

## Orașul Satu Mare și-a câștigat dreptul la justiție independentă încă din anul 1400

*Privilegiul conform căruia orașul „este scos de sub influența oricărei puteri externe” a fost reconfirmat în mod special și de către regele Sigismund în anul 1407*

- **Procesul dintre un cizmar și un doctor de la mijlocul secolului XVIII**
- **Judecătorul Nyirő János era sever în probleme de moralitate sexuală**
- **Ultimele vrăjitoare din Satu Mare au fost arse pe rug în 1716: Rubanoaia și româncea Fodoroaia**

PAGINA 2



Sigismund I de Luxemburg, rege al Ungariei între 1387-1437. Este înmormântat în Cetatea din Oradea

## Interviu cu Simona Niste, instructor bodyArt



Niciodată nu este prea târziu să faci ceea ce îți place. O dovadă vie a acestei fraze este Simona Niste, sătmăreanca noastră care e înainte de toate om, om ce iubește de mică sportul, inginer de profesie și una din conducătoarele Centrului de aerobic, cycling și fitness PrimaGym Satu Mare. Simona Niste alături de Ilona Ilyes, pe care toată lumea care trece pragul PrimaGym o cunoaște ca Babi, au adus în România în urmă cu câțiva ani conceptul bodyArt. Simona Niste: „Practic, la 50 de ani mi-am schimbat total meseria.”

PAGINA 5

## S-a stabilit unde este capătul lumii

Calitatea de oraș a localității Puerto Williams din Chile a fost recunoscută de oficialități iar fostul cătun a preluat de la Ushuaia titlul de capătul lumii acordat orașului aflat cel mai aproape de Polul Sud pe continentul american, anunță Reuters, citat de Mediafax.

Puerto Williams a preluat titlul deținut până acum de Ushuaia, localitatea argentiniană aflată în apropiere și a mutat capătul lumii de cealaltă parte a canalului Beagle, în Țara de Foc.

Locuitorii micului oraș chilian s-au declarat încrezători că titlul le va aduce mai mulți turiști. Localitatea se află la mai puțin de 50 de km de Ushuaia, fostul deținător al titlului, din Argentina, unde totul se învârtă în jurul titlului pierdut. În Argentina exista un tren spre capătul lumii, o bienală de artă la capătul lumii, iar orașul avea ca motto oficial formula "Ushuaia, fin del mundo, principio de todo" (Ushuaia, capătul lumii, începutul a tot). În ultimii 50 de ani, populația orașului argentinian a crescut de la 5.000, la 60.000 de locuitori.

În zona chiliană antarctică, Puerto Williams abia trece de 3.000 de locuitori. Ce consideră că aici ar fi ajuns acum mai bine de 10.000 de ani populația Yagan, o comunitate indigenă nomadă de vânători-culegători.

## Avocatul Florian Cocian, un memorandist născut în Potău



Rândul de sus, de la stânga la dreapta: Maria Dragomir, dr. Florian Cocian jun., dr. Aurel Cornel Cocian, Alexandru Dragomir. Rândul de jos, de la stânga la dreapta: Luiza Cocian, Sănduc Dragomir, Virgil Dragomir, Florian Cocian senior

PAGINA 3

## Nicolae Iorga, un vizionar și un poet al istoriei

Nicolae Iorga s-a născut pe 5/17 iunie 1871 la Botoșani și a murit în 27 noiembrie 1940, la Strejnicu, județul Prahova. Urmează clasele primare la Școala Marchian din Botoșani (1878-1881), primele cinci clase secundare la Liceul Larian din Botoșani (1881-1886) și clasa a VI-a la Liceul Național din Iași. După susținerea bacalaureatului (1888) se înscrie la Universitatea din Iași la Facultatea de Istorie și Literatură. După un an obține diploma de licență (1889) și este pedagog la un pension (1889-1890). În anul 1890 se căsătorește cu Maria V. Tasu, fiica jurnalistului Tasu.

La 17 aprilie 1931, este numit Președintele Consiliului de Miniștri, iar la 25 decembrie 1932 i se conferă titlul de Doctor honoris causa al Universității din Roma. În anul 1933 participă la Congresul de Istorie din Polonia, iar în 1934 călătorește din nou în Franța și Italia.

În anul 1935, Iorga lansează ideea înființării unei universități latine la Coimbra, iar în 1936 este inițiatorul Adunării de la București a comitetului de istorie.

PAGINA 7

## Concentrarea asupra procesului rezolvă problemele din relații

PAGINA 6

## Ziua Copilului este sărbătorită în 1 Iunie în 30 de țări

PAGINA 4





## Judecătorul Nyiró János era sever în probleme de moralitate sexuală

Un bărbat deosebit de sever a fost Nyiró János, care a ocupat scaunul de judecător în anul 1612, sub prezidarea căruia s-au aplicat patru sentințe față de cei care au lezat morală sexuală. Dăm câteva exemple:



### 11 mai 1612.

Katalin, nevasta lui Béltheki Balog András, fiica lui Hadadi Karja Mihály, care și-a părăsit în mod infidel bărbatul și s-a alăturat curvarului cu numele de Tholvaj Adrás cu care a preacurvit aproape o jumătate de an, fapt despre care au relatat judecătorii din Beltiug printr-o adresă scrisă. Găsind-o pe această curvă în onorabilul oraș Satu Mare, s-a pronunțat următoarea sentință: „Cu toate că este vorba o persoană destrăbălată și infidelă și ar merita chiar moartea, să fie legată de o roată ca o curvă, să fie bătută și să fie izgonită din oraș. Iar dacă după acestea s-ar mai întoarce la curvarul Tholvaj Mihály sau la alți curvari, atunci orașul va informa celelalte autorități ca ea să fie pedepsită în sensul acestei sentințe, prin tăierea capului. Ea s-a angajat că renunță la precurvie în fața onorabilului oraș. Iar noi am consemnat această făgăduință ei în cartea orașului nostru pentru luare aminte în viitor. Nyiró János.” Săraca cucoană Katalin! A cedat în fața inimii ei într-o perioadă nefavorabilă. Dragostea i-ar fi pricinuit mai puține probleme după trei sute de ani. Câteodată, simțul nostru pentru dreptate rămâne stupefiat față de unele sentințe ale „onorabilului oraș”. Degeaba am căuta înțelepciunea solomonică și în sentința următoare:

### 14 iulie 1612.

„Având în vedere că Makray Sándor a demonstrat cu dovezi suficiente că soția lui Katha este curvă, să repete deci prin jurământ în prezența a șapte martori că soția lui, murdărind patul conjugal, este curvă. După trei zile să o ducă la stâlpul infamiei și să-i taie capul. Iar dacă Makray Sándor nu va jura împotriva soției lui, să fie bătută amândoi și să-și ispășească păcatele trăind împreună mai departe.”

**Informația Zilei**

ISSN 1222-4715

Director general - D. Păcuraru

Director editor: Ilie Sălceanu

Redactor șef  
suplimente - Adriana Zaharia  
(Informația Zilei de Duminică  
și Sănătate și Frumusețe,  
Informația TV)

Redacția Satu Mare:

str. Mircea cel Bătrân nr. 15  
Satu Mare, cod 440012  
Telefon: 0261-767300

e-mail: redactiasm@informatia-zilei.ro

www.informatia-zilei.ro

*Ultima instanță a justiției din oraș a fost cea regală. Satu Mare este unul dintre cele douăzeci de orașe vechi libere regale care au fost numite orașe libere regale de trezorerie. Recursul față de o sentință a judecătoriei orașului a fost înaintat la curtea trezoreriei, însă un recurs de acest fel s-a putut formula doar în cazurile de moștenire sau când era vorba de o datorie de peste 60 de forinți.*

# Orașul Satu Mare și-a câștigat dreptul la justiție independentă încă din 1400

*Privilegiul conform căruia orașul „este scos de sub influența oricărei puteri externe” a fost reconfirmat în mod special și de către regele Sigismund în anul 1407*

În numărul trecut al Informației de Duminică am publicat „Ce mai frumoasă descriere a orașului Satu Mare din anul 1906”, extrasă din monografia coordonată de Borovszky Samu. În numărul de astăzi redăm câteva aspecte legate de justiție, autor fiind avocatul sătmărean Tanody Endre.

Justiția orașului Satu Mare merită un capitol aparte. Conducerea orașului s-a bucurat de o libertate de cea mai mare însemnătate tocmai prin dreptul de a avea o justiție independentă. Dacă cercetăm bine, vedem că majoritatea unor privilegii au fost legate și de niște drepturi de judecată, fie că este vorba de privilegiile unei clase, ale unei corporații sau chiar ale unei persoane private. Nu știm, dar putem deduce, că acești factori de judecată au comis în mod sigur și unele distorsionări privind imparțialitatea actualului de justiție, și după toate probabilitățile în favoarea proprie, pentru că numai așa putem noi înțelege acea încăpățănare cu care cetățenii și-au apărat aceste privilegii, fiind gata de sacrificiu când era vorba să le obțină. În diplomele de privilegii acordate orașului Satu Mare este notat în mod expres că cetățenii lui vor fi judecați de către judele orașului: „villicus”.

Această poziție – așa cum putem deduce din diploma de privilegii – a fost o poziție de judecător în sensul restrâns al cuvântului, ulterior s-a transformat într-o poziție de vârf a administrației. În timpurile mai apropiate nouă, judele orașului a exercitat judecarea împreună cu consiliul orașului, iar acel privilegiu conform căruia orașul „este scos de sub influența oricărei puteri externe, iar acest drept este rezervat peste conducătorul propriu al orașului numai în favoarea regelui însuși și trezorerierului său” – a fost reconfirmat în mod special și de către regele Sigismund în anul 1407.

## Satu Mare este unul dintre cele douăzeci de orașe vechi liber regale

Ultima instanță a justiției din oraș a fost cea regală. Satu Mare este unul dintre cele douăzeci de orașe vechi libere regale care au fost numite orașe libere regale de trezorerie. Recursul față de o sentință a judecătoriei orașului a fost înaintat la curtea trezoreriei, însă un recurs de acest fel s-a putut formula doar în cazurile de moștenire sau când era vorba de o datorie de peste 60 de forinți. Judecarea acestor cauze a fost o cutumă cu totul deosebită și a decurs după niște practici și principii de judecată cu totul speciale, care au fost numite „legi ale trezoreriei”. Maistrul trezoreriei a fost la început trezorerierul regelui. În această calitate el a avut dreptul de supraveghere asupra acelor orașe care au plătit tribut regelui. Prerogativele trezorerierului însă au fost preluate în timpul lui Ferdinand I de către camera regală înființată de acesta. Satu Mare aparținea camerei din Szepes (azi Slovacia). Într-o adresă din partea acelei camere datată din 1641 găsim un exemplu strălucit cât de multă grijă a avut orașul asupra dreptului său pentru o justiție independentă și cât de hotărât au procedat autoritățile regale pentru a proteja orașele față de comitate dacă acestea au dorit lezarea acestui privilegiu, răspundând în acest fel fidelitatea și spiritul de sacrificiu al orașelor față de puterea regală centrală. În anul amintit s-a întâmplat că magistratul orașului a dispus



*În diplomele de privilegii acordate orașului Satu Mare este notat în mod expres că cetățenii lui vor fi judecați de către judele orașului: „villicus”*

spargerea pivniței din Viile Satu Mare a lui Debreczeni Tamás, administratorul lui Rákóczi György I., pentru că Debreczeni Tamás a refuzat să plătească impozit după butoaiele lui din pivnița respectivă. Acesta din urmă a intentat un proces pentru acest abuz al magistratului la tribunalul comitatului. Membrii magistratului însă nu au recunoscut dreptul de judecată a comitatului și s-au adresat pentru rezolvarea situației camerei din Szepes, iar aceasta a scris în mod hotărât comitatului că „după privilegiile acordate orașelor Sătmar și Mintiu de către Maiestatea Sa, domnitorul nostru îndrăgitor, proprietarul acelor orașe, ele nu sunt obligate să se supună unor jurisdicții străine, așa că cei care vor să se judece cu ele, mai întâi să-și caute dreptatea la instanța orașelor respective. Din această cauză nici domniile voastre onorabile să nu vă judecați în altă parte pentru proprietățile maiestății sale etc.”.

