilena Perijoc a participat duminică, 16 februarie, la acțiunea intitulată „O zi de vindecare după pierderea partenerului de viață”, organizată de această asociație: „Cu ajutorul psihote-



rapeuților Livia și Alex Căciuloiu am trecut de la lacrimi la zâmbete, ne-am confruntat cu propriile noastre temeri, am încercat să ne redescoperim și să găsim puterea de a merge mai departe. Astfel de

campanii au menirea de a ghida sufletele debusolate de pierderea unei persoane dragi”, mărturisește Marilena Perijoc, un om care a ales să-i ajute pe semenii care, ca și ea, au trăit suferința la cote maxime.

Poate recita ore în șir

Poezia l-a salvat pe Gheorghe Nica

Un profesor din Suceveni s-a refugiat în Eminescu Memorarea versurilor îl ajută să facă față greutăților și să-și mențină spiritul tânăr

Gheorghe Nica are 77 de ani și a fost, timp de 40 de ani, până în 1998, profesor de limba și literatura română la Școala din Suceveni. „De-a lungul vieții, mi-a plăcut să învăț poezii, dar un eveniment trist din 1989 mi-a adâncit această pasiune: atunci, copiii mei au rămas fără mamă”, povestește, cu tristețe în glas, profesorul Nica, adăugând: „Rămânându-le eu și mamă, și tată, am zis: nu mă refugiez nici în băutura și nici în alte vicii. Copiii mei au nevoie de mine”.

Poezia - cel mai bun medicament

De atunci, poezia a devenit refugiul său. „Poezia este, pentru

mine, cel mai bun medicament. Ca să pot să-mi îndepărtez gândurile negre, am început să citesc și mai mult. Iar singurele care mi se lipeau de suflet erau poeziile. Am încercat să citesc și altceva, dar nu puteam”, mărturisește profesorul. Astfel, în momentul de față, poate recita ore întregi din Eminescu, Alecsandri, Goga, Esenin, dar și din Ionel Constantinescu sau Spiridon Popescu.

„Știu vreo 70-80 de poezii din Eminescu, pot recita patru ore în continuu. Pentru mine, Eminescu e sfânt, l-aș pune lângă icoană”, mărturisește profesorul. „Cel mai des am avut ocazia să recit la școală, în Suceveni, după ce am ieșit la pensie, mă mai cheamă colegii, uneori,

să le țin locul. Iar la sfârșitul orelor, câte un copil mă întreabă: astăzi ce poezii ne spuneți?”, povestește Gheorghe Nica.

Nepoțica Maria îi calcă pe urme

Are o nepoțică, Maria, în clasa a II-a, la Școala Nr. 2, care îi calcă pe urme: în două zile a învățat poezia „Scrisoare”, de Ionel Constantinescu, pe care a recitat-o la o ședință cu directorii de școli, încântând asistența.

La sărbătoarea lui Eminescu, din 15 ianuarie, de la Biblioteca „V.A.Urechia”, pe Gheorghe Nica l-au descoperit cei de la Școala Nr. 28. De atunci, a fost invitat în mai multe

rânduri să le recite copiilor. Acum își dorește să intre în Clubul Seniorilor, de la Fundația „Împreună”, cu speranța că pasiunea sa va fi înțeleasă și că va avea cu cine să dialogheze despre poezie și despre marii poeți ai neamului nostru.

Creierul nefolosit îmbătrânește

Gheorghe Nica a descoperit, în memorarea versurilor, modalitatea cea mai bună de a face față necazurilor vieții și de a-și menține un tonus bun: „Nicolae Iorga spunea așa: unealta nefolosită ruginește. Iar eu zic: creierul nefolosit îmbătrânește”, afirmă, cu convingere, profesorul.

Angela Ribinciuc

Între mit și realitate

Au oamenii suflet?



