

Totul în cuvinte

Revista Școlii Gimnaziale nr. 2, Târgu-Ocna

Anul IV, nr. 6 / (an școlar 2012-2013)



Marie!

Trăia o femeie cu numele Maria, care avea patru copii; bărbatul i-a murit și ea ducea o viață destul de grea. Într-o zi i-a venit în minte gândul să plece de acasă, departe în lume, să-și trăiască viața după pofta inimii sale. S-a pregătit de drum. Când totul a fost gata, a spus copiilor că merge la o verișoară. Și astfel a plecat într-un oraș îndepărtat, unde n-o cunoștea nimeni, lăsând bieții copii pe seama bătrânei ei mame. Ajunsă aici, fiind o femeie frumoasă, a alunecat repede pe calea păcatului, socotindu-se fericită mai ales că n-o cunoștea nimeni cine este și de unde

este. Dar într-o zi, pe când se plimba pe una din străzile orașului, cineva a strigat-o pe nume:

— Marie!

A întors capul și a rămas foarte mirată, văzând în urma ei pe unul din cei mai buni prieteni ai bărbatului său.

— Ce faci tu aici, ce cauți în acest oraș al pierzării? Unde ai lăsat copiii, cine are grijă de ei?

(continuare în p. 16)

Prof. Hermina ZAKARIAS

Cronicar

Din
cuvintele
șefului de
promoție...



Iată că am ajuns și la sfârșitul clasei a VIII-a, prilej de bucurie, deoarece ne putem completa cunoștințele în licee la care vrem să accedem, dar și de tristețe, deoarece lăsăm în urmă învățătorii, profesorii, oameni care ne-au format ca oameni.

Sub privirile dumneavoastră, pline de grijă, ne-am transformat, din copilași inocenți, fascinați de întreg universul, în niște adolescenți visători, hotărâți să cucerim lumea.

Ne-ați învățat să fim bătaioși, luptători într-o lume care nu-i tocmai cum am vrea, să fim deschiși, zâmbitori și să facem tot posibilul să confirmăm speranțele, așteptările familiilor noastre.

Sunt cuvinte de mulțumire izvorâte dintr-o inimă caldă, sinceră și recunoscătoare.

Oriunde ne va arunca soarta, în oricare colț al lumii, vă vom păstra mereu în sufletele noastre. Sperăm, de asemenea, să avem și noi un colțișor în inima dumneavoastră.

Leahu Claudiu-Bogdan,
clasa a VIII-a A



Colegiul de redacție:

Președinte:

Prof. Maria Bogdan

Redactor-șef fondator:

Prof. Mariana Popa

Redactori:

Prof. Hermina Zakarias

Prof. înv. prim. Cristina Roncea

Inst. Carmen Neculcea

Colaboratori:

Prof. Nicoleta Mazilu

Prof. Constanța Tihoc

Prof. Cristina Mocanu

Înv. Virginia Dănăilă

Înv. Aurica Stoica

Înv. Ana Vlasie

Tehnoredactare:

Prof. înv. prim. Cristina Roncea

Design:

Prof. Hermina Zakarias

ISSN 2066 - 4494

Biblia

Sfântă carte, între cărți
Împărțită-n două părți,
Biblie păstrată-n veci,
Neschimbată, prin timp
treci!

În ascunsul tău cuprins
Mii de ani pe rând au nins
Fără a putea strica
Înțeleapta slov-a ta.

Ziua-ntâi din veșnicie
E descrisă numai ție
Iar Iisus cel Răstignit
Întru tine a venit.

S-a născut, a înviat,
Doar prin tine s-a păstrat
Tot ce noi acum citim
Și la rugăciuni rostim.

Carte veșnică tu ești
Comparată cu povești,
O poveste-adevărată
În tot timpul cercetată.

Carte cu povești și sfaturi
Cu modele de vieți,
Tu ești cea mai cunoscută
Întrecându-i pe poeți.

În trecut ai rezistat
În prezent ai înviat.
Iară tu în viitor
Vei fi cel mai scump odor.

Maria Ilie,
clasa a VIII-a, A



Omul care aduce ploaia

Se spune că într-o zi, în Persia, în vremea unei secete cumplite, a venit la Nastratin Hogeia un grup de oameni care l-a întrebat dacă nu cumva știe cum anume poate fi adusă ploaia.

– Firește că știu, a spus el.

– Hai, repede, spune-ne ce e de făcut.

Nastratin a cerut să i se aducă un lighean plin cu apă, ceea ce s-a și făcut, nu fără greutate. Când a fost adus ligheanul, și-a scos cămașa și, spre uimirea tuturor, a început s-o spele cu mare grijă.

– Ce! Au început să strige cu toții. Am adunat toată apa care ne mai rămăsese, iar tu o folosești ca să-ți speli hainele!

– Nu vă speriați, a răspuns Nastratin, știu eu ce fac.

În ciuda insultelor și amenințărilor, Nastratin nu s-a grăbit deloc. Și-a spălat bine cămașa, apoi a spus:

– Am nevoie de încă un lighean cu apă.

Oamenii au început să strige și mai tare. De unde să scoată încă un lighean cu apă? Și pentru ce? O luase cumva razna? Nastratin nu și-a pierdut cumpătul și s-a încăpățânat să ceară încă un lighean cu apă.

– Știu bine ce fac, spunea.

Oamenii au căutat peste tot, au stors lutul din fântâni, au luat apa de la gura copiilor și au izbutit să umple cel de-al doilea vas.

Nastratin și-a băgat haina în apă și a clătit-o cu grijă. Toți se uitau la el înmărmuriți, nemaiaivând putere să strige. Nastratin le-a cerut apoi să-l ajute să răsucescă veșmântul, ca să-l poată stoarce cât mai bine, după care l-a dus în curticică și l-a atârnat pe o frânghie, la uscat.

Îndată după aceea, cerul s-a acoperit de nori groși și a început să plouă.

– Poftim, a spus liniștit Nastratin. Așa pățesc de fiecare dată când îmi pun cămașa la uscat.

Jean-Claude Carriere,
Cercul mincinoșilor

Imaginea din frontispiciu este creația
artistului plastic Lucian Săcrieru Dragomir
și se numește *Revelație peste oraș*.

Mamei, de 8 Martie

De ziua ta, mămico,
Ți-aș dărui o stea,
Dar încă sunt prea mică
Și nu ajung la ea.

Promit să fiu cuminte
Și să te-ascult mereu.
Mereu te-oi ține minte,
Căci ești sufletul meu.

O, buna mea măicuță,
Mereu cu tine-aș sta,
Iar pentru mine-n lume
Nimic n-ar mai conta.

La mulți ani!

**Timoteea-Teodora
Marin,**
clasa a VI-a C

Ultimul zbor al șoimului

Un scriitor iranian din secolul XX, Khanlari, descrie ultimul zbor al unui șoim. Răpitorul survolează peisajul căutând o pradă. Se simte puternic și amenințător, vede și domină totul. Un vânător ascuns trage o săgeată care-l străpunge. Rănit de moarte, șoimul își simte sfârșitul aproape, aripile lui își conținesc bătaia și se închid. În timp ce cade din înalt, privește săgeata ucigașă și îi vede aripa, făcută din pene de șoim. Iar atunci, chiar înainte de-a muri, spune:

– De ce m-aș plânge? Tot ce vine asupra noastră de la noi vine. (În Iran, această frază a devenit proverbială.)

Jean-Claude Carriere,
Cercul mincinoșilor



Boeru Cezara

Știați că...

Salutul cunoscutului Preot Constantin Galeriu, unul dintre cei mai importanți duhovnici ai Ortodoxiei române, originar din Răcățau, județul Bacău, era: „Bucurie divină și inimă în lumină senină”?



Ceangău Bianca

Iarna

Iarna a venit degrabă,
Pomii sunt împodobiți
De o mantie măreață
Cum mai vezi numai la prinți.

Mantia strălucitoare-i
Bucurie pentru toți,
Chiar dacă nu este soare
Totul este luminos.

**Timoteea-Teodora
Marin, clasa a VI-a C**



Buburuza

Azi, pe o petală albă,
Lângă roua dimineții,
Ce se înșira în salbă
Și uimea curat poezii,

Am găsit o boabă roșă
Ca un mic rubin zdrobit.
Aș fi luat-o s-o fac broșă
Dacă, după cum gândisem,
Nu s-ar fi topit...

Maria Ilie, clasa a VIII-a A

A venit toamna

Din casa bătrânului și veșnic tânărului an, toamna ne anunța că sosește, trimițând mai întâi parfumul ei, asemenea unui zmeu, care își anunța venirea printr-un buzdugan, ca în frumoasele basme românești.

Spre marea noastră bucurie, știm că zâna Toamna nu este captiva zmeului și va veni încărcată cu multe daruri proaspete pentru noi și cămările noastre.

Astăzi, curioasă, am mers cu părinții în pădurea de lângă casa noastră. Pădurea a început să-și piardă frunzele parcă îngălbenite de timp. Tăcere. Nu se mai auzea micul cor al păsărilor. Dar ce se aude? Era un vânt neprietenos. Chinuia copacii, care își îndoiau crengile nefiresc, ca într-un dans războinic. Am simțit valul de aer rece și nemilos care smulgea cu ușurință frunzele deja gingașe. Cădeau supuse și formau un covor, în care parcă se vedea chipul dragei toamne. Unde s-au ascuns păsărelele? Pe lângă oftatul pădurii se auzea un fâlfâit ușor de aripi. Mă uit spre cer. Erau stoluri de cântăreți care se îndreptau spre țările cu soare.

Atunci m-am trezit, strigând:

- Mamă! Tată! A sosit Toamna!

Mara-Ruxandra Bejan,
clasa a IV-a B

Visul Ioanei

Toamna, ca un cântec de leagăn, a sosit printre noi. Pădurile zgomotoase parcă au murit, iar frunzele bolnave de pe crengi se dezlipesc și aștern un covor moale și fermecat pe potecile înguste.

Într-o zi, Ioana și Adelina se jucau pe așternutul de frunze. Ele s-au distrat împreună până când s-a făcut seară.

Ioana a ajuns acasă, a mâncat și s-a băgat în pat cu gândul că acea zi a fost minunată și că vor mai urma multe altele. Ea a visat că s-a trezit într-un tărâm magic. S-a speriat, nu știa ce se întâmplase, parcă era regina toamnei. Purta pe cap o cunună bătută cu pietre prețioase montate pe frunze ruginii. Uitându-se în jur, a văzut că și tronul pe care stătea era din frunze aurite, covorul țesut din podoabe toarse, altădată verzi, ușile, ferestrele, toate erau din foi galbene, portocalii și roșiatice îmbinate într-o arhitectură caldă. Fermecată, a ieșit din palat și a văzut cum soarele mângâia pământul amorțit. Ioana s-a urcat în caleașca ei căptușită cu podoabele toamnei. În jurul ei frunzele străluceau ca niște bănuți de aur, pădurea era îmbrăcată într-o platoșă de aramă.