Iar în anul 1657 – cu lezarea independenței jurisdicției orașului – comitatul a pronunțat o sentință într-o cauză care privea niște proprietăți ale orașului, însă orașul a refuzat executarea sentinței șpanului. Prin urmare, comitatul a intentat un proces la propria instanță împotriva orașului pentru refuzarea executării sentinței și a aplicat o sancțiune de 28.300 forinți. Însă executarea silită a acestei sume a fost blocată de către regele Leopold I, dând dreptate în acest fel orașului, care i-a solicitat ocrotirea față de acest atac ilegal. Jurisdicția, dreptul la o jurisprudență independentă a fost, așa cum se vede din cele de mai sus, o problemă foarte vie și cu cazuri repetate ale vieții publice. Viața internă a jurisprudenței a avut însă un curs foarte lent. Dacă răsfoim anuarele cu titlul „Protocollum Juridicum” din arhivele orașului, abia dăm de ceva cazuri mai deosebite care a fost judecate. Ele oglindesc liniștea și monotonia tradițională a vieții orașului, și în cele mai multe cazuri sunt înregistrate niște cazuri de schimbare a proprietarilor unor imobile, acestea schimbându-și cu o frecvență uiuitoare proprietarii, lucru ce este greu de explicat în condițiile conservatorismului vestit al meseriașilor din

epocile apuse.

În cauzele ce priveau valori mai mici, judecata a fost făcută de un jude, un membru delegat din partea consiliului, care apoi a înregistrat rezumatul scurt al fiecărei cauze cu soluția pronunțată, adică „deliberatum”-ul.

## Procesul dintre un cizmar și un doctor de la mijlocul secolului XVIII

Printre aceste „deliberatum”-uri găsim și multă înțelepciune naivă. Ca să numim doar una, amintim că la mijlocul secolului XVIII un chirurg cu numele de Thurver a pretins 8 forinți de la un cizmar onorabil pentru tratarea soției lui. Cizmarul a recunoscut că s-a înțeles asupra unui onorariu de 8 forinți, însă a susținut că domnul chirurg s-a angajat la munca în regie, adică pe toată durata bolii, iar boala încă mai persistă. „Deliberatum”-ul a fost că cizmarul reclamant este obligat la plata imediată a sumei de 8 forinți, însă domnul chirurg Thurver are datoria de a trata femeia până când aceasta „ori se vindecă, ori moare”.

Cauzele mai mari, capitale, au aparținut judecătorului șef al orașului, care le-a judecat împreună cu 12 membri ai consiliului. Aceste cauze mai importante s-au referit aproape întotdeauna la inviolabilitatea căsniciei și la caracterul de neatins a cinstei femeilor. Judecătorul orașului, numit întotdeauna „prudens ac circumspectus” nu a cunoscut o culpă mai mare decât adulterul pe care l-a și sancționat fără milă.

## Ultimele vrăjitoare din Satu Mare au fost arse pe rug în 1716: Rubánoaia și româncea Fodoroaia

Așa au fost deci cazurile mai deosebite ale jurisprudenței orașului Sătmar, la care se adaugă trei procese de vrăjitoare din anul 1716. Acestea sunt interesante pentru că ne-au rămas scrise detaliile care ne arată ce fel de fapte au fost consi-

derate atunci ca fiind vrăjitorii.

Anul 1716 este unul remarcabil, pentru că atunci au fost arse aici ultimele două vrăjitoare, două moașe din Mintiu, Fodoroaia și Rubánoaia. Procesul celor două moașe demonstrează că moartea lor a fost cauzată de nepriceperea lor profesională, de suspjecțiile reciproce, de niște mărturii ale lor forțate prin folosirea unor unelte de tortură și de credința superstițioasă a martorilor și judecătorilor. Unele femei cu nou născuți și copiii lor s-au îmbolnăvit în urma intervențiilor celor două, copiii „s-au uscat” în urma unor scaldări în ceaiuri din diferite plante. Unde una dintre ele nu a putut face nimic, a fost chemată cealaltă, care a defăimat metodele de vindecare ale primei, iar dacă nici ea nu s-a descurcat, fiind la fel de neștiutoare, a căutat explicații în terburile supranaturale, în blesteme și în acest fel a suspectat-o de vrăjitorie pe prima. La o femeie bolnavă, după ce Rubánoaia nu a ajutat-o cu nimic, a fost chemată Fodoroaia. Când aceasta a intrat în casă, a simțit imediat un miros neplăcut. A început să caute prin casă și a găsit pe cuptor un ulcior cu un amestec de lână, untură, șnur, postav și piele. L-a lăsat acolo, dar ulciorul, nu se știe cum, a dispărut până dimineața. Acest fapt a stârnit o bănuială față de Rubánoaia. Și Fodoroaia își vizitează pacienta, dar ea nu se face mai bine nici în urma intervențiilor acesteia. Deodată susține că ea este legată cu ceva, și până când nu se va găsi această legătură, nu sunt speranțe de vindecare. Se desface patul, la fel salteaua de paie se taie în bucăți, și acolo se găsește materialul legatului, două gheме de soară. Cum acestea au fost desfăcute, bolnava s-a ușurat. Bănuiala a căzut din nou asupra Rubánoaiei. Apoi, soțul femeii bolnave s-a sculat într-o noapte din pat, și când s-a trezit, s-a găsit în grădina sub un prun. Cum a ajuns acolo, nu se știe, însă așa a susținut în depoziția lui, că și acest lucru a fost lucrătura Rubánoaiei, pentru că aceasta l-a certat din cauza soției lui. Și la o altă casă a fost solicitată Rubánoaia. Gospodina a auzit că dacă un măturoi este așezat pe dos într-o cameră după ușă și este presărat cu sare, acolo nu poate sta nicio vrăjitoare, și va fi silită să se învârtă, și doar așa poate face ceva. Rubánoaia a venit... I se oferă vin, este forțată să bea. Nu refuză, ci cum a fost obișnuită, începe să bea. Deodată se ridică, tropotește, dorește muzicanți pentru că vrea să danseze. Gazda se scuză. Rubánoaia nu se lasă, bea și tropotește în cameră peste tot. Gospodina, săturându-se, aduce mâncare, ia măturoiul din locul lui, și pofteste pe Rubánoaia să mănânce. Aceasta se așează imediat pe scaun, mănâncă și se liniștește. Mai apoi, clătînându-se, își ia rămas bun cu următoarele cuvinte: „păi, doamnă, de ce ați făcut treaba asta cu mine?” Gospodina a devenit și mai convinsă în credința ei, că nu vinul, ci măturoiul a fost cauza mișcărilor Rubánoaiei, și depune în acest sens jurământ. Această relatare a fost crezută și de către judecători, și după ce toate cele trei inculpați (legate fiecare cu mâna dreaptă la piciorul stâng și mâna stângă la piciorul drept) au fost bătute în apă, au fost părjolate cu fier roșu, și apoi arse de vii. Vrăjitoarele au fost bătute în apă să se vadă dacă ele rămân la suprafață...

Această mărturie de epocă în acest proces de vrăjitoare este și o dovadă a faptului că sărmanele femei băutoare au ajuns la moarte din cauza superstițiilor din epoca lor.

A consemnat Adriana Zaharia  
Traducere Veres Istvan



A făcut parte din delegația celor 300 de români care au dus în capitala imperiului, cu atâtea nădejdi, spulberate ulterior, Memorandul. De altfel în mișcarea memorandistă a fost implicat și socrul său, Ioan Pop, delegat din partea cercului Dioșod la Conferința națională a românilor din Austro-Ungaria desfășurată la începutul anului 1892 în Sibiu.

# ISTORIE

## Avocatul Florian Cocian, un memorandist născut în Potău

O personalitate care s-a născut la Potău și este prea puțin cunoscută este avocatul Florian Cocian. A avut o frumoasă carieră de avocat, s-a distins ca un priceput proprietar și lucrător de pământ și s-a distins ca unul dintre cei mai de seamă militanți pentru emanciparea națională a românilor transilvăneni.

Cea mai mare parte a vieții a trăit-o în Cehu Silvaniei și Domnîn, aceasta din urmă o localitate din județul Sălaj, comuna Someș-Odorhei, unde avea o mare proprietate. De aceea, Florian Cocian este o personalitate care își merită locul în galeria marilor români sălăjeni. Indubitabil însă, localitatea Potău și părțile sătmărene se pot mândri cu o astfel de personalitate.

### Un vrednic fiu al Potăului

Florian Cocian s-a născut la Potău, probabil în anul 1842, în familia lui Ioan și Floarea Mărcuș. Se pare că originea familiei Cocian este în Maramureșul voievodal. Suportul documentar de care beneficiem până acum ne informează că în familia Cocian din Potău s-au născut trei copii: în 1838 fiica Maria, Ioan în 1840 și Florian în anul 1842. Despre Maria tradiția familiei Cocian spune că s-a măritat în Seini și că ar fi decedat la venerabila vârstă de 105 ani. Ioan Cocian a avut mai mulți copii, unii botezați de către fratele său, Florian, iar alții de către „Leul de la Șișești”, căsătorit cu Paulina, fiica parohului din Potău, Ioan Șerbac. Una dintre fiice, Ana, născută în 1889, avea să se căsătorească cu viitorul primar al Potăului de după 1919, Vasile Filip.