Povești
de noapte
bună

Pomii ne dau umbră și scorburi

Bunica s-a dus cu un paneraș tocmai lângă mărul din fundul curții, luându-l și pe nepoțel cu ea. Să o ajute. Ea va culege merișoarele mai coapte, căci e mai înaltă, iar el i le va arăta, pentru că e prea mic să vadă numai cu ochelari. „Vai, ce mere mici și găunoase!” - se încludă bunica, după ce culese câteva de jos, pentru că nepoțelul se dădea ușa de o creangă joasă a pomișorului. „O să-mi stricați pomul!” - se înspăimântă Bunicul, venind fuguța spre ei. „Păi, ăsta-i pom?” - se supără bunica. „De ce-ai mai pus un măr, dacă nu dă mere?” Bunicul ridică degetul și îi spuse clar, ca la dictare: „Pentru că am pus un măr care să facă umbră, nu care să dea mere. Dacă vreau mere, cumpăr de la magazin!” Și bunicii plecară să cumpere dulceață și să se îndulcească. Rămas singur, băiețelul auzi voci ușoare, așa că își lipi imediat urechiușa de trunchi și atunci auzi o buburuză strigând: „Hei, hei, dați copacul ăsta mai încolo! Cine l-o fi pus în drum?! Ce mă mai încurcă la zbor!” O altă voce, somnoroasă, o opri: „Hai, dispari! Și mai taci, cumătră, că aici nu e loc pentru zbor, ci pentru dormit!” Desigur, asta era pisicuța vârgată. „Vaaai, ce prostuțe-mi mai sunteți!” - intră acum în vorbă o veveșă cu codița plină de bigudiuri. „Păi, toată lumea știe că pomii sunt puși în pământ numai și numai ca să facă scorburi. Unde să locuim noi, cei mici cu blănițe” - îi lămurii ea, dispărând în scorbura de vară. „Asta-i prea de tot!” - se auzi și o voce pitică, de la un măr mic: dintr-o gaură de vierme, tocmai scosese căpșorul un viermișor cu gura plină de măr. „Cine nu știe oare la ce sunt bunii merii?! Exact pentru mere! Dar nu pentru dulceață, nu pentru mușcat, nu, nu, nu! Nu merele sunt scopul copacilor, ci găurile din măr! Găurile astea sunt adevărate tuneluri meșteșugite - casele pe care și le scobesc viermișorii mici de măr.” Băiețelul se gândi că toți, dar toți, au dreptate, însă îi era așa foame, așa că luă mărul și mușcă din partea fără tunel.

V. Cilincă



Fancis Crick, laureatul Premiului Nobel pentru descoperirea structurii moleculare a ADN-ului, făcea valuri în 1994 cu ocazia publicării cărții sale „The Astonishing Hypothesis”, în care susținea că sufletul este o iluzie perpetuată doar de credința noastră în ea.

Filozoful Stephen Cave notează în cartea „Immortality” că ipoteza sufletului s-a bazat întotdeauna pe dovezi. „Dacă oamenii care credeau în înviere se bazau în exclusivitate pe credința în capacitatea lui Dumnezeu de a făptui un act miraculos, credința în suflet s-a bazat mereu pe rațiune. Filozofii din Grecia Antică acceptau ideea de suflet deoarece considerau că este cea mai bună explicație pentru o serie de fenomene empirice”, subliniază filozoful.

Argumentele filozofilor care au adoptat ideea de suflet

Cave identifică trei elemente pe care se bazau filozofii care au adoptat ideea de suflet. Mai

întâi, diferența dintre lucrurile vii și cele ce nu sunt vii. Pentru înțelepții din multe culturi, inclusiv cei din Grecia antică, părea evident că lucrurile vii aveau o componentă suplimentară care le dădea vitalitatea absentă în cazul pietrelor sau al apei. Acest „principiu animator” a fost asimilat sufletului. Al doilea element era conștiința - faptul că unele ființe vii nu sunt capabile doar de deplasare și dezvoltare, ci și de a gândi, de a-și imagina și de a crede în diferite lucruri. Deoarece există o deosebire uriașă între domeniul material, în care lucrurile sunt măsurabile și vizibile, și tărâmul ideilor, ce există doar în mințile noastre, înțelepții au considerat că mințile sunt diferite de celelalte lucruri ce există și că necesită o explicație specială - sufletul. Al treilea element este ceva mai ezoteric: faptul că unii copii din India au amintiri din „viețile anterioare” este considerat de mulți o dovadă a faptului că sufletul se deplasează dintr-o încarnare în alta, iar alții consideră că „fantomele” și alte apariții neexplicate sunt dovezi ale

existenței spiritului și ale supraviețuirii sale după moartea trupului.