S-a trezit. Visul s-a destrămat. Fereastra era deschisă spre grădina împodobită de bruma argintie. Vântul potolit aducea miresme de toamnă. Nu s-a ridicat din pat. Cu ochii deschiși, a depănat visul o dată și încă o dată.

Elena-Teodora Berbece,
clasa a IV-a B

Toamna

Toamna coboara încet, încet, de acasă de la ea, din cer sau de pe munte.

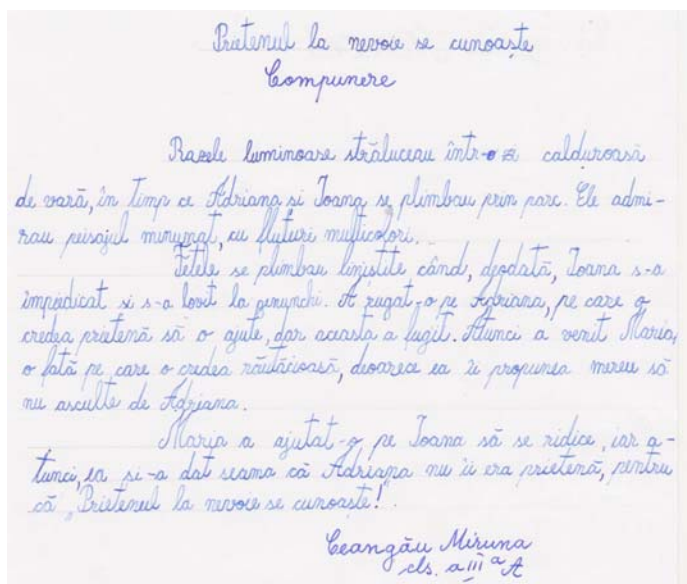
Ajunge în pădurea mea pe care toată vara am cutrierat-o în lung și-n lat. Copacii își aplecau rămurelele ca și cum ar fi făcut un gest de bun venit. Trena ei mai lua ușor câte o frunză, două, trei din fiecare copac și împodobește covorul auriu, care se țesea în jurul acelor plante înalte.

Poposește și în livada mea. Ne îmbie să ne cățărăm în fiecare pom, să culegem cu grijă fructele cele mai coapte, pe care le-am ochit de jos.

A venit și în curtea mea. S-a oprit la cuibul rândunelelor de sub streșina grajdului. Au sușotit în secret. Mă simțeam abandonată. Toamna se strecoară, prin portița deschisă, în grădină. Rândunelele se joacă cu suratele lor de prin vecini așa cum le-am văzut de mai multe ori, săptămânile trecute. Simțeam că se întâmplă ceva. După joacă nu se mai întorc în cuib. Acum se ridică așezate în vârf de săgeată. Se tot ridică. Mai sus. Pornesc. Se îndepărtează. Acum știu și nu mai sunt amărâtă. Gândul îmi șoptește:

- Așa e toamna- ntotdeauna!

Larisa Ardeleanu, clasa a IV-a B



Primăvara

Primăvara vei avea
Multe flori în grădina ta!
Iarna a fost alungată
Și-acum natura-i înmiresmată!

Copacii din crenguțe vor da,
Iar păsările vor cânta.
Vântul cald va bate domol
Izvoarele se vor auzi în cor.

Curcubee vor apărea
După ploaia cea mai grea.
Buburuze vor zbura
Pe oriunde-n calea ta.

Și verdele va predomina
Pentru c-așa-i primăvara!

Georgiana Talpalaru,
clasa a V-a C



Fluturile

Într-o zi frumoasă de vară caldă, eram în grădină. Cerul era senin, iar florile mă îmbiau cu parfumul lor să le miros.

Pe o tufă de trandafiri sângerii, s-a așezat un fluture extraordinar: era negru ca tăciunele cu buline portocalii ca jăratecul care semănau cu niște ochi de foc. În razele soarelui, fluturașul avea aripile catifelate, stropite cu sîdef.

M-am apropiat ușor ca să nu-l sperii și să văd ce face. Din când în când își strîngea aripioarele și le desfăcea iar, delicat. Zbura din floare în floare ca să soarbe nectarul dulce. Când sorbea nectarul dădea din antenuțele lui drăgălașe.

Mi-am adus aminte de ora de științe unde am învățat despre fluturi. Ei se nasc prin ouă, se dezvoltă în larve și ajung omizi care se hrănesc cu frunze. Din aceste omizi se dezvoltă fluturii frumoși ca niște flori.

Mă gândeam că vara nu ar fi așa frumoasă fără florile minunate, găzele drăgălașe și mai ales de gingașii fluturi colorați și atât de delicați.

Dimitria Ilie, clasa a IV-a A

Păstorul și lupul

Într-o zi de primăvară,
Sta un voinic ciobănaș
Pe o stîncă lângă care
Curge-un veșnic pârâiaș.

Tânărul păstor, din fluier
Cânta doine neîncetat,
Dar și hore minunate
Auzite de prin sat.

Oile cuminți pășteau,
Din pârâu se adăpau.
Dar deodată o-nfiorare
Se-ntâmpla-n amiaza mare.

Lupul mare și șiret
Pe la turmă-a dat târcoale
Și-a furat un mieluşel
Apoi, s-a tot dus la vale.

În zadar fugi băiatul,
Pentru a-și salva mioara,
Căci muri în dinții fiarei
Și nu mai avu scăpare.

Trist a fost săracul om,
Dar a înțeles că-n viață
În necruțătorul drum
Se găsește și speranță.

Timoteea-Teodora Marin,
clasa a VI-a C

Primăvara

Este dimineată. Razele aurii ale soarelui bat în geamurile caselor. Pe fereastră năvăleşte lumina nouă ca o fulgure de aur. Soarele cântă vesel prin crengi. Suntem în luna martie și afară, de câteva zile, este foarte frig, plouă.

Mă trezesc cu speranța că primăvara a sosit la noi cu multe bucurii și cadouri. Mă îndrept spre fereastră, cu entuziasm și ce să vezi? Afară totul parcă era scos dintr-un basm. Iarba prinse colț fraged și nou, rândunica cea voioasă, pe care de mult timp o așteptam la noi, iarăși a venit, mugurașii dezmiertați de soare încep, încetul cu încetul, să se umfle, iar apoi să înflorească de căldura și bucuria care sunt în jur.

Les afară să admir de aproape aceasta minunată zi de primăvară. Aerul mă cheamă cu miresme dulci și proaspete, dar și cu ademenitoare colțișoare de natură. Văzduhul e limpede ca lacrima.

Mă duc să mă întâlnesc cu prietenii mei la joacă. Eram fermecați de atîta frumusețe. Mingea, coarda și bicicleta ne așteptau de mult timp.

Vesela natură ne atrăgea cu minunatele triluri ale păsărilor cântătoare și cu multe peisaje feerice care ne încântau privirile. Florile își întorc capul după soare și parcă, de atîta frumusețe, ai sta o veșnicie doar să admiri și să te gîndești câte lucruri bune și minunate există pe lumea asta.

Merg acasă pe înserat și adorm cu gândul la primăvara care ne-a invadat cu bucurie, lumină și căldură atît viața, cît și sufletul.

BINE AI VENIT, primăvară!

Carina-Andreea Vasluianu, clasa a V-a



Mihailă Lavinia

Puiul de căprioară

Aproape de derdeluş, lângă un copac, stătea ghemuit un pui de caprioară îngheţat de frig. Eu şi cu tatăl meu, căutam un brad pentru Crăciun, până când am văzut acest puişor. Puiul se pierduse de mămica lui şi ne-am hotărât să-l luăm acasă. Drumul era lung şi puiul nu putea să meargă.

Punându-l în sanie şi învelindu-l, am pornit la drum. Ajunşi acasă, le-am explicat fraţilor mai mici ce s-a întâmplat şi s-au bucurat foarte tare. După ce i-am dat de mâncare şi s-a încălzit, l-am dus în grajd într-un pătuţ cald de paie. Adoua zi, copiii i-au dat de mâncare. Puiul de căprioară a crescut şi a dorit să plece.

Fiind primăvară şi cald, el era atras de fluturii coloraţi şi de florile înmiresmate. Măhniţi, l-am dus în poieniţă să ne luăm rămas bun. El a zbughit-o în pădure să se joace. Spre bucuria noastră, puiul de căprioară ne vizita în fiecare zi şi ne aducea fructe din pădure.

Dimitria Ilie, clasa a IV-a A



Visul

Zorii zilei zumzăiau
Pe întinsul coliliu
Şi de cum se arătau,
Împroşcau cu rozaliu.

Păsări roşii, roz rotat,
Împung cerul cu făclii,
Iar penajul lor bogat
Este plin de bucurii.

Îngerii locuitori
Pe planeta Paradis,
Zboară lin, strălucitori
Inspirând o floare-n vis.

Bucălaţi, zâmbind ghiduş
Cu-aripioare de furnici
Joacă jocuri, jucăuşi,
Drăgălaşi, copiii mici.

Nori gustoşi şi suculenţi
Curg în cerc pe cerul viu
Somnoroşi şi neatenţi
Pe un fond portocaliu.

Totul e frumos, dar vai!
Paradis este un vis,
Părţică dintr-un Rai,
M-am trezit. Ochii-am deschis!

Maria Ilie, clasa a VIII-a A

Vacanţa

A venit vacanţa mare. Soarele strălucea ca un ban de aur într-o apă albastră şi limpede...

Tata m-a întrebat:

- Cum ai vrea să te simţi la bunicii tăi?

- La bunicii mei aş vrea să mă simt liberă! Să alerg prin poieni, să culeg flori, să stau sub cerul liber, să merg la un izvor şi să fac coroane de pădării presărate cu praf de soare. Să stau la umbra unui brad falnic şi să trag în piept aer curat amestecat cu răşină, să aud cântecul răsunător al vântului. Seara să stau pe prispă la lumina lunii şi să cânt din fluierul din coarne de cerb.

Tata a rămas vrăjit de vorbele mele, dar amândoi ne-am trezit când am ajuns în oraş. Toată aventura gândului meu, a pierit ca un nor alb, care s-a şters de pe cerul albastru ca safirul.

Dimitria Ilie, clasa a IV-a A

Steluța

Ochii tăi văzut-au bine
Stelele în depărtări,
Dar nicicând așa ca mine
De pe-a timpului cărări.

Iar de-i fi băiat cuminte
Și de mine-i asculta
La sfârșit adu-mi aminte
Să îți dăruiesc ceva.

De copil visam la stele
Și mă întrebam ades
Dacă noi fugim de ele
Sau să fugă au ales.

Și-ntr-o zi, de bună seamă
Adormi-i și eu nițel,
Căci pluteam fără de teamă
Peste satul mititel.

Tot zburând peste pământ
Satul parcă-ntinerea
Derulată înapoi
Viața mea nu exista.