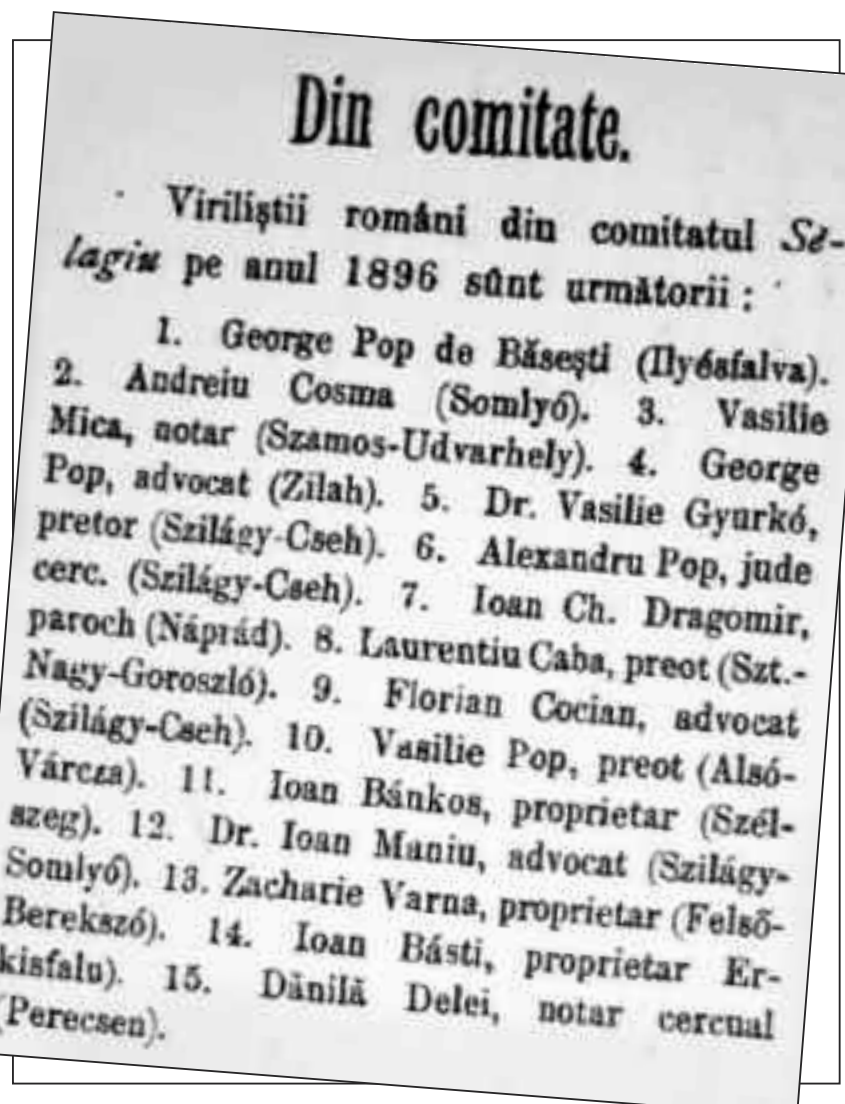
### Studii la Satu Mare, Beiuș și Oradea

Întorcându-ne la Florian Cocian, din cercetările de până acum știm că gimnaziul și prima clasă de liceu le-a urmat la Liceul Catolic Regesc din Satu Mare. Începând cu anul școlar 1859/1860 elevii greco-catolici români sătmăreni aveau posibilitatea de a învăța limba maternă și literatura română la Liceul Catolic Regesc, prin eforturile protopopului-profesor Petru Bran, care a reușit să înființeze o catedră, după numeroase și dificile demersuri.

Bănuim că Florian Cocian și-a îndreptat pașii apoi spre Beiuș, unde avem certitudinea că a absolvit liceul în anul școlar 1863/1864. A fost coleg în acel ultim an cu viitorii preoți greco-catolici Petru Anderco, Demetriu Coroian, Atanasie Demian, Andrei Covaci. A urmat apoi Dreptul la Academia din Oradea, absolvind în anul 1867. Probabil că a reușit să urmeze studii superioare datorită apropierii de un coleg, originar dintr-o familie de conți. Tatăl acestuia, văzând eminența lui Florian Cocian i-a oferit sprijin pentru școlarizare, în schimbul meditațiilor pentru fiul său.

### Căsătorit în Sălajul istoric

După absolvire și-a făcut practica de avocat la Cehu Silvaniei. S-a căsătorit cu Aloisia (Luisa), fiica lui Ioan Pop, mare proprietar în Domnîn, originar dintr-o familie nobiliară. Înaintașii acestei familii fuseseră înnobiți de către principii Gabriel Bethlen (1628) și Mihail Apafi (1684) iar în secolul următor



Pagina 332 din „Foia poporului”, Sibiu, an III, nr. 42, 16/27 octombrie 1895. Virilistul era un contribuabil din Imperiul Austro-Ungar care plătea un impozit mare. Florian Cocian se număra printre cei mai bogați români din comitat

de către Carol al VI-lea (1720).

Familia Pop din Domnîn a sprijinit învățământul confesional greco-catolic, socrul lui Florian Cocian găzduind la un moment dat școala la parterul casei sale, până ce a fost înălțată prima școală de bărne în această localitate. Ioan Pop a fost membru fondator al „Astrei”, ulterior membru pe viață, distingându-se ca un sprijinitor al Societății pentru Fond de teatru român din Transilvania, implicat, de asemenea, în lupta pentru emancipare națională. Împreună cu socrul său, Florian Cocian a sprijinit de altfel neconținut, material și moral, această luptă. Devenise membru al „Astrei” în anul 1867, pe când era avocat la Cehu Silvaniei. În anul 1883 a avut loc la Domnîn o adunare a Reuniunii Femeilor Române Sălăjene, unde credem că atât Ioan Pop cât și soția Cocian s-au implicat din toate punctele de vedere pentru reușita evenimentului.

La Domnîn familia Cocian avea un adevărat conac, numeroase vii, o livadă imensă, teren de tenis în curte. De altfel, până în zilele noastre mai există un loc denumit „Via lui Cocian”. A înființat acolo o fermă model, așa cum mai înființaseră și alți proprietari români din părțile sălăjene: George Pop de Băsești, Andrei Cosma, Vasile Mica și George Filep. Tuturor acestora le era poate suficientă avocaturaș făceau și agricultura pentru a prospera, dar și pentru a emancipa și din acest punct de vedere poporul lor, ei ajutându-i pe micii proprietari români cu seminte, animale și sfaturi gospodărești.

Pentru înființarea fermei model, desigur că Florian Cocian s-a inspirat din experiența altor agricultori vestiți

din imperiu. În anul 1891, un grup de 27 de români s-au deplasat în Boemia pentru a vizita Expoziția agricolă. Comitetul executiv al Expoziției l-a desemnat pe profesorul Jan Urban Jarnik, un mare prieten al poporului român și vorbitor al limbii române, să adreseze „câteva cuvinte de binevenire” oaspeților transilvăneni. Printre personalitățile prezente în Boemia aceluși an, îi enumerăm pe avocații George Filip (din Căuș) cu soția, dr. Iacob Brândușanu (născut în Apa) și Andrei Cosma (născut la Bărsău, proprietar în Supuru de Sus).

### Sprijinitor și conducător al băncilor românești

În 19 noiembrie 1886 Florian Cocian s-a numărat printre membrii fondatori ai institutului financiar „Silvania” din Șimleu Silvaniei. Înființarea acestui „institut de credit românesc” fusese pusă la cale în casa din Șimleu a vicarului Alimpiu Barbuloviciu, la care mai participaseră, alături de gazdă, George Pop de Băsești, Ioan Nichita și Florian Cocian. Peste 20 de ani, în 1906, Florian Cocian făcea parte din comitetul de revizuire a acestei bănci.

A fost membru și în conducerea băncii clujene „Economul”. În anul 1908 a fost ales, alături de George Pop de Băsești și de Vasile Achim în comitetul director al Băncii „Sătmăreana” din Seini. A făcut parte din delegația celor 300 de români care au dus în capitala imperiului, cu atâtea nădejdi, spulberate ulterior, Memorandul. De altfel în mișcarea memorandistă a fost implicat și socrul său, Ioan Pop, delegat din partea cercului

Dioșod la Conferința națională a românilor din Austro-Ungaria desfășurată la începutul anului 1892 în Sibiu. Ioan Pop de Domnîn a fost prezent în mai 1894 la Cluj, pentru a asista la procesul memorandiștilor.

### Printre „viriliștii” Sălajului

În 1894 Florian Cocian era membru al Comitetului comitatens al Sălajului, numărându-se printre „viriliștii” comitatului. Virilistul era un contribuabil din Imperiul Austro-Ungar care plătea un impozit mare și care, datorită acestui fapt era membru de drept al consiliului comunal sau al celui comitatens fără a fi ales, și avea dreptul de a participa la alegerea deputaților din parlament. Impozitul se plătea după avere și după diploma de studii. Se număra printre cei mai bogați români din comitat, impozitul ridicându-se în anul 1904 la suma de 1174 coroane, nefiind depășit decât de George Pop de Băsești și de Andrei Cosma. În 1906 însă el avea plătit o contribuție de 2400 coroane și 84 fileri, față de 1490 cât plătise George Pop de Băsești. Presupunem că această creștere a impozitului se datora faptului că și profitul îi crescuse simțitor, în urma cumpărării de pământ în localitatea Mineu, situată în apropierea Domnînului (azi în comuna Sălăjiș, jud. Sălaj).

### Partidul Național Român

A făcut parte din Partidul Național Român, activând alături de președintele George Pop de Băsești, vicarul Alimpiu Barbuloviciu, avocații Andrei Cosma, Ioan Nichita, etc. A fost prezent în calitate de supleant al cercului electoral Medieș la Conferința națională ținută în 1884 la Sibiuș titular era delegat parohul Ioan Erdelyi din Tătărești.

În anul 1905 Florian Cocian a luptat pentru victoria în alegeri a lui George Pop de Băsești. În timpul alegerilor, desfășurate în 16 februarie 1905 la Cehu Silvaniei, s-au săvârșit numeroase nedreptăți și abuzuri. În seara de dinaintea scrutinului jandarmii au venit și i-au anunțat pe oamenii de încredere ai lui George Pop de Băsești că nu au voie să părăsească locuința Cocian până a doua zi dimineața la orele 9. Acele alegeri au iscat multe violențe: însuși candidatul George Pop de Băsești a fost umplut de sânge, câțiva țărani au fost uciși, alții au fost răniți grav.

Toamna anului 1918 a fost presărată cu numeroase turbulențe și în părțile Sălajului. Nu a scăpat de la vandalizare nici ferma model a lui Florian Cocian din Domnîn. O bandă din sat a jefuit proprietățile oamenilor mai înstăriți, îndeosebi cea a lui Florian Cocian. Au avut curajul acei bandiți să ceară doamnei Luiza Cocian acte pe boii furați.

Florian Cocian a decedat în anul 1920 și a fost înmormântat la Domnîn, după cum ne-a relatat unul dintre urmașii săi.

### Soarta celor trei copii ai familiei Cocian

Prezentăm acum câteva informații despre soarta celor trei copii ai familiei Cocian. Maria (Maia), probabil prima născută, s-a căsătorit cu avocatul Alexandru Dragomir (fratele reputatului istoric Silviu Dragomir). În 8 noiembrie 1916 s-a născut la Zalău fiul Alexandru, cunoscut filosof, recuperat pentru te-

zaurul cultural românesc abia după 1990, care și-a început studiile doctorale cu Heidegger. Ar fi multe de spus despre acest filosof, amintim aici doar titlul unei cărți, O teză de doctorat la Dumnezeu. Exerciții de gândire, apărută în anul 2016 la Editura Humanitas. Au mai avut un fiu, Virgil, care avea să ajungă profesor la Politehnică. După nașterea copiilor, Alexandru Dragomir a ajuns avocat la Banca Centrală din Cluj, apoi șeful baroului. Primul dintre cei doi băieți ai lui Florian Cocian, Aurel Cornel, s-a născut în 1896 la Cehu Silvaniei. A urmat ultimele două clase de liceu în Brașov, la Liceul Ortodox Român (azi Colegiul Național „Andrei Șaguna”), fiind coleg cu Nicolae Colan, Lucian Blaga, Andrei Oțetea. A studiat apoi la Facultatea de Medicină din cadrul Universității „Ferenc József” din Cluj. Probabil că și-a continuat studiile la Praga, unde se găsea în timpul primei conflagrații mondiale. A scăpat astfel de concentrare, pentru că înainte de masă audia cursuri iar după-amiaza se ocupa cu tratarea răniților din Spitalul praghez. Medicul Aurel Cornel Cocian a profesat în Episcopia Oradea, fiind primul medic de circumscripție în această zonă. A decedat în anul 1959.