Rațiune și dovezi

În ceea ce privește prima teză - cea a unui „principiu animator” - știința a demonstrat că nu este nevoie de așa ceva pentru a explica existența vieții. Descoperirile științifice despre cum funcționează viața, de la organisme până la organe, celule și ADN-ul identificat de Francis Crick nu lasă loc niciunei substanțe spirituale. Așadar, primul argument străvechi în favoarea existenței sufletului poate fi clasat.

Cel de-al treilea argument, bazat pe fantome și alte apariții neexplicate, merită, de asemenea, să fie lăsat la o parte. Cei ce au încercat să investigheze aceste evenimente au fost întotdeauna dezamăgiți. Organizația Society for Psychical Research, înființată la Londra în 1882 pentru a studia fenomenele paranormale, nu a reușit să găsească în peste 100 de cercetări vreo dovadă convingătoare care să pro-

beze existența vreunei întâmplări supranaturale.

Esența argumentelor ce pledează în favoarea unui „suflet muritor” se bazează pe ideea că mintea este independentă de corp și dependentă de o esență spirituală ce poate supraviețui morții trupesti. În schimb, dacă mintea este în întregime dependentă de corp, atunci putem concluziona că mintea dispare atunci când murim, iar în acest caz nu mai rămâne nimic din noi demn de numele de „suflet”.

Cu cât aflăm mai multe despre noi, cu atât este mai puțin surprinzător faptul că nu avem suflete. Noi, oamenii, am evoluat de-a lungul a miliarde de ani din creaturi simple care nu aveau niciun fel de viață mentală. Fiecare dintre noi apare în urma contactului fizic dintre un spermatozoid și un ovul și se dezvoltă celula cu celula. Viața mentală ce apare este în permanență strâns legată de starea corpului.

Material realizat din surse online de
Adrian Bot

redactie@viata-libera.ro

SUDOKU

Înscrieți în căsuțele libere din cele nouă casete numere de la 1 la 9 fără a se repeta, astfel încât suma totală pentru fiecare casetă în parte să fie 45 și, de asemenea, suma pentru fiecare linie sau coloană să fie tot 45.

	4		1					8
8				5				
	3	6	9	7	8			4
	1		5	3	7			
	6							9
			2	9	6			1
	2		6	4	5	7	8	
			2					3
5				1				6

Exerciții de încrucișare

Vă invităm să potriviți în grila de față toate cuvintele de mai jos, astfel încât să rezulte o încrucișare corectă:

- ≡ AL, AO, CS, LC, MA, PI, RD, TP;
- ≡ AȘI, DOR, LIA, OFT, RIN, URÎ;
- ≡ ACAR, NAVĂ, NEAM, RATĂ, TOPI;
- ≡ ASINI, ILOȚI, PLASĂ, RĂVAȘ, TAINĂ, TRIAT, CLISĂ;
- ≡ AVIARĂ, IRASER, SETILĂ, SFERIC;
- ≡ CITITOR, PROMOVA;
- ≡ ANIMALIC, RAȚIONAL, ARICEALĂ;
- ≡ GICĂ CONTRA, GURĂ SPARTĂ.

1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

PROCENTE

1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

ORIZONTAL: 1) Serviciu de transport la comandă. 2) Supus unei măsurători precise. 3) Nota școlarului! – Greșală părintească – Începe petrecerea la capelă! 4) A da strălucire în stil francezesc – Oferă primul fel de mâncare... ca la mama lui. 5) A se umfla în pene – Dau binecuvântarea la biserică. 6) Sat în jud. Satu Mare – Carne la pachet rulată la masă. 7) Un fel de zahăr... praf – Depozite naturale de sare. 8) leșire din fire! – Achitate după o plată în avans – Timpul rezervat pentru serialul de luni. 9) Luptător cu mâinile goale angajat la RAPID. 10) Reluare ca la carte, vorba vine.