Toți sătenii se schimbau
Capul mi se învârtea
Se nășteau, mureau, trăiau,
Timpul nici că se oprea.

Iată, satul dispăru,
Călărește-un om pe cal
Și o clipă îmi păru
Că îl văd pe Decebal.

Ochii nu mă înșelau
Într-o bătălie grea,



Ilie Elena

Dacii se împuținau
Iar Traian îi învingea.

Dar ceea ce mă mira
E că cerul înstelat
Cobora și cobora
Până ce s-a luminat.

Iar când noaptea se lăsa
Stelele se așterneau
Ceată de copii venea
Și din ele culegeau.

Eu atunci am înțeles
Că stelele au fugit...
O steluță am ales
Și-am plecat cu ea, măhnit.

Și-n concluzie, constat
Că atât suntem de răi

Încât cerul a urcat,
Renegând copiii săi.

Și acum c-am terminat
Să îți dau steluța-n dar
Să o ai, să fii curat
S-o ții lâng-abecedar!

Învățând și de la noi
A trăi și a grăi
Deveni-vei mai apoi
Ceea ce dorești să fii.

Și se spune din bătrâni:
Că muncind vei căpăta.
Deci te rog, băiatul meu,
Fă să se întâmple așa!

Maria Ilie, clasa a VIII-a A

Legenda apei

Era odată o fată pe nume Ianula. Îi plăcea foarte mult natura, biologia fiind materia sa preferată. Era în clasa a cincea. Mereu răspundea la ora de biologie și mereu știa lecțiile pe care nu le studiasse încă. Tot ce nu îi plăcea să studieze la biologie era apa, i se părea o lecție inutilă, banală. Pentru ea apa era o substanță chimică inodoră, incoloră și insipidă după cum învățase ea. Așadar, o pierdere de timp, o simplitate.

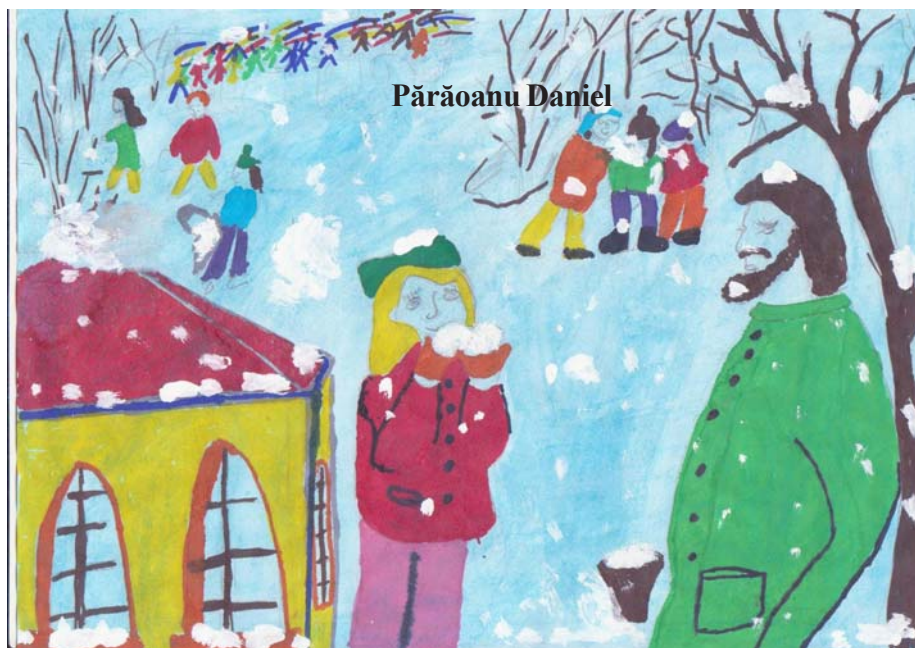
Urma testul de biologie. Acesta consta într-o compunere de tip eseu în care să scrie tot ce știe despre apă și voia ca a ei să fie cea mai bună și cea mai expresivă.

Seara, s-a culcat devreme. Visul își făcuse cale prin subconștient... Cineva o chemă în vis. Oare cine era? Cine o ademenea? Era Apa, metamorfozată într-o bună prietenă...

– Ianula, vino cu mine! Nu te teme! Îți voi povesti ceva! Știi cine sunt eu?

– Cum să nu știu? Ești Apa!

– Nu sunt doar Apa! Eu fac parte din rodul divinității, din viața externă și internă a omului. Te-ai gândit vreodată



Păraoanu Daniel

ce s-ar întâmpla cu tine dacă nu ai avea apă sau cât de rău este când ești însetată? Fără apă, tu și celelalte ființe ale planetei nu ați putea trăi. Oamenii, animalele și plantele au nevoie de apă. Te-ai gândit de ce planetei noastre i se mai spune și PLANETA ALBASTRĂ? Pentru că apa ocupă o suprafață mai mare decât uscatul prin mări, lacuri și oceane. Știi oare cum am apărut eu? Se spune că am fost plăsmuită de Dumnezeu în primele zile de creație. Așa și este. Însă eu am o legendă. Vrei să o auzi?

– Da, aș vrea să știu cât mai multe despre tine!

„– Erau odată două zâne: Zâna Perlă de Foc și Zâna Apă Cristalină. Erau surori, însă se urau una pe alta. Zâna Perlă de Foc făcea numai rele, avea multe puteri, dar aceste puteri erau negative. Orice nu îi convenea, transforma în foc.

Văzând toate aceste rele făcute de sora sa, Zânei Apă Cristalină îi părea rău și se gândea cum să oprească, dar nu avea nicio putere. Amărându-se, plângea cu lacrimi din care ieșea apă curată ca lacrima. Realizând că iese apă din lacrimi și-a zis că aceasta poate stinge focul năprasnic. Așa a pornit lupta contra surorii sale, aruncând asupra focului toată apa pe care o avea. Apa fiind pură, curată a stins tot focul. Zâna Apă Cristalină a împrăștiat apoi, pretutindeni, Apa, adică pe mine. M-a împrăștiat pe tot globul, în diverse părți.”

Dimineață, Ianula și-a amintit visul. Era confuză, dar și-a dat seama că acest vis a fost foarte sugestiv pentru importanța apei. Avea idei!

Miruna Ioana Tudoreanu, clasa a VII-a B



Ce să știți despre...

Miezul de nucă

Nucul este un pom fructifer cunoscut din timpuri străvechi, menționat fiind cu admirație în scrierile romanilor și grecilor antici. Fiind considerat „hrană pentru zei“, el a fost plantat cu multă atenție, în locuri anumite, bucurându-se de o popularitate deosebită. Fructele sale sunt azi folosite în alimentație, la prepararea unor dulciuri și produse pentru desert, cât și în cosmetică. Consumat moderat, miezul uscat dă bune rezultate în dieta vegetarienilor. De asemenea, nucile mai pot fi folosite, rațional, în cazuri de debilitate fizică, bineînțeles, la recomandarea medicului. Miezul de nucă uscat conține: 5-10% apă, 13-17% proteine, 10-15% glucide, 55-60% grăsimi, săruri minerale și vitamine. 100g de miez de nucă conferă organismului circa 670 de calorii.

Folosite rațional, nucile constituie un aliment gustos și bogat în calorii, indicat atât în alimentația adulților cât și în cea a copiilor.

Fructele citrice – un valoros medicament

Aroma răcoritoare a lămâilor, portocalelor, mandarinelor și grepfruturilor, gustul lor plăcut, conținutul bogat în vitamina C etc., au făcut ca aceste fructe să fie cele mai căutate în sezonul rece. Dar puțini știu că aceste delicii reprezintă veritabile medicamente naturale folosite cu succes într-o serie de afecțiuni. Astfel au dat bune rezultate în bolile de ficat, în cele eruptive cu temperatură mare, în coalescența unor boli generale ale organismului, în stările de oboseală cu scăderea forței musculare, în bolile de rinichi, precum și în cele de inimă, în hipertensiunea arterială, în unele intoxicații, în asteniile



copiilor și adolescenților etc. Fructele citrice, adică toate fructele care au în compoziția lor acid citric, conțin pe lângă acest acid și o cantitate relativ mare de vitamina C, zahăr, calciu, fosfor și fier.

Efectul binefăcător al acestor fructe plăcut aromate a fost descoperit cu ocazia unor navigații de lungă durată pe oceanele lumii, când, hrănindu-se numai cu alimente conservate, marinarii se îmbolnăveau. Gingiile li se umflau și sângerau, dinții le cădeau, sub piele și pe mușchi apăreau puncte hemoragice, iar întreg organismul era cuprins de oboseală. Dar s-a observat că în timpul escalelor în porturile din țările cu climă caldă, când marinarii puteau consuma printre altele și portocale, lămâi, mandarine și grepfruturi, starea lor generală se ameliorează și încet, încet, își reveneau. Acesta era – fără putință de tăgadă – efectul substanțelor conținute în sucul de citrice.

În lipsa citricelor, merele, perele și zarzavaturile proaspete ne oferă cantitatea corespunzătoare de vitamina C și de săruri minerale atât vara cât și iarna.

Spanacul – numai aliment?

La îndemâna tuturor și ușor de pregătit, spanacul, gătit simplu sau în asocieră cu orez, ouă sau carne, reprezintă alimentul ideal pentru toate vârstele.

Originar din Asia Mică, necunoscut de greci și de latini, se pare că a pătruns în Europa în timpul cruciadelor. Foarte apreciat de medicii arabi care îl foloseau pentru tratarea „inflamațiilor pieptului“, sub formă de cataplasme, iar mai târziu sub formă de fiertură în „curățirea intestinelor“. A fost preluat în secolul al XVI-lea de către medicii francezi și folosit ca laxativ. Abia un secol mai târziu, tot medicii francezi au fost aceia care au constatat că pe lângă efectul său de „mătură a intestinului“, spanacul altfel pregătit decât ca o simplă fiertură, poate fi și un bun aliment. Analizele de laborator au precizat că el conține următoarele elemente: apă 92,30%, substanțe azotoase 1,34%, grăsimi 0,17%, zahăr 4,77%, celuloză 0,87%, fier 50 mgr% și iod 18 mgr%. De asemenea, vitamina A și C, 60 mgr la 100 grame de produs, precum și urme de vitamine din complexul B și diverse săruri minerale.

Datorită acestor compuși, el joacă un rol important ca remineralizator în special în anemii, când acționează prin vitaminele din complexul B și fier. De asemenea, consumul de spanac ajută într-o oarecare măsură și la fixarea calciului în organism.

(Selecție din *Caleidoscopul sănătății*, Dr. George M. Gheorghe, Buc., 1983)

Ca ei și noi...

Se scutură salcâmi
În ape și în ploi,
Puțin, și vor rămâne
La fel de goi ca noi.

În râuri apa trece
Pe pietre tari și moi
Că totul va rămâne
La fel de gol ca noi.

Petală cu petală
Adie ca un roi,
Ce-a mai rămas din floare –
Ce-a mai rămas din noi.