Florian Ioan s-a născut la 18 mai 1898. Aidoma fratelui său mai mare, a urmat și el câteva clase liceale în Brașov. A studiat apoi la Facultatea de Drept din cadrul Universității din Cluj, obținând în anul 1922 titlul de doctor. A fost voluntar în Primul Război Mondial, participând la bătălia de la Verdun, unde a fost rănit. În anul 1947 era judecător la Tribunalul din Zalău, iar în 1948 era însărcinat cu sarcinile penale la aceeași instituție. Liniștea familiei a fost tulburată în anul 1951 când, printr-un comunicat al Comitetului Central al P.C.R., din cauza faptului că fusese „exploatare”, Florian Cocian a fost eliberat din funcție. A fost nevoit să se angajeze ca om de serviciu la un liceu din Zalău. Aceeași soartă a avut-o și soția sa, care a ajuns să lucreze la un Aprozor. Florian a decedat în anul 1965.

În familia lui Florian Cocian junior s-a născut un fiu, Ștefan (inginer, locuiește în Oradea), căruia îi mulțumim și pe această cale pentru informațiile pe care ni le-a furnizat, precum și pentru această, poate ultimă fotografie în care apare Florian Cocian.

Acest fiu al Potăului nu și-a uitat niciodată locurile natale; a reușit în viață pentru că părinții i-au transmis dragostea de pământ și de muncă. Până în zilele noastre în localitatea Potău predomină un prenume masculin: Florian, desigur, în memoria memorandistului, născut în acest frumos sat de pe Valea Someșului în anul 1842.

Dr. Viorel Câmpean

### Bibliografie:

Viorel Câmpean, Florian Cocian, o personalitate mai puțin cunoscută, „Caiete Silvanie”, Zalău, an XV, nr. 4, aprilie 2019. Cornel Grad, Memorandumul și Sălajul (scrisori și telegrame de aderență în Tribuna) (1892-1894), „Acta Mvsei Porolissensis”, IV, Zalău, 1980, p. 546. Informație de la ing. Ștefan Cocian, Oradea, 1 martie 2019. Lupta românilor din județul Satu Mare pentru făurirea statului național unitar român. Documente 1848-1918, 1989, pp. 119-120, 123-124. 126-127. Ioan Musca, Membrii sălăjeni ai „Astrei” (1861-1918), în „Acta Mvsei Porolissensis”, Zalău, XVI, 1992, p. 513.



# SĂRBĂTOARE

Ziua Copilului a fost menționată prima oară la Conferința Mondială pentru Protejarea și Bunăstarea Copiilor din august 1925, conferință în cadrul căreia 54 de state au adoptat Declarația pentru Protecția Copilului.

## Ziua Internațională a Copilului, sărbătorită în județul Satu Mare



Activitate de promovare a lecturii în Pasajul Corneliu Coposu din centrul municipiului Satu Mare



Spectacol de magie și teatru de păpuși la Muzeul Țării Oașului

**1 Iunie e cunoscută la Ziua Internațională a Copilului. Această zi este sărbătorită la date diferite în multe țări din lume. Astfel, dacă în unele state e marcată în 20 noiembrie pentru că atunci a fost adoptată Declarația Națiunilor Unite pentru Drepturile Copilului, în altele se sărbătorește în prima zi a lunii iunie ca primă zi de vară în Emisfera Nordică.**

Ziua Copilului a fost menționată prima oară la Conferința Mondială pentru Protejarea și Bunăstarea Copiilor din august 1925, conferință în cadrul căreia 54 de state au adoptat Declarația pentru Protecția Copilului. Alte guverne au introdus apoi Ziua Copilului. Câțiva ani mai târziu, Fondul Internațional pentru Urgențe ale Copiilor al Națiunilor Unite Unicef a emis o recomandare ce prevedea ca fiecare stat să dispună de o zi la așa numita Ziua Copilului. Data acestei zile variază de la un stat la altul. Aproximativ 30 de țări, printre care și România, marchează Ziua Copilului în 1 Iunie. În Argentina, de exemplu, se sărbătorește în a doua duminică din august, în Japonia pe 5 mai, în Mexic pe 30 aprilie.

În România, prin promulgarea Legii pentru completarea alin. (1) al art. 139 din Legea nr. 53/2003 privind Codul Muncii, ziua de 1 iunie, Ziua Copilului, a devenit sărbătoare legală. Ziua copilului este zi nelucrătoare.

**“Ce-ar fi lumea fără mine?” - col.(r) Vasile Rus**

În ajun de 1 Iunie, colonelul în rezervă Vasile Rus a primit răspuns în semn de mulțumire din partea Patriarhului Daniel, patriarhul Bisericii Ortodoxe Române, după ce colonelul i-a trimis spre lecturare volumul său de versuri “Ce-ar fi lumea fără mine?”.

Vă propunem să citiți prima poezie din acest volum, “Cine sunt eu?”, poezie din volumul de versuri “Ce-ar fi lumea fără mine?” al colonelului (r) Vasile Rus:

**Cine sunt eu?**  
Fiind la vârsta OMULUI SFÂNT

Dați-mi voie să mă prezint.

Eu sunt viitorul / Care vine din trecut / Sunt încrederea în mâine / Ce din iubire s-a născut / Eu sunt bobocul / Din care se naște o floare / Sunt bucuria / Care aduce alinare / Eu sunt întrebarea / Care așteaptă un răspuns / Sunt diamantul / Neșlefuit îndeajuns / Eu sunt picătura / Care va umple paharul / Sunt dulcele / Care alungă amarul / Eu sunt arcușul / Care se joacă pe o strună / Sunt luminița din zorii dimineții / Ca ziua să vă fie bună.

Uitați-vă cât sunt de mic, / Dar fără mine-n lumea asta / Vă spun eu / n-ar fi nimic.

**Promovarea lecturii și susținerea educației muzicale în școli**

În Satu Mare, în tot județul, unitățile de învățământ și instituțiile de cultură au marcat Ziua Internațională a Copilului prin diferite acțiuni ce au avut loc de-a lungul întregii săptămâni. Vineri, 31 mai 2019, în Pasajul Corneliu Coposu din centrul orașului, Biblioteca Județeană, Inspectoratul Școlar Județean, Casa Corpului Didactic, Școlile Gimnaziale Avram Iancu și Bălcescu Petofi, Liga Pensionarilor Unirea și Palatul Copiilor Satu Mare au organizat o activitate în scopul promovării lecturii și susținerii educației muzicale în școli. Campania aflată la prima ediție s-a numit “Nicio școală fără cor – Donează o carte pentru viitor” și s-a bucurat de succes, copiii donând foarte multe cărți ce vor ajunge în biblioteci. Inițiatorii campaniei au dorit să atragă atenția asupra faptului că în foarte puține școli din județ funcționează coruri ale elevilor și că în bibliotecile școlare și majoritatea celor comunale, colecțiile de carte sunt învechite și insuficiente pentru a acoperii nevoile de studiu și lectură ale elevilor. Cei prezenți la eveniment au fost implicați în activități dinamice și creative precum ateliere de lectură, colectă de cărți, muzică corală, instrumentală, jocuri ritmice, pictură pe față, iar în final distracția a constituit-o flashmobul Banaha pus în scenă de Renata Inovan Bertok, profesoară de educație muzicală și coordonator coral.



Joi, 30 mai, sute de copii de la centrele de plasament și casele de tip familial din județ au petrecut o zi minunată la un complex turistic din Livada

**Spectacol de magie și teatru de păpuși la Muzeul Țării Oașului**

Tot vineri, în Negrești-Oaș, în Muzeul Țării Oașului a avut loc o activitate la care au participat foarte mulți prichindei de toate vârstele. Un spectacol de magie, teatru de păpuși și un moment artistic susținut de copii pentru copii a fost pus în scenă de Primăria Negrești-Oaș, casa orașenească de cultură și Muzeul Țării Oașului pentru a le aduce celor mici multe bucurii în prag de ziua lor. Distracția a fost una mare, mai ales că toți participanții au primit dulciuri, înghețată, baloane și, spre bucuria lor, pictură pe față.

**Ziua Copilului va rămâne de neuitat pentru copiii de la DGASPC**

“Ziua Mondială a Copilului este cea mai mare sărbătoare de peste an din viața DGASPC Satu Mare și vrem ca acest lucru să fie resimțit pe deplin și de copilașii pe care Dumnezeu ni i-a dăruit în grijă. Tocmai de aceea dorim ca festivitatea de astăzi să le ofere mul-

te-multe bucurii” - scriau organizatorii în pagina de socializare a Direcției Generale de Asistență Socială și Protecția Copilului din Satu Mare și dorința lor s-a îndeplinit. Cu ajutorul sponsorilor și al tuturor binevoitorilor, joi, 30 mai, sute de copii de la centrele de plasament și casele de tip familial, alături de invitații care susțin mereu cauza beneficiarilor instituției, de conducerea și casele de tip familial, alături de invitații care susțin mereu cauza beneficiarilor instituției, de conducerea și angajații Direcției au petrecut o zi minunată la un complex turistic din Livada, situat într-o zonă pitorească.

Agota Szeles, psiholog în cadrul DGASPC Satu Mare a prezentat programul dedicat copiilor, care a debutat cu un dans maramureșan, prezentat de Ansamblul de dans popular al educatoarelor și copiilor de la Centrul de Plasament Floare de Colț din Halmeu. După acest dans popular tradițional, îndrăgita solistă Lulu a dăruit copiilor câteva cântece vesele, care au strecurat multă fericire în sufletele lor, invitându-i pe toți la dans, iar fețele lor au fost cuprinse de multe zâmbete specifice copilăriei și adolescenței. Multă bună dispoziție a reușit să transmită în sufletele copiilor și grupul de dans modern al Casei de Tip Familial Maria.

Sărbătorii au mai participat la un

concurs de orientare turistică organizat de Asociația Citezătorii Munților, la meciuri de fotbal și volei, iar de cel mai mare succes s-a bucurat plimbarea cu caiacele pe lacul din incintă. După instructorul de specialitate realizat de instructorul Ionuț Stancovici, copiii s-au dat cu caiacul. Instructorul Ionuț a apreciat faptul că acești copii au învățat foarte repede să vâslească și a menționat faptul că cei mai talentați dintre ei vor fi selectați și pregătiți în cadrul Asociației Caiac SMile, pentru a participa la diferite concursuri naționale și internaționale.

După atâta dans, sport, joc și veselie, în jurul prânzului lumea a început să simtă puțin și oboseala, dar mai ales foamea, deci organizatorii i-au invitați pe toți cei prezenți la o masă festivă tradițională, cu supă de tăieței și sarmăluțe de casă, delicioase. Nu au lipsit nici prăjiturile, iar după masă a sosit și tortul de 1 Iunie. Mariana Dragoș, directorul general al DGASPC Satu Mare le-a urat un sincer “La mulți ani” sărbătorii, iar apoi a mulțumit tuturor celor care s-au implicat pentru buna organizare a acestei sărbători dedicată Zilei Internaționale a Copilului.