VERTICAL: 1) Caz în care ți se pot citi gândurile (fem.). 2) Face o forțare în apărare. 3) Ax dat prin întoarcere! – Boală luată prin contact (med.) – Primii 12 kilometri! 4) Nume... de insectă – Luată în brațe! 5) Băgați în pământ de vii – Servită cu drob... în stare brută. 6) Prefix... pentru nouă – Spărgător de oase. 7) Se înclină cu greutate – Măiestrie artistică... la vedere. 8) Curte la parter! – Informatori ținuți sub control – Miez de pită! 9) Plăcintă fiartă (pl.) 10) Numite la întâmplare.

Dicționar: ATEA, ENEA.

ARITMOGRIF

1	9	7	9	7	2	6
1	2	11	8	10	9	8
6	8	3	4	7	4	7
6	8	10	4	1	7	4
8	12	2	6	5	9	13
14	4	6	4	7	2	6
4	14	7	9	1	4	6
1	4	3	2	9	4	14
4	15	2	16	7	2	3
3	4	1	2	14	9	1
4	14	4	3	9	16	7
1	6	9	7	9	1	4
8	3	8	14	9	16	11

Înlocuind numerele cu litere corespunzătoare, se vor afla pe spațiul marcat prin raster, citind din colțul stânga-sus, profesia persoanei care îți este aproape la elaborarea unei lucrări, a unui studiu sau a unei scrieri literare, iar pe orizontală noțiuni din domeniul literaturii.

Pagini realizate de Gheorghe Gurău

Boul și vițelul

Zise-un bou, trăgând la jug, despre plug, privindu-l lung:
 - N-am s-ajung să trag vreodată fierăntania pe-o roată, orice-ar fi, și nimeri cu privirea pe-un vițel; poate el că-i mai vânjos!
 - Serios?!
 S-o crezi mata, nuuu se poate-așa ceva, replică adolescentul cu talentul său de june, tu vei trage, orice s-ar spune, hai, fii erou, dovedește că ești bou!

FUGA VOCALELOR

N.A. Completați vocalele lipsă pentru o încrucișare corectă

			P		S			T				G		
	S	T		R		S	C		T		V		N	
	C		R			T		R		N		T		P
N		M							R		T		M	
	L		N		S		L		N			L		
S	T			R		R		L		C	R			S
T			M			R				L				C
	R					C	T		R		N		T	
		S	T		T		C			N		L		T

SUDOKU

Înscrieți în căsuțele libere din cele nouă casete numere de la 1 la 9 fără a se repeta, astfel încât suma totală pentru fiecare casetă în parte să fie 45 și, de asemenea, suma pentru fiecare linie sau coloană să fie tot 45.

		6		2		1	8	3
1						7	2	
	2	5			3	9		
		4		3			7	
		2				8		
	5			1		2		
		1	3			6	9	
	6	7						8
9	8	3		7		4		

ÎNCRUCIȘARE

Vă invităm să potriviți în grila de față toate cuvintele de mai jos, astfel încât să rezulte o încrucișare corectă:

- ED, IJ, LA, NA, RA, SC, UC, UI;
- ALI, AȚE, LIS, MIC, NAS, OIL, TEP;
- ECOU, ETAJ, ICRE, ONOR, ŢEȚE;
- IȚARI, PASTĂ, TORTI, UNCIE, URȘIT;
- ARIETĂ, ASCEȚI, IMENSĂ, POȘETĂ, SITICĂ, STRAJE;
- ACLAMAT, ERATICE;
- RISC MAJOR;
- CAPETE RASE, COLȚ ÎN GURĂ, ORĂ DE CITIT.

1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

RECONSTITUIRE

E					F				
								P	
									M
L				V					
					V				
	D					N			
		T	O						
									O
				S		G			
	U								
				Z					C
V									
I						H			
						U			
P				Z					N

Înscrieți în cele 24 de casete toate cuvintele de mai jos pornind din locul indicat de săgeată și ținând cont de litera ajutoare. La o dezlegare corectă, pe cele trei coloane marcate prin raster se va putea citi un proverb italian despre neștiință.

- AMĂRUȚI, AMENDĂ,
- ASASIN, CAPACE,
- EMISAR, ETILEN,
- FICUȘI, GUMARI,
- HAMURI,
- ICONAR,
- INDIGO,
- MENTOR,
- OSTREȚ,
- OȚELAR,
- OZENEU,
- PLĂVAN,
- PROPUȘ, STATIV,
- STILET, ȘALUPĂ,
- TERCOT, VALIZĂ,
- VIȘINE, ZBURAT.