Se pierde apa vie
Din vremea de apoi...
Rămâne doar cea moartă
Pe care o bem noi.

Pe unde e curată
Blândețe de la oi,
Ce-ascunde-n ea neștirea
Furată de la noi?

Pământu-ncepe acumă
Cu unu și cu doi
Răcindu-se de lege
Căci zero suntem noi!

Se scutură salcâmi,
Ne-am scuturat și noi
Încet, încet ne pierdem
Între pământ și ploi!

Maria Ilie, clasa a VIII-a A



Prețul cel mai mare

Bijutierul era așezat la biroul său, privind distrat strada prin vitrina elegantului său magazin.

O fetiță se apropie și-și lipi nasul de geam. La vederea unuia dintre obiectele expuse, ochii ei albaștri ca cerul se luminară. Intră hotărâtă în magazin și arătă cu degetul spre un splendid colier de peruzele albastre.

– E pentru sora mea. Puteți să mi-l împachetați frumos pentru un cadou? Patronul magazinului o fixă din ochi pe micuța clientă și o întrebă:

– Câți bani ai?

Fără să pregete, ridicându-se pe vârfuri, fetița puse pe tejghea o cutie de tinichea, o deschise și o goli. Căzuseră câteva bancnote de mică valoare, un pumn de monede, câteva scoici și niște figurine.

– Ajung? întrebă ea cu mândrie.

– Vreau să fac un cadou pentru sora mea mai mare. De când mama nu mai este, ea e cea care-i ține locul și niciodată nu are nici măcar o clipă pentru ea. Astăzi e ziua ei și sunt sigură că o voi face foarte fericită cu acest cadou. Piatra aceasta are aceeași culoare ca ochii ei.

Omul se duse în spate și reveni cu o hârtie de împachetat nemaipomenit

de frumoasă, roșie cu auriu, cu care împachetă cu grijă cutia.

– Ia-o, spuse el fetiței. Și du-o cu grijă.

Fetița plecă foarte mândră, ținând pachetul ca pe un trofeu. O oră după aceea, în bijuterie intră o fată frumoasă cu părul de culoarea mierii și cu niște ochi albaștri minunați.

Puse cu hotărâre pe tejghea pachetul pe care bijutierul îl făcuse cu atâta grijă și spuse:

– Colierul acesta a fost cumpărat de aici?

– Da, domnișoară.

– Și cât a costat?

– Prețurile practicate în acest magazin sunt confidentiale: nu privesc decât pe client și pe mine.

– Dar sora mea avea doar câțiva bănuți. N-ar fi putut cumpăra niciodată un colier ca acesta!

Bijutierul luă cutia cu prețiosul ei conținut, o închise, refăcu cu grijă ambalajul cadoului și-l înapoie fetei.

– Sora dumneavoastră a plătit. A plătit prețul cel mai mare pe care-l putea plăti cineva: a dat tot ceea ce avea.

(sursa: internet)

Apa, tovarășă de viață

Apa ne este însoțitoare permanentă. Ea constituie însăși viața. De la început ne întâlnim cu ea: apa ne curăță sufletul, dar și trupul. Cum ar arăta un oraș în care nu a plouat? Cum ar arăta un om după o zi plină de muncă neputând face o baie? Pe plan spiritual, același lucru îl face și apa Botezului: spală păcatele, făcându-l pe cel botezat să aibă sufletul curat, strălucitor, vrednic să-L primească pe Dumnezeu, Botezul constituind începutul garanției vieții spirituale în Hristos. Însă apa mai are un rol foarte important încă de la începutul vieții: cel de a potoli setea.

S-a dovedit științific faptul că un om poate trăi fără mâncare până la 40 de zile, dar fără apă, doar câteva.

Apa are un rol multiplu în organism:

- menține în activitate normală toate funcțiile organismului;

- elimină reziduurile și toxinele din organism, pentru că toate lichidele care ajung în organism, trec prin rinichi; acolo substanțele nefolositoare sau dăunătoare organismului sunt procesate, apoi se elimină prin urină și transpirație, iar substanțele folositoare ajung în sânge;

- susține procesele de termoreglare și transpirație: în mediile foarte calde (sau vara), soarele încălzește organismul mai mult decât este nevoie; pentru a ne menține temperatura corpului la aproximativ 36-37°C omul elimină transpirație sau săruri.

Apa este introdusă în organism simplă, sub formă de băuturi sau împreună cu alte alimente. Într-adevăr, în afară de apa pe care o bem, o cantitate de apă se formează în organism prin oxidarea alimentelor consumate. Însă nu toată lumea consideră că dacă mănâncă pâine, carne, dulciuri sau legume introduce apă în corp. Este greșit. S-a demonstrat că prin oxidarea a 100 de grame de grăsime se formează 107 grame de apă, din 100 de grame de amidon se formează 55 de grame de apă, iar din 100 de grame de albumină se formează 41 de grame de apă. De obicei fructele și legumele conțin peste 90% apă, iar alimentele precum pâinea sau carnea conțin între 60% și 80% apă.

Omul are nevoie zilnic de minim 2 litri de apă, dar uneori poate apărea nevoia de chiar 10 litri de apă. Pentru noi, în general e nevoie să „schimbăm apă” pentru că rinichii pot elimina zilnic între 1,6 litri și 2 litri de apă. Dar cantitatea variază în funcție de mai mulți factori: în boli cum ar fi diabetul se pot elimina zilnic până la 10 litri de apă.

În urmă cu mulți ani, fiziologul Claude Bernard a încercat să determine proporția de apă din organismul

uman. Cum a procedat? Mai întâi a cântărit corpul unei mumii egiptene care era complet deshidratat, apoi această greutate a comparat-o cu cea a unui om de aproximativ aceeași înălțime. Astfel a aflat că apa poate constitui până la 90% din proporția organismului uman. Dar acest procent depinde și de vârstă: în corpul unui copil apa reprezintă 70-80%, iar în cel al unui adult aproximativ 60%. Pe măsură ce înaintăm în vârstă, procentul de apă din organism scade. Astfel, la bătrânețe apar ridurile care practic semnifică lipsa apei din organism. La tinerețe, pielea este elastică și bine întinsă datorită conținutului mare de apă, iar la bătrânețe pielea are riduri din cauza lipsei de apă. Exact așa se întâmplă cu un fruct, de exemplu mărul: atunci când îl culegem din copac acesta are coaja netedă, fină, bine hidratată, iar dacă îl lăsăm peste iarnă în beci sau într-o cămară, coaja lui devine stafidită, zbârcită, aspect ce se simte și se observă și la miez (la pulpa fructului).

Însă de unde vine apa pe care o consumăm zi de zi și de care suntem practic dependenți? Unii o preiau de la robinet, din sistemul public de alimentare cu apă potabilă, alții preferă să o cumpere îmbuteliată în recipiente de plastic sau sticlă, apa fiind plată sau minerală, cu diverse proporții în conținutul de minerale și săruri. În ambele cazuri apa provine din natură, trecând prin filtre și teste, prin care se garantează faptul că e potabilă.

Dar cred că puțini dintre noi s-au gândit la poluarea intenționată sau neintenționată a apei, care trebuie să devină potabilă. Dacă aruncăm un ambalaj de plastic aiurea, pe jos, vântul îl duce până într-un pârau sau râu, care este poluat în timp, prin această lipsă de educație sau neatenție. Din pârau, apa ajunge într-un râu și de acolo, de exemplu într-un lac de acumulare, de unde se ia apă pentru instalațiile casnice. Dar la fel, în canalizare se adună tot felul de substanțe chimice, care poluează mediul. Astfel ne facem singuri rău. De aceea suntem îndemnați să folosim mai mult produsele biodegradabile sau obținute din substanțe naturale, pentru ca supra-numita *Planetă albastră* să își păstreze cu mândrie numele pe termen cât mai îndelungat. Așa putem dovedi că suntem prietenii ei, iar ea ne bucură cu același dar.

Se știe că apa trece printr-un întreg circuit, chiar sub ochii noștri, deși uneori noi nu putem acorda atenția necesară apei. Trebuie doar să ne responsabilizăm toți printr-o atitudine de respect față de noi înșine și în mod indirect față de apă, ca simbol al vieții.





ALTE INFORMAȚII DESPRE APĂ ÎN ORGANISM

· Este sănătos și necesar să bem apă. Ne „spălăm” corpul în interior. Sportivii pierd multă apă transpirând. Ei trebuie să bea suficientă apă pentru a recupera ce au pierdut. Dar când transpirăm pierdem și multe săruri. Deci sportivii, și nu doar ei, trebuie să redobândească sărurile pierdute. Cine urcă mult pe munte are deseori tablete de săruri minerale. Cine face sport și bea doar apă o perioadă mai lungă de timp ajunge să aibă o sete de nepotolit, care duce la „otrăvirea” corpului cu apă. Într-adevăr alergători de maraton au murit din cauză că au băut prea multă apă și au pierdut prea multe săruri.

· Simțim nevoia de a merge la toaletă când vezica noastră conține 0,33 litri de urină, dar în vezica urinară încapă mult mai mult. Însă oricine bea o sticlă de apă minerală având 750ml lichid, automat va simți nevoia eliminării urinei. După 50 de ani, vezica își pierde din elasticitate, ceea ce produce mersul des la toaletă. Copiii au o vezică mult mai mică. La capătul ei este un mușchi denumit sfincter. Copiii mici nu știu însă să-și stăpânească acest mușchi; ei trebuie să învețe acest lucru.

CITATE DESPRE APĂ

„Apă! N-ai nici gust, nici miros, nici culoare, nici aromă, nu poți fi definită, te gustăm fără să te cunoaștem. Tu, nu numai că ești necesară vieții, tu ești însăși viața! Ești cea mai valoroasă bogăție din lume și ești cea mai gingașă, tu, atât de pură în adâncul pământului!” (Antoine de Saint-Exupery)

„Drămuiește-ți apa când te duci în pustiu! Cântărește-ți mintea când te aventurezi în viață!” (Valeriu Butulescu)

„Nu-l arunca pe cel însetat în mijlocul unui ocean cu apă dulce.” (Valeriu Butulescu)

„Uitam că cercul apei și al vieții este același.” (Jacques-Yves)

„Apa este singura băutură pentru un om înțelept.” (Henry David Thoreau)

„Apa-ntr-un pahar scânteie toată, apa-n mare e întunecată.” (Rabindranath Tagore)

„Sunt râu, cobor pentru a crește.” (Valeriu Butulescu)

„Apa, cu cât e mai săracă, cu atât e mai limpede.” (Valeriu Butulescu)

„Apa avansează, pietrele rămân.” (Valeriu Butulescu)

Pe data de 22 martie, în fiecare an, se sărbătorește Ziua Mondială a Apei. Această sărbătoare a fost instituită pentru că apa este una din resursele indispensabile omului. Festivitățile dedicate acestei zile reprezintă un bun prilej pentru a reaminti cât de periculoasă ar fi poluarea apei sau absența ei, trezindu-ne puțin interesul în privința acestui subiect, care nu e mereu discutat atât cât este nevoie. Deci trebuie să conștientizăm și să apreciem valoarea apei pentru noi toți. Astfel ne protejăm țara, dar și întreaga planetă, creând un proiect de viitor de care lumea întreagă beneficiază.