Eva Laczko, Ioana Vladimirescu



*“Am fost fascinată. Din prima clipă mi-a plăcut. Babi era însărcinată la acea vreme. Mi-am dorit să urmez cursul și îmi amintesc că am întrebat dacă pot să merg la curs dat fiind faptul că aveam 50 de ani. Practic, la 50 de ani mi-am schimbat total meseria.”*

# INTERVIU

## Simona Niste, o femeie care la 50 de ani a ales bodyArt-ul în locul ingineriei

Niciodată nu este prea târziu să faci ceea ce îți place. O dovadă vie a acestei fraze este Simona Niste, sâtmăreanca noastră care e înainte de toate om, om ce iubește de mică sportul, inginer de profesie și una din conducătoarele Centrului de aerobic, cycling și fitness PrimaGym Satu Mare. Simona Niste alături de Iona Ilyes, pe care toată lumea care trece pragul PrimaGym o cunoaște ca Babi, au adus în România în urmă cu câțiva ani conceptul bodyArt.

În rândurile de mai jos vă invităm să descoperiți povestea femeii care a reușit la 45 de ani să se reorienteze profesional, lăsând în urmă cariera de inginer pentru una din marile iubiri ale vieții, sportul.

**- Simona, îți propun o întoarcere în timp pentru că știu că înainte de a visa să conduci o sală de sport, de altfel un centru de reper în țară în materie de bodyArt, tu jucai un alt rol pe plan profesional.**

- Am absolvit Colegiul Național Mihai Eminescu din Satu Mare, clasă specială de matematică. La vremea respectivă știam că dacă vreau să devin medic sau profesor voi fi repartizată undeva la țară. Așa era atunci. Multe posibilități nu erau. Cu o foarte bună pregătire la matematică, am ales Bucureștiul și Facultatea de Mecanică Fină, singura din țară fiindcă atunci mai erau doar secții de mecanică fină. Am considerat că mecanica fină e și pentru femei. O facultate foarte grea pe care dacă ar fi acum să o iau de la capăt, nu aș mai putea să o fac. Am terminat și secția de optică, la rândul ei foarte grea. Asta a fost alegerea mea și am dus-o până la capăt. Pot să spun că Facultatea de Mecanică Fină e o facultate foarte bună, am avut specialiști care ne-au predat, ne-au format în studii echipamentelor periferice pentru calculatoare, optică pentru industria armamentului, tot ceea ce este mic și de precizie, mai pe înțelesul tuturor. E o facultate de viitor pentru o țară cu industrie care știe să își folosească inginerii.

**- Așadar, ești de meserie inginer. Ce ai făcut la absolvirea studiilor universitare?**

- Da, sunt inginer. La terminarea facultății m-am întors acasă la Satu Mare, deși repartizația am luat-o la Cooperativa Libertatea din Rădăuți. M-am întors acasă la Tehnometal, actualmente societate cooperativă pe acțiuni, și acolo am lucrat toată viața mea, cum s-ar spune. Până într-o zi...

**- O zi cu semnificații deosebite. Ajungem la un moment de cotitură? Profesional vorbind.**

- De mică am vrut să devin balerină, de la trei ani. Mereu dansam. Îmi amintesc cum mergeam cu părinții la petreceri și îi rugam pe prietenii lor să danseze cu mine, să le fiu parteneră de dans, eu având câțiva anișori. Ani trei-ceau. Încă de micuță eram o fetiță înaltă. Tata mi-a zis la un moment dat: Simona, cine o să te ridice pe tine în brațe la balet? Și asta mi-a frânt puțin aripile și probabil așa am devenit inginer și nu balerină. La vremea aceea, în 1978 când am terminat eu liceul, a fi balerină dădea un pic o notă de nese-



riozitate. Era un amalgam de sentimente ce m-au încercat. Cei cei și-au dorit ceva anume și nu au avut parte de acel ceva știu cam ce era în sufletul meu. Revenind la momentul de cotitură, după ani și ani, când fiul meu a intrat la facultate eu am început să merg zilnic la sport la Voința. Aveam mai mult timp pentru mine și cum îmi plăcea baletul, mișcarea, am început să merg mai des la sport. Iona m-a întrebat dacă nu aș vrea să țin ore cu flexibarul, instrument ce te ajută la recuperare, pe partea de cardio, foarte recomandat pentru coloană. Când am auzit, aveam 45 de ani atunci, sunt convinsă că am întinerit cu cel puțin cinci ani. Am fost foarte fericită!

**- Reorientare profesională la 45 de ani. Greu, ușor?**

- Minunat! Babi s-a ocupat de mine și am început să conduc clase de aerobic. Încă de atunci, PrimaGym vroia instructori profesioniști, așa că am urmat un curs de Pilates în Budapesta și apoi am fost la o convenție la Debrecen, unde am văzut o formă de mișcare ce nu semăna nici cu baletul, nici cu dansul, era forță, putere, dar și relaxare și gingașie. Era era bodyArt.

**- Primul contact cu bodyArt.**

- Am fost fascinată. Din prima clipă mi-a plăcut. Babi era însărcinată la acea vreme. Mi-am dorit să urmez cursul și îmi amintesc că am întrebat dacă pot să merg la curs dat fiind faptul că aveam 50 de ani. Practic, la 50 de ani mi-am schimbat total meseria. Am mers la curs, am făcut cursul, l-a făcut și Babi și am adus împreună bodyArt-ul în România. Iată că PrimaGym și Satu Mare sunt puncte de reper pentru bodyArt.

**- Nu te-ai oprit la un curs. Ai continuat pregătirea.**

- Am făcut apoi numeroase cursuri, am aproape toate cursurile ce țin de acest concept făcute, e una din marile mele iubiri, după familie, și sunt fericită că e un tip de antrenament ce poți să-l practici toată viața, dacă nu ești la pat, oricât de bătrân ai fi. Exemplu e cursul BodyArt Best Age de la PrimaGym.

**- Cum vezi acum cotiturile din viața profesională?**

- Toate cotiturile din viața profesională au fost momente de fericire. Pot să spun că mie mi-au adus satisfacții mai mari orele în sala de sport

sau întâmplările de la convenții, decât mi-a adus meseria de inginer, deși da, am mai mulți ani ca inginer decât ca antrenor. Tot ceea ce primesc de zece ani încoace de la sport, de la oamenii cu care lucrez, e fenomenal.

**- În ultimii zece ani ai avut parte și de unele obstacole, și de greutăți. Nu ai ascuns niciodată faptul că la un moment dat ai fost diagnosticată cu cancer.**

- În 2016 am fost depistată cu cancer la sân, în 2017 am terminat tratamentul de chimioterapie și radioterapie, tot ce s-a putut. Nu a fost ușor. E ușor acum să povestesc, că sunt bine, sunt recunoscătoare Universului că sunt bine și mie și bodyArt-ului. De ce? În acele momente grele, faptul că am putut să țin orele de bodyArt la sală, indiferent cum mă simțeam și cum arătam, m-a ajutat enorm, mi-a dat putere, m-a făcut să fiu optimistă.

**- Te-a ajutat această formă de mișcare în a trece peste problemele de sănătate. Vrei să ajuți și tu mai departe, să dăruiești din tot ceea ce ai învățat.**

- BodyArt m-a ajutat foarte mult.

Acum lucrez la un proiect de recuperare prin mișcare destinat femeilor operate de cancer la sân, pe care vreau să mi-l aprobe școala mamă, creatorul acestui concept, Robert Steinbacher, fiind conceptul său protejat prin lege. Doresc să fac un curs, o formă de mișcare cu anumite mișcări destinate special acestor femei. Până în noiembrie vreau să termin cursul și să am acceptul său. Am multe planuri. Pentru acest proiect lucrez deja cu femei pe care le-am denumit femei deosebite, fericite, fiecare cu povestea ei, fiecare unică prin modul în care a reușit să treacă peste această boală. Ne întâlnim la sală o dată pe săptămână, avem rezultate foarte bune, le place, se simt bine, sunt energizate. Am cooptat și o specialistă în drenaj limfatic, care ne ajută mult și un coach, o doamnă fin observator ce mă ajută să le îndrum pe cursante pentru a reveni la normalitate, adică lucrăm pe frică, pe frica de recidivă, pe a ne simți bine, pentru a ne simți normale, pentru a ne reintegra uneori la lucru sau în societate după o perioadă lipsă, de tratament. Oricum ești afectat și vei rămâne mereu cu mici semne de întrebare cât trăiești. Oare sunt bine? Oare la control cum vor ieși analizele? Depinde de fiecare cât de tare resimțim această spaimă.

**- Și nu te oprești aici cu acest curs. Alte planuri de viitor?**

- La final de an 2019 aș dori să organizez la Satu Mare un simpozion prin care să fac cunoscută forma de mișcare pentru recuperarea femeilor cu cancer la sân, simpozion cu participarea mai multor oncologi, radioterapeuți, maseuri, fizioterapeuți. Îmi doresc să obțin feedback-uri din partea specialiștilor. Din ceea ce am studiat, părerile sunt controversate în privința mișcării, mulți oncologi din Cluj recomandă mișcarea, nu neapărat cea cardio în care să îți consumi energia pentru a te mișca și nu pentru a te recupera. Dacă ceva te obosește, nu e sigur că îți face bine, în schimb dacă nu te obosește și te energizează înseamnă că acea formă de mișcare trebuie practată.

**- Nu ai ținut secret că ai cancer la sân.**

- Nu a fost un secret. Nu am fost supărată că sufăr de această boală și nu m-am întrebat niciodată de ce eu? Cred foarte mult în faptul că lucruri neprelucrate în tine emoțional te pot afecta și te poți îmbolnăvi. BodyArt m-a ajutat la vindecare deoarece e ca o dezvoltare personală, e un antrenament pentru trup, minte și suflet. Nu am încercat să înfrunt boala, ci am conviețuit o vreme cu ea. Foarte multe persoane trec prin acest gen de episoade în viață și consider că fiecare e un erou.

**- Prima iubire, familia. A doua, bodyArt-ul. Un mesaj în încheiere?**

- Până în urmă cu câțiva ani spuneam că am un copil. Acum spun că am doi. Pe fiul meu, Mihai, pe nora mea, Bianca. Iar cel mai mare dar ce îl puteam primi e Rareș, nepotul meu de un anșor. Tot pe primul loc, sprijin în tot, soțul meu, Ghiță. Ei sunt eroii mei pe care îi iubesc enorm de mult și le mulțumesc că fac parte din viața mea. **A consemnat Ioana Vladimirescu**



## Concentrarea asupra procesului rezolvă problemele din relații

Pentru relații cât mai sănătoase, specialiștii ne recomandă să acordăm mai multă atenție procesului decât conținutului. Foarte multe cupluri se împotmolesc de “probleme specifice” legate de bani, sex, copii, socri etc, probleme care se raportează la conținut. În schimb, procesul este felul în care un cuplu se ceartă sau dinamica interacțională care servește drept vehicul pentru conținutul problemelor. Unii terapeuți se referă la această dinamică ca la un “stil” al cuplului.