ESTIMĂRI

1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

ORIZONTAL: 1) Mama lui de generică în consens cu... una mică (2 cuv.). 2) Răzbunare... în numele legii - Sfârșit de linie când e să se vină cu tramvaiul. 3) Cuvânt de încheiere la o achiziție cu strigare (var.) - Un ocol făcut la întoarcere! 4) A da de înțeles că nu se poate - Turnător cu sânge rece. 5) Obsedat de rele tratamente. 6) Secvențe din viață interpretate la pian! - Stat aflat în tiranie! - Adusă cu ușa în spate! 7) Termen de respect la țară - Angajate ferm în câmpul muncii. 8) A efectua o transmisie în direct - Se exprimă din aproape... în aproape (pop.). 9) Somnifer administrat pe calea aerului - Aflat în curs în drumul spre mare. 10) Floare-albastră, floare-albastră...

pentru regăsirea noastră (3 cuv.).
VERTICAL: 1) Ne amuzăm de jocul lor, că au stil și au umor (3 cuv.). 2) Un cuvânt ce nu contează în alegeri. 3) A căuta... de treabă - o baltă de sânge. 4) A da o proastă dispoziție după cum vine vorba - Unitate în destrămare. 5) Eroina din Troia! - Record absolut de-a lungul tuturor timpurilor - Personal vorbind, e primul din Europa! 6) Timpul rezervat pentru serialul de luni - Reacție la cald sub presiuni externe (pl.). 7) Fac totul într-o pauză de masă. 8) Avansuri făcute la serviciu (sg.) - Mărgică de suflet la masa tăcerii. 9) Trag direct din sticlă - A nu se manifesta în lipsă. 10) E o vreme fantezistă, perioadă comunistă (3 cuv.).

Soluțiile jocurilor apărute în ziarul de ieri:

PUSE PE CAP

Orizontal:

M, T, P, CAMATAR, CARARE, M, RATACIT, MATOR, NT, E, TUS, PE, CA, BUN, BASCA, R, CALCULA, CARATA, ION, TOPIRE, RT, GODACI, VII, RIC, ESTIC.

AFACERI NECURATE

Orizontal:

APICULTURA, BALAI, AMAR, ACAR, PLATE, NERASA, NAS, D, ISCODI, T, ORA, ASEZA, NANDU, DACA, ACTINII, EB, RA, VEACURI, INSA, CANAL.

SUDOKU

9	8	1	2	7	4	6	3	5
2	3	5	8	9	6	7	1	4
6	7	4	1	5	3	9	2	8
7	4	6	3	2	9	8	5	1
5	1	8	6	4	7	2	9	3
3	9	2	5	8	1	4	6	7
4	5	7	9	3	2	1	8	6
1	2	3	4	6	8	5	7	9
8	6	9	7	1	5	3	4	2
9	3	6	8	7	4	5	2	1
8	2	4	1	5	9	6	3	7
7	5	1	6	3	2	8	4	9
1	4	8	7	6	5	2	9	3
3	9	7	2	8	1	4	5	6
2	6	5	4	9	3	7	1	8
4	7	2	3	1	8	9	6	5
6	1	9	5	4	7	3	8	2
5	8	3	9	2	6	1	7	4

COLȚUL AUTOMOBILISTULUI

Caiet de clasă	Buni de plată	Fir întrebare	Butoiul cu apă	Păpușă!	Mașina timpului	Mare necaz
Lucru de mână	Pierdută	Ca un fulg	Braț	Raiată!	...	
			Moftul român			
			Noroi (reg.)			
Luată la băutură		A da năvală			Greu de găsit	
Obişnuință		Sprintenă			...	
			Anii din spate!	Se întinde de foame		
			Șiret în centru!	...		
Laicil	A domoli			Iarbă uscată		Cu mare deschidere
Joc de cărți	Act de prezență			Mare!		
		Un timp la seral!	Colții din gură			
		Antenă!	Cântă în grup			
Modele de urmat			Rod în pădure		Adus din față!	
Viril			Undă!		În cont!	
			Alean			
				Stau să pice		
Sufiu din greu		Rău de gură		Plin de viață		