Iată o poezie care evidențiază importanța apei în special vara, atunci când corpul nostru trebuie să elimine căldura cu ajutorul apei, prin diferite metode pe placul copiilor, dar și al adulților.

Estivală...

de Mihai Leonte

*Căldură toridă. E vară,
Razele de soare te-nțeapă,
Ce liniște și cald e afară,
Din apă.*

*Te arunci ca un pește,
Scăpat cumva din plasa ruptă,
În râul ce liniștit unduiește,
Sub stâncă.*

*În oraș căldură mare,
Asfaltul crapă sub talpă,
Chioșcuri de răcoritoare
Vând apă.*

*Toată lumea trage la ștrand,
În foarte mare grabă,
Fug toți de soarele cald
La apă.*

grupaj realizat de **Teofana-Andreea Mazilu,**
clasa a VII-a C



Apolodor la școală

Apolodor, cu frac de școală
Ajunse într-o zi la școală,
Și a uimit copiii care,
L-aplaudau foarte tare

La ora de biologie
A-nebunit de bucurie
Când a citit de Labrador
Țara pinguinilor

În sala de Laborator
Apolodor cânta la cor
Cu copiii mici coriști
Care sunt acum soliști.

Apoi l-au dus pe Apolodor
Și-n sala de Calculator
Și i-au pus un frumos film
Despre micii pinguini

Iar copiii, n-au ce face
Și la sport l-au dus și pace
Și a dansat Apolodor
Spre uimirea tuturor

Toți știau că el doar cântă
Și urechile le încântă
Dar acum că și dansează
Nu-i pinguin, ci sfârlează!

Dimitria Ilie,
clasa a V-a A



Peripețiile lui Apolodor

Într-o zi Apolodor
Cu urechea de tenor,
Mergând către Labrador
S-a rătăcit pe un nor.

Norișorul jucăuș
L-a purtat pe sus, pe sus
Și l-a dus așa-ntr-o doară
Până a ajuns la școală.

Apolodor s-a cam mirat,
Pentru că nu a visat
Să ajungă el vreodată
La o școală așa curată.

Când pe holuri a intrat
Copiii s-au bucurat
De un musafir ciudat
Ce în frac e îmbrăcat.

L-au condus apoi în clasă
Și l-au așezat la masă.
O carte i-au oferit
Ca un semn de bun venit.

Pinguinul nostru drag
S-a pus pe solfegiat
Și cu darul de tenor
Te purta pe sus, în zbor.

Cu glasul său fermecător
El a fost primit în cor.
A uitat de Labrador
Sărăcuțul de tenor...

De-atunci...și azi mai cântă
Și urechile ne-ncântă
Până când va trebui
Să plece iar într-o bună zi.

Către ținuturi polare,
Către ghețuri plutitoare,
Către zări fără de soare,
Spre locuri nepieritoare.

Teofil Ilie, clasa a V-a A

Tărâmul fermecat

Bunicul mi-a spus cândva o poveste
foarte frumoasă...

„A fost odată o zâna preafrumoasă. Ea
trăia în Tărâmul de Nicăieri, o țară magică.
O chema Alis și locuia într-un copac
fermecat.

În adâncurile pădurii, unde n-a călcat
picior de om, iar peisajul, rupt parcă din
necuprins, licărea un izvorăș ca de cristal.
Lumina oglinduită pătrundea printre
frunzele de smarald și se împrăștia în toată
splendoarea ei ca într-un dans jucăuș.
Izvorul acesta era inima Tărâmului și, de
fiecare dată când un om îndrăzne să rupă
o floare, o frunză de pe undeva, izvorul
scădea. Alis știa că dacă apa va seca, totul
se va transforma în stană de piatră. Trebuia
neapărat să-i facă pe muritori să iubească
plantele și animalele, să le ocrotească, dar
nu știa cum. Pe zi ce trecea tot mai mult
pământ se împietrea... Viețuitoarele erau
nevoite să plece pentru a nu fi înghițite de
infernul ce se așternea peste ele. Zâna se
gândise că ar putea merge chiar ea în
lumea oamenilor și, printr-o magie, le-ar
implementa în conștiință cât de mirifică e
natura. Știa însă că nu avea atâta putere.

A așteptat neajutorată, la fel ca ceilalți,
rugându-se și sperând să se termine acest
vis urât. Și... iată! Într-o zi, izvorul a crescut
brusc, iar Lumea de Piatră se retrăgea ușor.
Nimeni nu știa cum a fost posibil, dar asta
se întâmplase, deoarece oamenii au avut
de suferit în cele din urmă și și-au schimbat
stilul de trai, plantând la loc ce au defrișat,
curățând ei înșiși apele și iubind și
protejând animalele.“

Paradisul pornește dintr-un strop
real... Apa susură încetișor la vale,
întruchipând viața. Amintirile curg împreună
cu visurile, sunt purtate până la capăt, unde
mor, o dată cu noi. Nimic nu este la
întâmplare, iar natura este oglinda
sufletului nostru. Ne reflectăm în absolut
orice este lăsat pe pământ... de la sămânța
care cade dintr-o floare și dă naștere uneia
și mai frumoase, de la pasărea ce își crește
puii și până la om! Apa este cea mai
importantă din tot acest circuit, deoarece
ea domină Pământul și fără ea nu ar fi
nimic, decât un „Tărâm Împietrit“ și, într-o
curajoasă parafrază: „Dacă apă nu e,
nimic nu e!“

Timoteea-Teodora Marin, clasa a VII-a B

Un interior plăcut și sănătos

Casa – locuința în care trăim – ne rezervă nu numai plăcerea revederii cu cei dragi, dar și locul unde ne adunăm cu toții după o zi de muncă, în atmosfera caldă a familiei. La această atmosferă contribuie nu numai armonia din familie, ci și felul cum este aranjată locuința noastră.

Desigur că toți știm să proiectăm un interior plăcut și să-l întreținem cât mai curat. În primul rând trebuie să evităm aglomerarea încăperii cu mobilă, tablouri, flori ornamentale, bibelouri, șervețele, mileuri etc. Acestea reduc spațiul necesar și adesea această înghesuială este nesănătoasă și inestetică.

Pentru sănătatea familiei noastre, curățenia în locuință trebuie să o începem cu aerisirea. Zilnic, vara sau iarna, lăsăm ferestrele deschise câteva ore; așa reîmprospătăm aerul din locuință. Iarna, în niciun caz nu facem focul în cameră înainte de a o aerisi (în cazul în care avem șeminee sau locuim la țară). Este bine ca întodeauna seara, mai ales iarna, înainte de culcare să lăsăm în camerele de dormit, cel puțin o jumătate de oră, geamurile deschise. Areul proaspăt ne va asigura un somn bun, sănătos.

Iată cum arată o casă a visurilor, punctând anumiți termeni-cheie, dar folosiți metaforic (o riguroasă selecție din tezele foștilor elevi ai școlii pe care v-o prezentăm cu mult drag).

Spunem casă și ne gândim la un loc cald, primitor. Dar casa inimii? O *modestă locuință*, cu câte un an de naștere, care a aparținut părinților până într-o clipă a vieții noastre când ne-am luat zborul...

O *apă* curentă ne străbate, ne inundă venele și nu ne lasă să secăm. *Încălzirea* mixtă ce constă în dragoste amestecată cu ură, transmite căldură și

dorință. *Cărbunele*, materia cenușie, se zbate, dorește hrană dulce. Suntem *flori* în toate sezoanele. Facem lucrări necesare pentru a menține casa inimii. Picăm și ne ridicăm, luptăm cu îndârjire pentru stropi de dragoste ce folosesc bunului *mers*...

E o casă. Așadar, avem nevoie de dulapuri pentru amintirile frumoase, coș de gunoi... care trebuie dus din când în când... E casa inimii, aspiră la lumină! Nu uita de ea!

Cristina Iulia Scurtu



Casa inimii mele. O *modestă locuință* în care trăiește toată persoana mea cu toate trăirile, temerile, aspirațiile, dorințele, gândurile sau defectele. O *grădină* și un *spațiu* de circulat a vieții prin mine. Aleargă fiori sau emoții, se joacă sentimente și amintiri, ideile se mănâncă între ele, sobe cu lemne și *cărbuni* încălzesc patul cunoștințelor. Ah, ce casă primitoare și încăpătoare! Știu bine că ea poate primi multe lucruri spirituale, cu cât mă hrănesc mai mult, cu atât ea crește spre neștiute înălțimi.

O port în mine. În fiecare bucățică din ființa mea. În ea ascund toate secretele. Le încui cu *dale din beton*, ca apoi să le pot descuia oricând doresc să le fac o vizită.

În orice anotimp, fie toamnă, fie vară, în ea mă pot regăsi, mă pot adăposti de tentații și ispite, de curenți de tristețe sau ninsori de dorințe. Bine am venit acasă! Aici trăiesc eu!

Teodora Nichita

Rugăciune

Noi, țărani desculți, Părinte,
N-are cine să ne-alinte,
Din zori muncim cu mâini de foc
Dar focul lasă răni loc.
Desculți suntem ca să muncim la viperi,
Desculți vom fi și dacă vom fi liberi!
Aripi avem, dar sunt legate-n lanțuri,
Iar cei ce n-au se „odihnesc” în șanțuri.
Părinte, te rugăm fierbinte,
Să pui mâna Ta dreaptă pe-oseminte!
Căci suntem morți în trupurile sfinte,
Noi suntem morți, dar fără de morminte!
Dezleagă lațul ce-ndoaie grumazul,
De-atâta veșnicie înainte,

Am vrea să nu mai biciuiască-obrazul
Ce chipu-Ți oglindește, o Părinte!
Copiii noștri slabi și goi,
Fug fără 'a se uita-napoi.
Muncesc și mor ca orice câine,
Cu visul la un colț de pâine.
Cei care nu pot să rămână,
Chemarea codrului îngână.
Cu chipul mamei înainte,
Fugind de chinul dinainte
Căci sub „tutela” cea păgână,
Un râu de lacrimi se adună!
Salvează-ne, Părinte!

Maria Ilie, clasa a VIII-a A

Lunile anului - o altă proiecție

Ianuarie – prima lună a anului, „Gerarul” cum îi spuneau bătrânii, odată cu urările de „la mulți ani”, sănătate, fericire și prosperitate. Un nou an de activitate, cu forțe sporite, optimism și angajamente de mai mult și mai bine. Natura este îmbrăcată în mantie albă...

Februarie – privită cu suspiciune datorită inconsecvenței calendaristice, atât în ceea ce privește numărul zilelor cât și situația atmosferică, „Făurarul” este o lună prin excelență capricioasă, plină de surprize. În prima sa parte, iarna este în toi, cu zile reci și viscole, cu nopți senine, dar extrem de geroase. Zilele și nopțile cețoase sunt destul de frecvente.