Un cuplu poate să aducă argumente în mod repetat despre aceleași probleme sau pot adăuga altele noi în funcție de situație, dar procesul lor tinde să rămână același. Pentru ochiul neinstruit se pare că principalul vinovat este conținutul, iar dacă este negociat cu succes pot fi atenuate conflictele din relație. Acest lucru poate fi adevărat în unele cazuri, însă, în cea mai mare parte, un proces defectuos va interzice eliminarea conținutului problematic al unui cuplu.

Cele mai multe cupluri care caută tratament fac acest lucru deoarece au un proces defectuos. De exemplu, unele cupluri pot transforma o problemă relativ frivolă, cum ar fi cât de mult să regleze căldura pe timpul iernii sau cât de tare să tragă draperiile camerei într-o zi însorită, într-o altercație gravă. Există însă și excepții: cuplurile care suferă de stres cronic asupra unui conținut, pot încerca să-și înlăture stresul prin “a se înțepa” reciproc. Alte cupluri aleg să se critice unul pe altul, deoarece doresc să iasă dintr-o relație și fac asta ca pe un preludiv al acestui final.

### Un procedeu sănătos de relaționare rezolvă problemele de conținut

Cuplurile cu mai multe probleme de conținut se pot simți copleșite, adesea merg în terapie cu un sentiment de neputință sau lipsă de speranță. Chiar și unii terapeuți - în special cei mai puțin experimentați - pot considera că acele cupluri sunt prea haotice sau disfuncționale pentru a putea fi ajutate. În mod ironic, în acele ocazii rare când un cuplu prezintă doar o pro-



*Dacă ați fost crescut într-o familie care niciodată nu părea să rezolve probleme - poate că tot ce au făcut adulții familiei a fost să se certe - ați moștenit acest tip de proces și reveniți la el de fiecare dată.*

blemă legată de conținut, acea problemă pare să fie amenințătoare pentru relația lor. De exemplu, dacă un cuplu nu este de acord asupra numărului de copii pe care și-l doresc, sau asupra locuinței, compromisul poate fi insurmontabil. Acestea sunt aspecte care ar fi trebuit negociate înainte de formarea relației. Dar majoritatea problemelor legate de conținut pot fi negociate dacă un cuplu are un proces puternic și funcțional.

### Felul în care relaționăm în cuplu este asemănător cu ceea ce am văzut în familia de origine

Originea procesului pentru fiecare din noi este, de obicei, adânc înrădăcinată în fondul familiei sau în familia

de origine. Tindem să replicăm procesul cu care am crescut, chiar dacă a eșuat în tinerețe. De ce? Pentru că așa am învățat să rezolvăm problema. De exemplu, dacă ați fost crescut într-o familie care niciodată nu părea să rezolve probleme - poate că tot ce au făcut adulții familiei a fost să se certe - ați moștenit acest tip de proces și reveniți la el de fiecare dată. Dacă ați asistat la un părinte blocat într-o relație abuzivă sau nefericită, puteți replica această dinamică. Sau, dacă ați avut parte de părinți care aveau deseori conflicte cu privire la alegerile lor din viață, este greu să vă angajați într-o cale de urmat. Exemplele de procese disfuncționale sunt nesfârșite. Conținutul poate fi, de asemenea, transmis din trecut, cum ar fi argumentarea despre bani, iar acest lucru ar trebui luat în considerare. Ideea nu este de a ig-

nora în totalitate conținutul, ci de a acorda o atenție deosebită procesului. Cuplurile recunosc conținutul, însă acestea sunt rareori focusate pe proces. Trebuie remarcat faptul că procesul deseori ascunde o problemă de bază, dar acest concept este dincolo de scopul acestui articol.

### Schimbarea începe cu identificarea procesului de relaționare

Identificarea procesului nu este la fel de dificilă cum pare la o primă vedere, dar poate crea unele dificultăți. Primul pas este să acorzi o atenție deosebită “modului” în care tu și partenerul tău obișnuieți să interacționați, spre deosebire de faptul că te concentrezi în primul rând pe luptă. Partene-

rul tău țipă mereu atunci când are de făcut o anumită sarcină? Aceasta poate fi o tactică de hărțuire învățată anterior. Partenerul tău amenință adesea cu abandonul? Poate că acesta era un “modus operandi” în familia sa de origine. Are partenerul tău un obicei de a ascunde lucrurile de tine? Poate că ascunderea a fost o modalitate de a supraviețui unui mediu periculos din copilărie. Partenerul tău demonstrează necesitatea de a avea control? Poate că a existat prea puțin sau prea mult control în familia sa de origine.

Odată ce vă identificați propriul proces relațional, tu și partenerul tău trebuie să-l păstrați în prim-planul minții, în special în perioadele de stres relațional. Este primul lucru pe care trebuie să-l luați în considerare când apare o situație de rezolvat. Dacă fiecare dintre voi poate să fie de acord asupra acestui proces, atunci puteți să apelați la empatie pentru a aborda conținutul, mai degrabă decât să continuați un joc al învinuirii. Trebuie să recunoașteți că, pentru a continua lupta asupra conținutului sau pentru a menține același proces disfuncțional, acest lucru nu va duce la nimic bun. Este o adevărată risipă de energie.

Avem tendința de a replica inconștient procesul prin alegerea unui partener cu un proces similar sau cu unul care se potrivește cu cel al nostru. Putem face același lucru cu conținutul, deși acesta ar trebui să fie mai ușor de recunoscut. În mod inconștient, ne potrivim cu un proces similar pentru a păstra în viață dinamica. Poate că o facem pentru că într-o zi să o înfrângem; să producem schimbarea. Sau, dimpotrivă, îi permitem să ne tortureze în continuare; ori o folosim ca pe un ciocan împotriva altora pe care îi putem considera responsabili pentru exacerbarea ei. Acesta din urmă este un efort deosebit de inutil pentru că nu putem să ne plătim de o datorie față de cineva din trecutul nostru, făcând ca cineva din prezentul nostru să plătească de fapt prețul. După cum scrie Nietzsche: “Oricine trăiește de dragul combaterii unui inamic are un interes pentru ca inamicul să rămână în viață”.

Sursa:

<https://www.psychologytoday.com/intl/blog/magentic-partners/201905/the-secret-solving-your-relationship-problems>

## Cum să te oprești din mâncat când ești deja sătul?

Ideea că a fi prea sătul ar putea fi un declanșator al mâncatului peste măsură pare contraintuitivă, dar pentru mulți, cu siguranță, este o problemă. Cei mai mulți dintre cei care se confruntă cu mâncatul compulsiv nu sunt doar dependenți de supraalimentare, ci și dependenți de prea multe diete.

Prin alternarea mâncatului compulsiv cu încercarea disperată de a-l contracara, cu diferite forme de restricție, practic nu se întâmplă altceva

decât menținerea corpului într-un mod de “sărbătoare sau foamete” tot timpul. Ori la bal, ori la spital, vorba românului.

Când creierul tău crede că trăiește într-un mediu în care ar trebui să funcționeze pentru perioade lungi de timp fără acces la hrană și nutrienți, se declanșează automat mecanismul de apărare “ar fi bine să ascund hrana acum” în momentul în care aceasta este disponibilă. Astfel, corpul tău primește semnalul de a crea depozite de grăsime prima dată când primește mâncare după o perioadă de foamete.

Prin urmare, cea mai bună soluție nu este o mantră magică pe care să o repeți, în momentul în care realizezi că ai mâncat prea mult. Mai degrabă, renunțarea la modul de “sărbătoare” și de “foamete”, furnizând corpului tău un aport regulat de calorii și substanțe nutritive este o soluție mult mai eficientă. În acest fel, creierul nu mai simte nevoia urgentă de a depozita alimente atunci când sunt disponibile.

Acest lucru înseamnă că trebuie să mănânci micul dejun imediat în ziua următoare după ce ai avut un exces alimentar, chiar dacă nu simți nevoia să

mănânci dis-de-dimineață. Și a doua zi, și următoarea, și tot așa. Trei mese pe zi, fără să sari peste mese. Cel puțin nu în primele șase-douăsprezece luni, timp în care repeți acest ciclu. Asta nu înseamnă că sunt contestate beneficiile medicale ale postului (restricții alimentare). Doar că pentru a contracara mâncatul compulsiv, crearea unor obiceiuri alimentare sănătoase este imperios necesară.

Atunci când rezultatele nu se văd foarte repede, amintiți-vă, direcția este mai importantă decât viteza. Dacă ești predispus la mâncat compulsiv, cel mai

rapid mod de a pierde în greutate este lent, pe termen lung.

În concluzie, e necesar să vă obișnuieți cu o energie mai echilibrată, total opusă roller-coster-ului cu care ați fost obișnuieți în cilclul “sărbătoare-foamete”.

Sursa:

<https://www.psychologytoday.com/intl/blog/never-binge-again/201905/how-stop-overeating-when-you-feel-full>



Opera lui Nicolae Iorga a început să se închege încă din anii studiilor liceale și universitare, apoi a căpătat direcții precise în timpul studiilor în străinătate. Aprecierile din țară și de peste hotare sunt numeroase și întotdeauna elogioase.

# PERSONALITĂȚI

## Nicolae Iorga, un vizionar și un poet al istoriei

La 5 iunie 2019, aniversăm 148 de ani de la nașterea lui Nicolae Iorga, personalitate de excepție a neamului românesc, cărturar român, savant de renume mondial, istoric (al istoriei românilor, orientalist, bizantinolog, turcolog, al istoriei universale, arheolog), istoric literar, scriitor, economist, politolog, etnograf, istoric de artă, pedagog, om politic.

Nicolae Iorga s-a născut pe 5/17 iunie 1871 la Botoșani și a murit în 27 noiembrie 1940, la Strejnicu, județul Prahova. Tatăl său, Nicu Iorga, era avocat, iar mama, Zulia Arghiropol era fiica Elenei Drăghici, femeie cultă, cunosătoare a limbilor germană și franceză și care a publicat traduceri din limba franceză. A întocmit și o antologie literară. Fratele ei, Manolache Drăghici a publicat *Istoria Moldovei pe timp de cinci sute de ani până în zilele noastre*.

Nicolae Iorga urmează clasele primare la Școala Marchian din Botoșani (1878-1881), primele cinci clase secundare la Liceul Larian din Botoșani (1881-1886) și clasa a VI-a la Liceul Național din Iași. După susținerea bacalaureatului (1888) se înscrie la Universitatea din Iași la Facultatea de Istorie și Literatură. După un an obține diploma de licență (1889) și este pedagog la un pension (1889-1890). În anul 1890 se căsătorește cu Maria V. Tasu, fiica jurnalistului Tasu.