Martie – printre norii zdrențuiți ce se fugăresc pe bolta sinilie, un soare palid mângâie cu raze timide case, pomi și oameni dezmoștiți. Stoluri de vrăbiuțe gălăgioase se ceartă pentru un fir de verdeață. Adierile unui vânt primăvărat trezesc întreaga natură, după ce în prealabil și-a trimis ghiociei mesageri. Din pământul ce mai poartă încă pete de zăpadă ies aburi fumurii. Și încet, încet totul reînvie în natură. Luna martie confirmă atributul de prima lună a primăverii.

Aprilie – șăgalnicul „Prier” se hârjonește la sânul firii. Păsările cântă, pomii mai toți sunt înfloriți, în grădini...mii de flori. Temperatura înregistrează salturi însemnate, zilele devin tot mai însorite. A sosit primăvara și odată cu ea apar și primele trufandale legumicole.

Mai – lumină, flori și poezie, în luna lui „Florar”, voie bună și dragoste de viață. Întreaga natură este desenată în zeci de culori. Totul ni se pare mai frumos, mai tânăr. Renăscută, natura ne invită s-o admirăm și să ne bucurăm de explozia ei de viață și culoare: *Verde crud, verde crud.../Mugur alb, și roz*

și pur;/ Te mai văd, te mai aud,/ Vis de-albastru și de-azur (G. Bacovia).

Iunie – soarele revarsă căldură și luminează peste natura încărcată de rod a lunii lui „Cireșar”. Doar zilele cu ploi scurte, calde și repezi mai schimbă periodic peisajul estival.

Iulie - *soarele prăvălește torente de lavă aprinsă. Sub dogorea de foc, căzută de sus, pământul încins crapă sfârâind. Pe sineala bolții – nicio pată. Aerul, lichefiat de căldura năpraznică, se unduie în valuri ireale, străpuns de săgețile de foc. Pe obrazul ars și-ncremenit al naturii viața parcă a dispărut!* Așa prezintă foarte sugestiv luna lui „Cuptor”, într-una din schițele sale, scriitoarea Maria Arsene. Soare, plajă, drumeții, ascensiuni montane. Cum însă căldura predomină, există în cea mai mare măsură primejdia unei insolații datorită expunerilor neraționale la soare...

August – poate luna cea mai îndrăgită a anului, „Gustarul” a însemnat odată simbolul libertății... Frumusețea vremii și a naturii este cântată de poeți, precum Eugen Jebeleanu în *Luminile lui August*. Este cea mai tonică pentru organism. Este luna cea mai propice pentru odihnă și tratament, de recuperare a stării de sănătate, poate și pentru faptul că cerul este mai senin ca niciodată, aerul mai cald și îmbietor, natura mai blândă și mai primitoare ca oricând. Este luna când se culeg cele mai multe plante medicinale, este luna băilor și curelor hidrominerales, a regimurilor de crudități, de salate și fructe...

Septembrie – luna lui „Răpciune” în care pământul revarsă toate „comorile” unui an de muncă și de efort: cele mai minunate fructe și

legume. Strugurii, aromă și deliciu, sunt simbol al abundenței și poeziei...

Octombrie – suntem în mijlocul toamnei, luna lui „Brumărel”, cu cer plumburiu și posomorât, forfecat din când în când de aripile păsărilor călătoare și de frunzele ruginii care cad. *Oaspeții caselor noastre, cocostârci și rândunele,/ Părăsit-au a lor cuiburi ș-au fugit de zile rele;/ Căldurile de cucoare, înșirându-se-n lung zbor;/ Pribegit-au urmărite de al nostru jalnic dor* (V. Alecsandri). Zilele însorite, calde, dar și cu ploi repezi, cu vânt jucăuș și cald, dar și cu rafale ceva mai puțin plăcute ce te îndeamnă să te uiți totuși cu teamă la filele calendarului...

Noiembrie – purtate de vântul rece, frunzele îngălbenite își trăiesc spasmodic agonia, în timp ce pe bolta cenușie nori fumurii și ultimele păsări călătoare se întrec într-o fugă fără câștigător. Din când în când, o ploaie rece și pătrunzătoare de toamnă anunță penultima lună a anului. Și încet sau precipitat, fenomenele meteo – cu ploi reci, abundente și vânt pătrunzător – încearcă să stăvilească poezia... *Amurg de toamnă pustiu, de humă,/ Pe câmp sinistre șoapte trec pe vânt/ Departe plopilor s-upleacă la pământ/ În larg balans lenevos, de gumă* (G. Bacovia).

Decembrie – lună bună de iarnă, luna lui „Indrea”, având în vedere rolul de protecție pe care îl are zăpada asupra culturilor cerealiere, cât și de primenire a atmosferei. Chiar dacă frigul ne sperie, decembrie are totuși farmecul său, mai ales dacă ne gândim la tradiționalele sărbători de iarnă și la bilanțul pe care îl facem la încheierea anului.

Prof. Mariana Popa

Marie!

(urmare din p. 1)

Aceste întrebări au căzut cu atâta greutate în inima ei, încât nu a mai putut ascunde adevărul. Emoționată și rușinată a mărturisit tot ce a făcut.

– Vai, Marie, se poate una ca aceasta? Să-ți părăsești copiii, să-i lași în voia soartei și să te arunci în valul atâtor răutăți? Așa păstrezi tu respect și amintire bărbatului tău? Unde-ți este credința ta cea tare și pilduitoare în Domnul Iisus? Nu ți-e frică de Dumnezeu? Îți dai tu seama ce faci? Știi cât de mare este nelegiuirea?

Ea nu răspundea niciun cuvânt, dar sufletul îi era cuprins de o mare muștrare și din ochi îi curgeau lacrimi. Într-un târziu a rupt tăcerea și a vorbit:

– Îți mulțumesc mult, priten; mi-ai ieșit în cale la timp. Dacă nu mă întâlneai și nu mă strigai pe nume, cine știe cât de rău se sfârșea viața mea! Îmi pare rău pentru tot ce am făcut, dar nu voi mai păcătui; chiar azi, cu primul

tren, mă întorc acasă la copiii mei, pentru care mă voi jertfi tot restul vieții. L-am părăsit pe Domnul Iisus, de aceea m-a biruit duhul cel rău al lumii. Mă bucur că L-am regăsit pe Domnul, sunt fericită că m-am oprit cu un ceas mai devreme din calea pierzării. Cred că Domnul Iisus cel Înviat din morți, precum a strigat-o pe nume pe Maria Magdalena, care stătea plângând lângă mormântul gol, m-a strigat și pe mine prin glasul tău. M-a luminat și m-a făcut să înțeleg drumul greșit pe care am pășit și să mă întorc iarăși la El, la Biserică, la trăirea Sfintei Evanghelii. Domnul fie lăudat și binecuvântat că nu m-a lăsat în rătăcire.

Pe câți dintre noi nu ne fură gândul ispitelor diavolești. Îl părăsim pe Domnul Iisus Hristos și ne aruncăm în valurile tulburi ale atâtor patimi rele? Dar Bunul nostru Mântuitor, care este pururea viu, care vede și cunoaște tot ceea ce gândim și facem ne vine în ajutor. Ne strigă pe nume ca să ne trezească din rătăcirea în

care am căzut. Să fim sinceri cu noi înșine și să ne recunoaștem ceea ce se petrece în sufletul nostru când înfăptuim răul, sub orice formă ar fi el. Glas tainic auzim în inima noastră care ne spune blând și iubitor:

– Trezește-te, oprește-te! Bagă de seamă ce faci?! Fugi, fugi din calea cea rea a fărădelegii! Acest glas tainic este glasul de chemare al Domnului Iisus, glas care ne frământă și ne luminează launtric, pentru că Domnul Hristos, în folosul nostru personal, ne vrea mereu lângă El, cu El, pe calea cea bună, pe drumul cel drept al trăirii în lumina sfintei și strălucitoare Sale Învieri din morți.

Fericiți vom fi, dacă, în clipele de mare destrămare morală, vom da ascultare acestei tainice chemări dumnezeiești și vom folosi ajutorul pe care ni-l întinde Domnul și Mântuitorul nostru Iisus Hristos ca să scăpăm din prăpastia pierzării în care ne împing fărădelegile.

În Țara Uriașilor

Oare cum am ajuns eu aici? Ce este această lume în care îi văd pe unii colegi atât de mici, iar pe alții atât de mari?

Corect! Este școala unde sunt vise mici sau vise mari, dar de obicei toate acestea erau mari. Este sentimentul pe care îl simțim la o anumită vârstă, când ne vedem în toate puterile, când suntem încrezători, dar nu la vârsta tinereții, ci la cea a copilăriei sau cea a adolescenței. A luat ființă acest sentiment de a avea vise mari pentru că fiecare dorește să devină om valoros. Însă unii dintre colegi nu visează să ajungă oameni importanți în viață, ci mintea le este dusă numai la vacanța, care – speră ei – să învingă până la urmă această perioadă a școlii, dar aceste sentimente apar doar în perioada în care testele sunt ceva normal în fiecare zi sau atunci când olimpiadele ne trezesc, nu pe toți, dar pe mulți dintre noi, la viață amintindu-ne că școala mai durează câteva luni. Așa că speranța de a veni vacanța parcă a dispărut undeva. Este păcat, pentru că altfel ar sta toată lumea liniștită, inclusiv profesorii, iar noi, elevii, dacă am auzi această veste am fugi mâncând pământul, însă nu prea știu unde ar merita să ajungem.

Totuși cu aceste vise mari ce vom putea face, cu ce le vom putea trata? Aceste vise sau aspirații mari trebuie să ți le dorești cu adevărat ca să se poată împlini. Trebuie să înveți, să te pregătești la

școală și mereu să fii conștiincios. Dacă vrei să fii un om valoros și demn de admirația celorlalți, atunci trebuie să muncești mult și să pleci la un moment dat din **Țara Uriașilor** și drumul tău să tot continue în lumea numită **realitate**, pentru că numai acolo poți să îți vezi cu adevărat rezultatele muncii pe care o depui în fiecare zi, acolo, în carnetul de note și mai apoi în viața de zi cu zi când o să observi dacă ai locul de muncă sau postul pe care l-ai vrut întotdeauna și dacă aplici cu plăcere tot ceea ce ai studiat.

În concluzie, chiar dacă întrebăm o persoană dacă a fost în Țara Uriașilor ne-ar răspunde foarte ferm „Nu, mi-aș fi amintit de această aventură!”, dar în mintea lor ar umbla alte gânduri precum „Ce-or fi vrut să spună?!“.

Pentru mine Țara Uriașilor este școala și, chiar dacă unii colegi nu au aceleași păreri cu ale mele, eu am admirat mereu acești Uriași: profesorii noștri, de la care mereu am avut, avem și vom avea de învățat lucruri interesante!

Acesta este răspunsul cel mai adevărat, pentru că fiecare om a staționat și a studiat câțiva ani buni din viață în această lume fără asemănare, care de fapt este minunată, fascinantă, Uriașă, care ne face MARI.

Teofana-Andreea Mazilu, clasa a VI-a C

Mirobolanta APĂ

Ada era o fetiță silitoare. Pentru școală, ca temă la limba română trebuia să facă o compunere. Nu știa despre ce să scrie, așa că a plecat în parc să se plimbe și să se inspire. Era anotimpul renașterii așa că avea să se inspire din feeria peisajului. Ajunsă în parc, a admirat mănunchiul strălucitor al razelor de soare care se răsfireau din înalt - mărețul zeu al astrelor care își trimitea iubirea pe pământ. Pomii încărcăți în lumină și culoare îi încântau privirea. Florile multicolore au întâmpinat-o cu parfumul lor. Păsărelele zburau încet și parcă întindeau hore pe întinsul cer. Lacul din parc părea o oglindă fermecată, limpede ca lacrima cu suprafețe nesfârșite de nuferi... Atunci i-a venit ideea să scrie despre apă. Voia să plece spre casă, dar i-a apărut în față o lumină albă asemenea unui norișor care cu o voce angelică i-a spus să nu se sperie, căci el vrea să o ajute și i-a propus să vină cu el în alte lumi pentru a face o compunere minunată despre apă. Ada a acceptat cu plăcere.

Au plecat prima dată într-o lume de aur. Norișorul îi spusese că era cel mai frumos tărâm cândva. Totul era de aur, dar nimeni nu locuia acolo. De aceea fetița l-a întrebat foarte curioasă din ce cauză acest tărâm nu e locuit. I-a explicat că demult, în acea lume locuia un prinț nătâng care cu ajutorul vrăjitoarelor putea să-și pună o dorință pe care acestea i-o vor putea îndeplini, dar să fie una. Așa că prințul avar și-a pus dorința ca tot ceea ce el va atinge să se transforme în aur, fără să conștientizeze ce spune. Dorința i-a fost îndeplinită... plantele, animalele, oamenii, apa s-au transformat în bucăți masive de aur. Oamenii pe care nu i-a atins nu au mai putut locui acolo, neavând apă.

Apoi norișorul a dus-o în deșert. Semețul soare arunca cu sulite de foc spre pământ și cerul albastru, parcă pictat de cel mai mare și știut pictor, era atât de senin... Cactușii verzi abia mai rezistau și ei. Apa era foarte puțină și doar în

oaze. Puteai merge sute de kilometri fără să dai de apă. Norișorul i-a spus că apa este importantă și că fără ea nu există viață.

Norișorul a dus-o, în cele din urmă, într-o lume unde locuiau prințesa Apă, dulcele Munte, ducesa Floare și regele Frumusețe. Prințesa Apă era veselă, poznașă, frumoasă și de aceea nu era agreată de toată lumea. O prințesă rea, numită Poluare, îi căuta mereu nod în papură. A vrut să o elimine pe prințesa Apă așa că, intrigantă cum era, i-a întins o cursă.

În timp ce Ada asculta cu atenție povestea norișorului, a constatat că acesta a dispărut și că de la palat se auzeau tot felul de țipete. S-a speriat groaznic, gândindu-se cum va ajunge ea înapoi acasă. Cu mult curaj, s-a îndreptat spre palat. A intrat și a văzut că un juriu voia să o condamne la moarte pe prințesa Apă. Ca un adevărat avocat, A da a cerut și ea permisiunea de a vorbi. Le-a explicat pe unde a fost și cât de importantă este apa pentru viață, că fără apă nu se poate trăi. După o pledoarie frumoasă, Ada a înduplecat juriul.

În acel moment a apărut și norișorul care, mândru de fetiță, a dus-o înapoi acasă. Din toate acestea tragem concluzia că trebuie să prețuim apa, o comoară pe care nu multă lume știe să o prețuiască. Ar trebui să încercăm să nu mai risipim apa, căci atunci când apa va fi insuficientă omenirea își va da seama de greșeala făcută. Apa este o creație divină, căci fără ea nu ar exista omenirea. *Apei i-a fost dată puterea de a deveni seva vieții pe pământ, așa că de ce ar avea dreptul omul să o polueze, adică să o distrugă?* Dar după părerea mea, oamenii nu conștientizează care sunt beneficiile apei și care este rolul apei pe pământ.

Andra Valeria Hadarag, clasa a VII-a B

Sfârșit de clasa a VIII-a

În clasa noastră s-a născut
Un pui de veșnicie
Ce s-a hrănit și a crescut
Cu amintiri... o mie.

Acesta-i rodul celor opt
Ani de copilărie
Ce îl culegem bun și copt
În „coșuri” de vecie.

În tabla neagră se-oglesc
Trei rânduri, acum goale.

Pe geam, perdelele privesc
Cu soarele în poale.

În clasă: sunete și râs,
Ecou prelung rămâne.
În urma pașilor: surâs,
Iar noi plecăm în lume.

Profesorii, catedra
O vor vedea mereu,
Dar nu și bănci în care
Au stat colegii, eu...

Doar unul din cuvinte
Rostesc sfios, firesc,
Profesori dragi, spun vouă
Un sincer: „Mulțumesc!”

Cuprinde lumea toată,
A tot ce-ați dăruit
Și toată osteneala
Ce voi ne-ați oferit.

Maria Ilie, clasa a VIII-a A

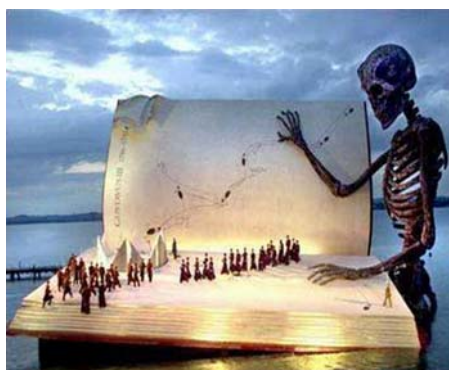
CUVÂNTUL BUN ZIDEȘTE CONTINUUL!

1. „Sau taci sau spune ceva mai bun decât tăcerea!” (Constantin Brâncuși)
2. „Pune o întrebare inteligentă și vei auzi lucruri inteligente!” (Euripide)
3. „Curajul înseamnă stăpânirea fricii, nu absența ei.” (Mark Twain)
4. „Viitorul unui copil este totdeauna opera mamei sale.” (Napoleon)
5. „Prietenul sigur îl cunoști în împrejurări nesigure.” (Cicero)
6. „Valoarea omului se măsoară după greutățile biruite de el.” (Voltaire)
7. „Experiența te învață să prețuiești mai mult caracterul decât inteligența.” (Titu Maiorescu)

REȚETA SUCCESULUI:

1. Învăță logic ideile esențiale!
2. Pornește de la simplu la complex!
3. Concentrează-te asupra informațiilor!
4. Întocmește o schemă!
5. Memorează prin asemănări și/sau contraste, comparând!
6. Repetă ideile, dar nu toci!
7. Curiozitatea te ajută să înțelegi!
8. Mobilizează-ți forțele: spune POT! și VEI PUTEA!
9. Evită: mediocritatea, indiferența, dar și suprasolicitarea!
10. Să ai: DISCIPLINĂ, DĂRUIRE și PASIUNE!

Selectate de
Prof. Nicoleta Mazilu



MAXIME DESPRE...

OMENIE

- # Omenia este o frumusețe pe care o pricepi direct cu sufletul.
(Alexandru Vlahuță)
- # Omul de caracter este nu numai coerent în purtările lui, dar exprimă individual umanitatea în accepția ei cea mai nobilă.
(George Călinescu)
- # Omenia este calitatea unui om bine crescut, afabil, cu multă bunăvoință și politețe.
(Lazăr Șăineanu)

VIAȚĂ

- # Viața n-a dat nimic truditelor fără multă trudă.
(Horațiu)
- # Cât de mare să fie răul, tot are numai două maluri, așa este și viața.
(Nicolae Iorga)
- # Viața înseamnă o neobosită și continuă luptă pentru adevăr și dreptate.
(Maria Arsene)

GÂNDIRE

- # Să fim drepți fără a ne gândi la vreo răsplată.
(Seneca)
- # Lumea nu e a cui o străbate cu piciorul, ci a cui o înțelege cu gândul.
(Nicolae Iorga)
- # Ideea e indiferentă, demonstrația este totul, căci ea este gândirea propriu-zisă.
(George Călinescu)

BUNĂTATE

- # Merită laudă orice faptă bună mai ales în ordine morală.
(Mihail Sadoveanu)
- # Bun nu e acela care suferă răul, ci acela care face binele.
(Nicolae Iorga)

VOINȚĂ

- # Este o ambiție de nume, una de situații și alta – cea mai înaltă și cea mai rară – de fapte.
(Nicolae Iorga)

Copacul adorat

A fost odată un copac la care se închinau o mulțime de bărbați și femei, care nu se supuneau cultului practicat de neamul lor. Un bărbat, scos din sărite de această idolatrie, a hotărât să taie copacul. Când s-a lăsat întinericul, a luat un topor și s-a îndreptat spre locul unde se afla copacul, dar diavolul, prefăcut în om, i-a tăiat calea și l-a întrebat:

- Ce vrei să faci cu toporul?
- Să tai copacul.
- De ce?

– Pentru că o mulțime de bărbați și de femei se închină și-l uită pe Dumnezeu cel adevărat.

– De vreme ce tu nu i te închini, ce-ți pasă? i-a zis diavolul.

– Vreau neapărat să-l tai și am s-o fac! i-a răspuns omul, ridicând toporul.

– Stai! a strigat diavolul, apucându-l de braț. N-ai vrea mai bine să faci ceva folositor, în loc să tai copacul?

– Ce anume? l-a întrebat omul, cam tulburat.

– Nu glumesc deloc. Dacă te învoiești să nu tai copacul, ai să capeți doi galbeni.

- De la cine?
- Chiar de la mine.
- Când?
- În fiecare dimineață, când te trezești.

Omul a dat drumul toporului și s-a întors acasă. A doua zi, un cerșetor mascat i-a bătut la ușă, i-a dat cei doi galbeni și s-a făcut nevăzut.

În ziua următoare, s-a trezit dis-de-dimineață și l-a așteptat pe cerșetor. Dar a așteptat degeaba. N-a venit nimeni să-i dea galbenii făgăduiți.

Omul s-a mâniat, și-a luat toporul și s-a repezit să doboare copacul. S-a întâlnit iar cu diavolul, prefăcut în om, care i-a zis:

- Ce faci cu toporul acela?
- Tai copacul!
- N-ai să-l tai. Nu mai ești în stare.

Omul a ridicat toporul. Diavolul l-a apucat cu un deget și l-a azvârlit cât colo. Apoi l-a îmbrâncit pe om, care s-a lovit de un zid atât de tare că era să moară.