În anul 1890, Nicolae Iorga primește bursa Iosif Nicolescu, cu care pleacă patru ani în Franța și Germania (1890-1894). La Paris se înscrie la École Pratique des Hautes Études, secția de istorie - filologie. Pentru elaborarea tezei, Nicolae Iorga efectuează două călătorii la Londra și Roma (1891). Se înscrie la Universitatea din Berlin în ianuarie și frecventează cinci luni cursurile, după care, în iunie trece la Universitatea din Leipzig (1893). În acest an, pe 25 martie devine diplomat al Școlii practice de înalte studii din Paris, iar pe 4 august obține titlul de doctor al Universității din Leipzig. Continuă să studieze arhivele din Dresda, München, Nürnberg, Innsbruck, Veneția, Milano, Torino (1894). Revine în țară în 28 septembrie și i se oferă suplینirea catedrei de istorie universală la Universitatea din București, unde ține prima lecție universitară la 1 noiembrie 1894. La 7 aprilie 1897 este ales membru corespondent al Academiei Române. Perioada următoare își concentrează atenția asupra călătoriilor și studiilor în țară (1900 - 1907). Se stabilește la Vălenii de Munte, unde pune bazele unui așezământ de cultură, denumit Universitatea populară (1907).

Nicolae Iorga este ales deputat până în 1940. În 1910, devine membru plin al Academiei Române. Participă pentru prima dată la un congres internațional de istorie la Londra (1913). Împreună cu Vasile Pârvan și G. Murgoci, Nicolae Iorga pune bazele Institutului Sud-est european (1914). Înființează Revista Istorică (1915), pe care o va conduce până în anul 1940. Nicolae Iorga devine președinte al primei Adunări a deputaților din România Mare (1918). În anul 1920, pune bazele primului teatru popular.

În anul 1921, ține prima lecție la Sorbona, iar în 1923 este numit membru corespondent al Academiei Suedeze. În anul 1927, Iorga efectuează călătorii în Franța, Danemarca, Suedia, Elveția și Italia. Primește titlul de Doctor Honoris causa al Universității din Geneva la 1



Nicolae Iorga s-a născut pe 5/17 iunie 1871 la Botoșani și a murit în 27 noiembrie 1940, la Strejnicu, județul Prahova

martie 1927. Tot în anul 1927, ia parte la Congresul de Bizantologie de la Belgrad, ca reprezentat al Academiei de Inscriptii din Paris. De asemenea, vorbește la Napoli despre Italia de Sud și România. În anul 1928, continuă să țină lecții la Sorbona, apoi la Madrid, Lisabona, Coimbra, Porto și Milano și participă la Congresul Internațional de Istorie de la Oslo. În anul 1929, ține numeroase lecții la Prus, în Spania și Italia.

În anul 1930, călătorește trei luni în America de Nord și ține lecții la numeroase universități, strânse în *My american lecture*. Nicolae Iorga inaugurează Casa română din Veneția (aprilie 1930), ia parte la Congresul Internațional de Istorie de la Londra și primește titlul de Doctor honoris causa al Universității din Oxford (3 mai 1930). Conferențiază la Berna și Zürich.

La 17 aprilie 1931, este numit Președintele Consiliului de Miniștri, iar la 25 decembrie 1932 i se conferă titlul de Doctor honoris causa al Universității din Roma. În anul 1933 participă la Congresul de Istorie din Polonia, iar în 1934 călătorește din nou în Franța și Italia.

În anul 1935, Iorga lansează ideea înființării unei universități latine la Coimbra, iar în 1936 este inițiatorul Adunării de la București a comitetului de istorie, la care au participat istorici de renume ca Temperley, Amantos, Koht, Dembinski, Leskari. La 1 aprilie 1937, inaugurează Institutul pentru Studiul Istoriei Universale, care-i va purta numele. Ultimii ani sunt consacrați scrierii istoriei românilor și a unor lucrări privind Bizanțul, care îi va conferi lui Iorga, pe lângă faima de un mare istoric al istoriei universale și pe cea de reductabil bizantinolog. În noiembrie 1940, Iorga este asasinat.

Opera lui Nicolae Iorga a început să se închege încă din anii studiilor liceale și universitare, apoi a căpătat direcții precise în timpul studiilor în străinătate. Aprecierile din țară și de peste hotare sunt numeroase și întotdeauna elogioase. Lucrările de doctorat de la Paris (*Philippe de Mézières 1327 - 1405 et la croisade en XIV-eme siècle*) și Leipzig (*Thomas III, Marquis de Saluces*) vădesc un spirit enciclopedic și profund umanist. La Congresul Internațional de Istorie de la Londra, Iorga prezintă *Bazele necesare unei noi istorii a Evului Mediu*, prin care se pun bazele unui nou concept de istorie universală. În 1921, la împlinirea vârstei de 50 de ani, lui Iorga i se oferă la București un volum omagial în care persona-

lizaci, 1897; *Pretendenți domnești*, comunicare ținută la Academia Română, 1898; *Notes et extraits pour servir à l'histoire des Croisades au XV-eclé*, șase vol. Între 1899 - 1916; *Acte din sec. al XVI-lea (1517 - 1612) relative mai ales la domnia și viața lui Petru Șchiopul* (vol. XI din Hurmuzaki), 1900; *Scurtă istorie a lui Mihai Viteazul*, 1900; *Istoria literaturii române în secolul al XVIII-lea*, 1901; *Sate și preoți din Ardeal*, studiu, 1902; *The Byzantin empire*, Anglia, 1907; *Istoria literaturii române în secolul al XIX-lea*, vol. I, 1907; *Istoria Imperiului Otoman*, cinci volume, 1908 - 1913; *Istoria bisericii române*, 1908; *Istoria Românilor* (primul manual școlar al lui Iorga), 1908; *Istoria universală* (manual), 1908; *În era reformelor*, primul volum cu discursuri politice, 1909; colaborează la Meyer Lexicon cu *Istoria hunilor, bulgarilor, românilor, maghiarilor și a țigănilor*, 1909; *Oameni care au fost*, vol. I, 1911; *Mihai Viteazul, dramă istorică*, 1911; *Partea Românilor din Ardeal și Ungaria în cultura românească*, 1911; *Însemnătatea românilor în istoria universală* (trei lecții de istorie), 1912; *Portul popular românesc*, 1912; *Istoria statelor balcanice*, 1913; *Istoria românilor*, în zece volume, 1936-1939.

**Articole:** *Chestiunea Mării Mediterane, Veneția în Marea Neagră, Veneția e la Peninsula dei Balcani; Un act românesc privitor la începutul culturii bulgare; Viața și domnia lui Constantin Vodă Brâncoveanu; Scrisori inedite ale lui Tudor Vladimirescu din anii 1814-1815; Muntele Athos în legătură cu țările române; Fundațiile religioase ale domnilor români în Orient*, 1914; *Istoria românilor din Ardeal și Ungaria*, vol. I, 1915, vol. II, 1916; *Situația agrară, economică și socială a Olteniei în epoca lui Tudor Vladimirescu*, 1915; *Dreptul la viață al statelor mici, Cuvântare ținută la Academia Română*, 1915; *Istoria românilor din Peninsula Balcanică*, 1919; *Histoire des Roumains et leur civilisation*, 1920; *Papi și împărați*, 1921; *State și dinastii*, 1922; *Orient și Occident în evul mediu, Pătrunderea ideilor apusene în sud-estul Europei*, Cursuri ținute la Sorbona, 1923; *Points de vue sur l'histoire de Commerce; Les plus anciens etats slavo-roumains*, 1925; *I genovesi nel Mar Hero; Istoria comerțului românesc*, 1925; *Essai de synthèse de l'humanité*, patru volume, 1926 - 1928; *Istoria industriei la români*, 1927; *Războiul de independență al României*, 1927; *Evoluția ideii de libertate*, 1928; *Istoria românilor prin călători*, patru volume, 1928; *Istoria învățământului românesc*, 1928; *Drumurile de comerț, creatoare ale statelor românești*, 1928; *Domni români după portrete și fresce contemporane*, 1929; *Patru conferințe despre Armenia*, 1929; *Moyen-Âge et Antiquité*, 1930; *America și românii din America*, 1930; *Une ville roumane devenue slave: Raguse*, 1931; *Note asupra istoriei Spaniei*, 1931; *Acte privitoare la marea război*, 1932; *Supt trei regi*, 1932; *Ospiti romeni în Veneția*, 1932; *O altă istorie universală*, 1933; *Vechea artă religioasă la români*, 1934; *La place des Roumains dans l'histoire universelle*, trei volume, 1935; *România în străinătate de-a lungul timpurilor*, 1935; *Istoria Bucureștilor*, 1938 - 1939; *Discursuri parlamentare*, trei volume, 1938 - 1939; *Etudes byzantines*, două volume, 1938 - 1939; *Două pagini din istoria fanarioților*, 1940; *Problema Unirii Principatelor la 1855 - 1859*, 1940; *Individualism și solidarism în dezvoltarea istoriei*, 1940.

litățile culturii românești aduc omagiu savantului de renume mondial. În 1923, ca reprezentat al Academiei de Inscriptii din Bruxelles, Nicolae Iorga uimește auditoriul prin elocința și puterea de evocare a trecutului medieval, prin profunda analiză a evenimentelor în comunicarea *România dunăreană în veacul al VI-lea și barbarii*.

Vorbește la Institutul Franței despre *Părăsirea Daciei de Aurelian*, iar la Geneva despre *Așezămintele din sud-estul Europei* (1924). Nicolae Iorga conferențiază la Cercle artistice din Bruxelles despre *Figuri reprezentative ale istoriei românilor*, la Strassbourg despre *Rase și politică în sud-estul european*, la Geneva despre *Definiția literaturii bizantine* (1925).

Cu prilejul călătoriilor din apus, un romanist îl compara cu un vast copac, adânc înrădăcinat însă în pământul lui (1927). Cu prilejul conferirii titlului de Doctor honoris causa al Universității din Oxford (1930) i se face în latinește un vibrant și emoționant elogiu academic în care Iorga este prezentat ca un bărbat, în multe învățat și în multe scriitor, numit *Titus Livius al Daciei*, care a scris opere istorice în patru limbi, mergând până la izvoarele cele mai ascunse. El a scris nu numai despre faptele românilor, nu a înfățișat numai monumentele, ci a străbătut cu curiozitatea lui Plinius arta, a cercetat obiceiurile și așezămintele tuturor neamurilor din părțile de miazăzi și soare răsare ale Europei. Istoricul Bruchesi afirmă că Iorga ar fi fost în fruntea gloriei Renașterii dacă ar fi trăit în acea epocă. În sfârșit, cu prilejul împlinirii a 60 de ani (1931) i s-au oferit mai multe volume omagiale în care semnează personalități de prestigiu din țară și străinătate. La fel, principalul istoriograf al opereii lui Iorga, Barbu Teodorescu, afirmă că savantul a căutat să fie un istoric în sensul lui Ranke și Michelet, un vizionar, un profet, dar și un poet al istoriei. Opera lui Nicolae Iorga de o mare vastitate și varietate este greu de cuprins exhaustiv.