– Cine ești tu? a întrebat el. De unde ai această putere nemaivăzută?

– De la cei doi galbeni pe care i-ai primit. Când te gândeam să tai copacul ca nimeni să nu i se mai închine decât lui Dumnezeu, nu aveam nici o putere asupra ta. Dar când ai vrut să-l tai la mână, pentru că n-ai căpătat cei doi galbeni azi dimineață, ai căzut în puterea mea. Iată de ce te-am doborât.

(Cercul mincinoșilor....)

Cum utilizăm energia în școală?

Știm din experiență că iluminarea bună crește puterea de concentrare a elevilor: elevii obosesc mai puțin și ochii rămân sănătoși mai multă vreme. Ar trebui să ținem cont de creșterea eficienței, nu de costuri.

Și totuși, energia trebuie economisită cerând ajutor specialiștilor la planificarea schimbărilor pentru a nu afecta starea de sănătate a elevilor și procesul eficient de învățare.

Sfaturi de economisire a energiei:

- Să existe ghivece cu plante în sălile de clasă;
- Aerisirea să se facă 3-5 minute cu geamul larg deschis;
- Să existe izolare termică a clădirilor prin utilizarea ușilor și ferestrelor de tip termopan;

- Nu este necesară încălzirea sălilor de clasă la o temperatură mai mare de 20°C;

- Să existe o umiditate potrivită a aerului în sălile de clasă;

- La sfârșitul săptămânii și în timpul nopții, sistemul de încălzire să fie ținut pe optimul economic;

- Să se folosească o cantitate mai mică de detergenți;

- Să fie sesizată direcțiunea la orice problemă, oricât de mică (robinete care picură, ferestre neetanșe etc.);

- Să nu se ardă becurile inutil (există lumină naturală);

- Să se oprească aparatele setate la mod stand-by, consumul poate fi uneori mai mare decât în timpul funcționării;

- Să se folosească becuri economice;

- Să formăm echipe în școli din elevii interesați de problemele de economisire a energiei. Misiunea lor este de a observa dacă:

- Sistemele de iluminatie sunt prăfuite sau pâlpâie;
- Aerisirea încăperilor este corectă;
- Se lasă luminile aprinse sau stinse;
- Robinetele sunt bine închise;
- Sunt locuri unde se pierde căldura;
- Există suficient spațiu verde în școală;
- Există confort ambiental în încăperi.

Prof. Constanța Tihoc

RISIPA DE APĂ

Părinții noștri ne-au atenționat deseori să închidem bine robinetele după ce folosim apa, pentru a face economie. Cu toate acestea, acum, când suntem adulți, nu prea ne gândim la economie sau la protecția mediului, deși cu puțin efort putem trăi o viață mai bună, salvând mediul înconjurător.

Dacă se continuă risipa de apă potabilă caracteristică secolului XXI, se pare că până la finele acestuia, lipsa apei potabile se va acutiza și se va generaliza în cele mai multe regiuni ale Terrei, întrucât apa dulce este comoara naturală care se consumă cel mai rapid – afirmă specialiștii în economia apelor. Există nenumărate metode excelente, care pot salva cantități semnificative de apă potabilă de la dispariție. În multe locuri, apele pluviale sunt adunate în butoaie pentru stropirea grădinii. Însă avem soluții și mai moderne: se pot achiziționa colectoare de ape pluviale cu capac care sunt echipate cu robinete. Apa astfel adunată, se poate folosi la

spălarea autovehiculelor, la toalete sau chiar la spălutul rufelor.

Cum să reducem consumul de apă care trece prin contor? În loc de baia zilnică putem face duș, astfel o familie cu doi copii poate economisi în jur de 300 de litri de apă zilnic! Să nu uităm să oprim robinetul atunci când ne spălam pe dinți.

Apa este unul dintre cele mai prețioase resurse naturale. Dacă nouă, care dispunem de ea din plin,

nu ne prea pasă de risipa pe care o facem, există și oameni care nu sunt la fel de norocoși.

Știați că...?

§ Un robinet care picură poate risipi lunar în canal cca.170 litri de apă potabilă?

§ Mașinile de spălat hidroeconomice pot economisi chiar și 115 litri de apă la fiecare spălat?

§ Într-o gospodărie medie se folosesc în jur de 140 litri de apă zilnic.

De regulă, la baie consumi, între 2 și 18 litri doar pentru spălutul pe mâini, între 2 și 12 litri când te speli pe dinți, între 3 și 8 litri când tragi apa, între 30 și 80 de litri când faci un duș, respectiv între 200 și 300 de litri când umpli cada pentru a face o baie.

Soluții? Când săpunești mâinile, închide apa. Când te speli pe dinți, folosește un pahar. Fă duș în loc să umpli cada. Nu folosi WC-ul pe post de coș de gunoi.

Prof. Cristina Mocanu



Hai să mai citim! Hai să mai învățăm!

Pescarul și împăratul

Odată, pe când un împărat hoinărea pe malul mării zări un pescar ce își arunca năvodul în apă. Se apropie de el și îi spuse:

– Vinde-mi mie ce vei scoate cu năvodul tău!

– Bine, îi răspunse pescarul.

– Ce-mi ceri în schimb? întrebă împăratul.

– Împărăția ta!

Se miră împăratul de cutezanța pescarului. Cugetă o clipă și grăi:

– Fie precum vrei tu!

Așteptară puțin. Curând pescarul trase năvodul din apă și scoase din el o sticlă în care se afla un preaciudat lichid. Se uită pescarul cu dispreț la sticlă și o întinse împăratului. Acesta o luă și, în schimbul ei, îi dădu veștmântul, sceptrul și paloșul. Iar pescarului nu-i venea să creadă că trăiește aievea o atât de mare bucurie.

Împăratul plecă cu sticla, tot cercetând-o și încercând să deslușească ce se afla în ea. Împărăteasa însă nu mai putea nici să bea, nici să mănânce de supărare la gândul că împăratul părăsise cârma țării în schimbul unei prăpădite de sticle. Nu trecu o lună și împărăteasa căzu la pat din pricina amărăciunii și a lipsei de hrană.

Împăratul încerca neconștient să afle taina preaciudatului lichid. Cu gândul că poate, poate, ar avea puteri tămăduitoare, turnă câteva picături pe picioarele nevestei sale ce nu se mai putea mișca și... de îndată, se ridică din pat, scăpând de boală. Foarte se bucură împăratul de minunea săvârșită; fără să stea pe gânduri dădu sfoară în țară că avea în puterea lui un leac miraculos care vindeca pe oricine de neputința de a se mișca. Mult se bucură norodul. Zeci de

bolnavi erau aduși zi și noapte și, plecând vindecați, îi lăsau, drept mulțumire, bani grei. Cât despre pescarul nostru, el dobândise împărăția și tronul, dar nu-i venea să creadă că devenise cu adevărat ocârmuitorul unei țări. Minte și trupul lui rezistau anevoie la o povară neașteptată și atât de mare, căci, de la viața de pescar la cea de împărat era o cumplită deosebire. Curând el căzu la pat, fără să-și mai poată mișca trupul. Toți doctorii împărătești fură chemați să-l vindece de boala lui, dar niciunul nu putu să-i dea de leac, așa că pescarul-împărat rămase mai departe ținut în pat, fără să se miște sau să poată vorbi.

În sinea lui își dorea să fie iar pescarul sănătos de altădată, să se miște și să muncească în voie.

Fostul împărat află de boala pescarului și se duse la acesta la palat. Intrând și salutându-l după datină, îi vorbi așa:

– Eu am un leac care te va vindeca cu siguranță, măria ta, dar, în schimbul lui, îți cer ceva ce depășește orice închipuire.

Pescarul, care nu-l recunoscuse, îi făcu semn să spună ce anume dorea.

– Vreau împărăția ta.

La auzul acestor vorbe, pescarul închise puțin ochii, și, când îi deschise, făcu semn că se învoiește să plătească.

Cât ai clipi împăratul scoase sticla din traistă, o deschise și picură puțin lichid pe trupul pescarului.

Acesta se mișcă numaidecât. Se ridică din pat și uitându-se la sticlă, cu o mare uimire, o recunoscuse, în sfârșit. Privi apoi la omul care-l tămăduise de greaua suferință, și îi spuse:

– Nu cumva tu ești împăratul?!

– Am fost împăratul! îi răspunse acesta râzând.

– Și încă mai ești, vorbe mai departe pescarul. Vino și ia-ți sceptrul și coroana. Redă-mi fericirea, sănătatea și viața.

Lepădă de pe el veștmântul împărătesc și se îndreptă spre marea necuprinsă, căutându-și năvodul.

(Povești din Siria, repovestite de Duralia Magdalena)

Ce s-ar fi întâmplat dacă pescarul ar fi păstrat sticla? Ar fi avut Împărăția, totul și mai ales capacitatea de a vindeca... Dar cum omul este mereu ispitit, iată că un împărat – ipostaziere a ispitei, să zicem – dorește și altceva, de data asta ceva simplu, ceva care să-i aducă amuzamentul: ce va scoate pescarul cu năvodul său din mare. Bineînțeles că dorința pescarului l-a uimit, dar un om care știe cum să întrebuințeze Puterea, renunță ușor la ea. Și așa a făcut. Dar un om care-și dorește Puterea, Împărăția, știe cum să le valorifice? După cum spune povestea, *mintea și trupul lui (pescarului) rezistau anevoie la o povară neașteptată și atât de mare*.

În concluzie, dorim adesea ceva ce nu este în folosul nostru, nu e în putința noastră... Ce frumoasă este viața de pescar...

Redacția

Dacă aveți și alte interpretări privind mesajul acestei frumoase povești, le așteptăm la adresa redacției. Cele mai originale vor fi publicate!

Fiecare material va fi tehnoredactat respectând următoarele cerințe:

- alineatul să fie pus cu ajutorul cursorului de pe rigla orizontală;
- fiecare articol să conțină **cel puțin o pagină format A4**, iar dacă are fotografii sugestive, acestea vor fi trimise **în format jpg, tif etc**, pentru a putea fi preluate și prelucrate;
- dimensiunea fontului de scriere trebuie să fie de 12;
- fontul trebuie să fie **Times New Roman**;
- toate articolele trimise trebuie să conțină, **obligatoriu**, diacritice (**ș, ț, ă, î, â**);
- spațierea articolului să fie făcută la un rând;
- **obligatoriu** să se treacă autorul articolului în partea **dreaptă-jos** (pentru acest lucru se va folosi **butonul aliniere la dreapta** și nu tasta spațiu), iar dacă sunt materiale preluate de pe internet să se specifice sursa;
- titlul fiecărui articol să fie cu font de 18, cu bold (aldin) fără a fi aplecat (cursiv) sau subliniat;
- materialele **nu se returnează** și, dacă **NU** îndeplinesc cerințele impuse, **NU** vor fi publicate.

Vă mulțumim pentru înțelegere.