**Lucrări de referință:** Articole despre politica germană a lui Bismarck, publicate în ziarul Românul, al unchiului său Emanoil Arghiropol, 1884; *Viața și opera lui Manolache Drăghici* în Arhiva lui A.D. Xenopol; primele monografii închinat lui Filimon, Alexandru Creangă, Veronica Miclă, 1890; Primul volum de documente din colecția *Acte și fragmente cu privire la istoria românilor*, 1895; *Rapoarte consular prusiene din Iași și București (1763 - 1844)* în colecția Hur-

### Asasinarea lui Iorga: împușcat de nouă ori de legionari

În anul 1940 regimul lui Carol al II-lea s-a prăbușit. Neașteptata cedare a Basarabiei și Bucovinei de nord sovieticilor a șocat societatea românească și l-a revoltat pe Iorga. La două ședințe ale Consiliului Coroanei ținute la 27 iunie, a fost unul din cei șase din totalul de 21 de membri care s-au opus ultimului impus de URSS, cerând cu insistență apărarea armată a Basarabiei. Mai târziu, Dictatul de la Viena a cedat Ungariei Transilvania de Nord, astfel agravându-se criza politică și morală, care a dus la instaurarea Statului Național-Legionar cu Ion Antonescu ca Conducător, sprijinit de un guvern legionar. Iorga decide să suspende apariția gazetei Neamul Românesc, explicând că: „Când s-a produs o înfrângere, steagul nu se predă, ci pînza lui se înfășoară în jurul inimii. Inima luptei noastre a fost ideea culturală națională”. Văzut vinovat pentru uciderea lui Codreanu, a primit noi amenințări de la Garda de Fier, prin scrisori de ură, atacuri în presa mișcării legionare (Buna Vestire și Porunca Vremii) și tirade de la sediul legionar din Vălenii de Munte. S-a opus noului guvern susținându-și atașamentul față de regele care fusese obligat să abdice.

Nicolae Iorga a fost obligat să părăsească domiciliile din București (unde deținea o casă nouă în cartierul Dobrobani) și din Vălenii de Munte din cauza cutremurului din noiembrie 1940. S-a mutat la vila sa din Sinaia, unde a terminat Istoriologia umană.

### Ridicat de un grup de legionari

A fost ridicat de un grup de legionari, (cel mai cunoscut dintre aceștia și conducătorul grupului format din Ion Tucan (secretar general al Institutului Național al Cooperăției), Ștefan Cojocaru (consilier la INC), Traian Baicu (director la INC), Ștefan Iacobete (șofer INC) și Tudor Dacu (informator al Poliției Legionare fiind inginerul agronom Traian Boeru), în după-amiaza zilei de 27 noiembrie, și ucis lângă Strejnicu. A fost împușcat de nouă ori, cu pistoale de 7,65 mm și 6,35 mm. Asasinarea lui Iorga este dese menționată în paralel cu cea a politicianului țărănist Virgil Madgearu, răpit și omorât de legionari în aceeași noapte, și cu Masacrul de la Jilava (în care aparatul administrativ al lui Carol al II-lea a fost decimat). Aceste acte de răzbum, puse în legătură cu descoperirea și reîngroparea rămășițelor lui Codreanu, au fost făcute de legionari din propria inițiativă, ducând la tensiuni între ei și Antonescu.

Membrii Gărzii de Fier îl considerau responsabil de uciderea comandantului lor, Corneliu Zelea Codreanu în timpul regimului de autoritate monarhică a regelui Carol al II-lea, când în urma unei scrisori deschise adresate de Codreanu către Iorga, acesta fiind și consilier regal, i-a intentat proces și liderul legionarilor a fost condamnat pentru calomnie.

Cu toate că Iorga a adresat câteva scrisori instanței în care a cerut suspendarea procesului, procedura juridică nu a fost oprită.

Moartea lui Iorga a generat conșteranare și a cutremurat comunitatea academică. După aflarea veștii asasinării lui Iorga, 47 de universități și academii din întreaga lume au arborat drapelul în bernă.

În țară, Garda de Fier a interzis plângerea sa în public, exceptând un necrolog în cotidianul Universul și o ceremonie ținută la Academia Română.



# Declarația Lisei Kudrow despre rolul ei din serialul „Friends” a surprins pe toată lumea

Lisa Kudrow, Phoebe din serialul „Friends”, a vorbit despre rolul său, iar declarația acesteia i-a luat prin surprindere pe fani.

Lisa Kudrow este cunoscută mai ales pentru rolul pe care l-a interpretat timp de 10 ani, Phoebe Buffay, serialul „Friends” fiind în continuare foarte îndrăgit.

Au trecut 15 ani de la apariția ultimului episod, iar de atunci fiecare actor și-a continuat cariera, iar copiii din serial au crescut, fiind acum personajele principale în alte show-uri de succes, de exemplu Cole Sprouse, cu rolul din „Riverdale”.

Deși au trecut atât de mulți ani, încă se vorbește despre acest serial, iar Lisa Kudrow i-a surprins zilele trecute pe fani cu o declarație despre rolul său și modul în care s-a simțit la filmări.

Aceasta a vorbit în cadrul podcastului lui Marc Aaron despre imaginea sa și despre provocările pe care le-a avut în timpul filmărilor, dezvăluind că s-a comparat adesea cu cele două colege, Jennifer Aniston și Courteney Cox.

„Te vezi la televizor și te gândești, ‘O Doamne, sunt un munte de fată. Sunt deja mai mare decât Courteney și Jennifer – mai mare, adică oasele mele se simt mai mari.’ Mă simțeam ca un munte de femeie lângă ele”, a declarat Lisa.

Ea a continuat, vorbind și despre modul în care societatea reacționează la greutatea unei persoane în general. „Din păcate pentru o femeie, dacă ești subponderală arăți bine. Și asta este tot ceea ce am primit. Când eram prea slabă eram bolnavă mereu. O răceală, o infecție a sinusurilor. Eram mereu bolnavă”, a adăugat Lisa Kudrow.

Aceasta a explicat că nu doar greutatea reprezenta o provocare, ci și vârsta, însă în final reușea mereu să se încurajeze. „Ajungeam mereu să gândesc, ‘Așa și? Așa, în regulă. Ești mai în vârstă. Asta este un lucru bun. De ce ar fi un lucru rău?’”

## Friends

Friends este un sitcom american creat de David Crane și Marta Kauffman, care a fost difuzat pe postul american NBC din 22 septembrie 1994 până

pe 6 mai 2004. Serialul se concentrează asupra vieților unui grup de prieteni din cartierul Manhattan, New York.

Kauffman și Crane au început să lucreze la serial în perioada noiembrie-decembrie 1993, acesta fiind inițial denumit Cafeneaua Insomnia (titlu original Insomnia Cafe). Cei doi, împreună cu Bright, au trimis un manuscris de 7 pagini al serialului către NBC. După câteva ajustări și revizuirii, inclusiv o a doua modificare a titlului în Prieteni ca noi (titlu original Friends Like Us), serialul a fost în final denumit Friends. Filmările pentru serial au avut loc în studiourile Warner Bros. din Burbank, California în fața unui studio cu public live. Episodul final al serialului (al 18-lea din sezonul 10 și al 236-lea în total) a fost difuzat pe 6 mai 2004 și a fost urmărit de 52,5 milioane de spectatori americani, devenind astfel al 4-lea cel mai urmărit episod final din istoria televiziunii.

Friends a primit recenzii pozitive de-a lungul difuzării sale, devenind unul din cele mai de succes sitcomuri din toate timpurile. Serialul a câștigat multe din cele 63 de nominalizări la premiile Primetime Emmy Awards. Serialul a avut succes de asemenea succes în ratinguri, clasându-se în anual în primele 10 cele mai vizionate televiziuni americane. Serialul a avut un mare impact cultural, care continuă și în ziua de astăzi, fiind redifuzat în întreaga lume.

În termeni monetari, Friends este cel mai de succes sitcom din toate timpurile. Spre sfârșitul filmărilor, actorii erau plătiți cu 1.000.000 de dolari pe episod.

Prietenii tăi a avut 64 de nominalizări Primetime Emmy Awards, dintre care a câștigat 6. Jennifer Aniston și Lisa Kudrow sunt singurii actori ai echipei care au câștigat câte un premiu Emmy, în timp ce Courteney Cox Arquette nu a fost niciodată nominalizată. Sitcomul a câștigat în anul 2002 premiul Emmy pentru cel mai bun serial de comedie, cu nominalizări în anii 1995, 1996, 1999, 2000 și 2003. De asemenea a câștigat cate un premiu American Comedy Award, GLAAD Media Award, Golden Globe Award, Satellite Award, Screen Actors Guild Award, 3 premii Logie Awards, 6 premii People's Choice Awards.



## Jason Momoa povestește despre debutul său în „Game of Thrones”

Jason Momoa își amintește cu nostalgie de începuturile carierei sale, mai ales de momentele de pe platourile de filmare ale serialului „Game of Thrones”. Jason Momoa a povestit la sfârșitul săptămânii trecute momente din perioada de debut a personajului Khal Drogo din „Game of Thrones”. În fotografia postată, actorul în vârstă de 39 de ani apare într-o dubă, de când se afla alături de prietenul său Brian Andrew Mendoza în Donegal, Irlanda, în pauza de filmare a serialului.

„Îmi este dor de casă. Mă uitam prin telefon și am găsit poza asta. O parcare destul de liniștită în afara drumului din Donegal. În timp ce filmam „Game of Thrones” am avut o mică pauză. Eram prea faliți pentru a zbura acasă așa că am închiriat o dubă din Belfast și am condus prin incredibila Irlanda căutând cea mai bună halbă de Guinness. Atât de multe povești și oameni incredibili. Prețuiesc acea perioadă, momentele simple sunt cele pe care mi le amintesc cel mai mult. Încă mi-e dor de familie. A fost un drum lung și simt că doar ce am început”, le-a povestit Jason fanilor săi.



Starul din „Aquaman” și-a început cariera interpretând rolul salvamarului Jason Ioane din „Baywatch: Hawaii” în perioada 1999-2001. Înainte de rolul din „Game of Thrones” care i-a adus faima, Jason a lucrat în diverse show-uri de televiziune, precum „North Shore”, „Stargate Atlantis” și „The Game”. În viitor, așteptăm să-l admirăm pe Jason Momoa în drama science-fiction „See”, dar și în remake-ul thriller-ului „Cliffhanger”.

## George și Amal Clooney se confruntă cu probleme de securitate

George Clooney vorbește deschis despre cum este să fie căsătorit cu un avocat atât de important cum este Amal Clooney și despre cazurile periculoase de care aceasta se ocupă în prezent, împotriva ISIS. Într-un interviu acordat The Hollywood Reporter's Awards Chatter, George Clooney a discutat despre temerile pe care le are cu privire la securitatea celor doi copii pe care îi are cu Amal, din cauza cazului de care soția sa se ocupă în prezent.

„Totul se schimbă atunci când ai doi copii, în special atunci când vorbim despre cum să îi protejăm”, a declarat Clooney despre gemenii Ella și Alexander, pe care îi are cu Amal. „Soția mea are proces împotriva ISIS așa că avem numeroase probleme reale legate de securitatea noastră, probleme cu care trebuie să ne confruntăm zilnic. Nu ne dorim ca cei doi copii ai noștri să devină ținte, așa că trebuie să fim foarte atenți la acest aspect”.

Actorul a mai vorbit și despre cum faptul că este o celebritate își pune amprenta asupra modului în care își crește copiii, dar și despre faptul că și-ar fi dorit să aibă un anumit nivel de intimitate, mai ales de când a venit tată.

„Îmi este dor de a avea intimitate. Eu și soția mea ne-am dorit să mergem cu cei doi copii în Central Park, însă acest lucru pur și simplu nu este posibil. Am încercat, însă am ajuns numai până la ușă și deja era o mulțime de oameni în jurul nostru. Există deja un preț pus pe o fotografie în care să se vadă chipul copiilor mei, așa că acesta este un aspect la care suntem foarte atenți”, mai spune actorul.

