

Mesajul Episcopului Iustin de Sărbători

*“Vă îndemn părintește
să nu lăsăm garda
rugăciunii jos”*



PAGINA 4

Despre tradiția colindatului, un obicei străvechi

Tradițiile, obiceiurile și superstițiile din spațiul carpatodanubiano-pontic au, fiecare în parte, conexiuni în morala religioasă, ori în bunăstarea fiecărei persoane, explică prof. dr. Violeta Drăguț, în revista “Tradiții și obiceiuri la români”.

Moștenirea de veacuri a înaintașilor, care ne ajută să ne găsim și să ne consolidăm identitatea, reprezintă, practic, fundamentul moral al fiecărui popor, mai precizează dr. Drăguț, în aceeași publicație.

Conform proverbului, “Cine nu are bătrâni, să-și cumpere”.

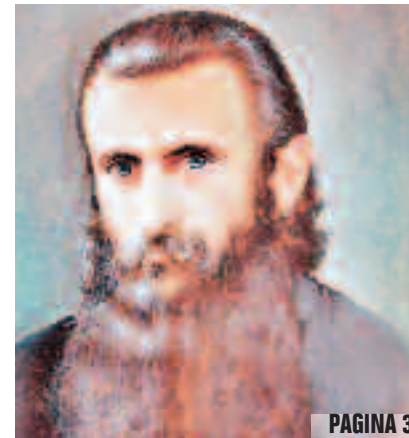
De ce? Pentru că tocmai aceste tradiții și obiceiuri care mențin vie conștiința neamului nostru sunt culese din moși-strămoși, deci din rândul persoanelor vârstnice.

Continuare în pag. 2



Colindătorii trebuie primiți cum se cuvine, deoarece sunt aducători de noroc, pentru fiecare gospodărie în care vestesc

Din învățăturile părintelui Arsenie Boca



PAGINA 3

“Citește asimilând, nu simplu citind – că nu-i vorba de-a împlini o normă, ci un canon – aceasta-i norma sau principiul. Citește trăind, nu memorizând. A citi trăind, bucurându-te de frumusețea unei idei, te construiește conștient și subconștient, iar timpul scoate cele sădite acolo așa, cândva, ca pe ale tale. Ceea ce rămâne după ce ai uitat tot ce ai citit aceea îți aparține cu adevărat și aceea ai asimilat. Deci nu te îndrum de-a citi ca să-ți încarci memoria, aceasta e bibliografie și slavă deșartă și de a crește sufletul și pe aripile artei mântuirii.” - Părintele Arsenie Boca

Prințul Carl Philip și Prințesa Sofia vor deveni părinți



Suedia va întâmpina un nou prinț sau o prințesă în primăvara anului 2021. Anunțul a fost făcut de către Casa Regală a Suediei. Prințul Carl Philip și soția lui, Sofia, vor deveni părinți pentru a treia oară. Conform anunțului, prințesa se simte bine iar venirea pe lumea a bebelușului este așteptată în luna martie sau aprilie 2021.

Redăm anunțul emis de către Casa Regală: “Sunt foarte fericiți și așteptăm un frate sau o surioară pentru prințul Alexander și prințul Gabriel. Un nou membru al familiei noastre pe care îl așteptăm cu drag.”

Bebeluşul va fi al șaptelea în ordinea liniei de succesiune a tronului suedez, surclasându-l pe matusa sa, prințesa Madeleine. Este de așteptat ca bebeluşul să aibă propriul ducat, dar nu va primi titlura de “Alteță Regală”.

Carl Philip s-a căsătorit cu Sofia Hellqvist în luna iunie a anului 2015. În octombrie 2015 au anunțat că vor deveni părinți pentru prima dată. Primul lor copil, prințul Alexander, s-a născut în aprilie 2016 la spitalul Danderyd. Pe 31 august 2017 a venit pe lume al doilea copil al cuplului, prințul Gabriel.

Regele Carl al XVI-lea Gustaf al Suediei a decis în 2017, pe 7 octombrie, limitarea drepturilor regale iar cei doi prinți au rămas fără titlatura de “Altețe Regale”.

Bob Dylan renunță la drepturile de autor

Bob Dylan și Universal Music au semnat una dintre cele mai mari achiziții din istoria muzicii. Compania a cumpărat drepturile de autor pentru toate piesele artistului, pentru o sumă care ajunge la câteva sute de milioane de dolari. Este, poate, cel mai important contract editorial din sectorul muzical din ultimul secol. Acest contract presupune un număr

de peste 600 de melodii produse în 60 de ani de activitate a lui Bob Dylan

Chiar dacă nu a fost anunțată o sumă, presa de peste ocean estimează suma de 300 de milioane de dolari. În vârstă de 79 de ani, Bob Dylan s-a lansat în muzică la începutul anilor 1960 iar în urmă cu patru ani a devenit primul compozitor laureat al premiului Nobel pentru Literatură.

Interviu cu Mihaela Bonea despre violența domestică

PAGINA 7

Echinaceea este campionana imunității

PAGINA 6



TRADIȚII

Moș Crăciun și împodobirea bradului, împrumutate de la nemți

Împodobirea bradului este un obicei care a ajuns în spațiul românesc relativ târziu. Este împrumutat din Germania, la fel și tradiția decorării caselor cu crenguțe de brad. De altfel, nemții au obiceiul decorării copacilor și în perioada sărbătorilor pascale, fiind chiar renumiți pentru decorarea cu multă măiestrie a unor orașe întregi, care anual atrag mii și mii de turiști, îmbrăcând o altă față. Se spune că, datorită formei sale triunghiulare, bradul ar simboliza Sfânta Treime, iar podoabele care se pun pe el, fac trimitere la bogăție și cunoaștere, precum pomul sacru din Eden.

Împodobirea bradului a ajuns unul dintre cele mai iubite obiceiuri, și datorită faptului că Moș Crăciun este cel care aduce cadouri și le lasă sub brad copiilor cuminiți, și nu numai. De altfel, și existența lui Moș Crăciun se leagă de Germania. Acesta este reprezentat, în general, în costum roșu, din cap până în picioare, cu barbă lungă și albă, și desfășurându-și activitatea cu o sanie uriașă, trasă de reni. În Australia, ajunge la copiii cuminiți pe o placă de surf.

Unele legende spun că, sursa de inspirație pentru Moș Crăciun ar fi chiar Sfântul Nicolae din Myra, care a trăit în secolul al IV-lea și era renumit pentru că împărțea cadouri săracilor.

Moș Crăciun a mai fost asemănat și cu Odin, un zeu important la popoarele germanice. În două cărți scrise în secolul XIII în Islanda, "Poetic Edda" și "Prose Edda", acesta este prezentat zburând pe un cal cu opt picioare numit Sleipnir, ce putea călători pe distanțe lungi, astfel fiind comparat cu renii lui Moș Crăciun.

Sărbătoarea închinată lui, Yule, avea loc anual pe 21 decembrie. În ajunul acestei zile, copiii își umpleau încălțăminte cu legume, iar zeul le oferea dulciuri în locul acestora. Conform legendei, această practică ar fi fost adusă în Statele Unite de către coloniștii olandezi ce s-au stabilit în New Amsterdam în secolul XVII.

Clement Clarke Moore, un pastor american, îl prezenta pe simpaticul Moș Crăciun, într-un poem, ca fiind dolofan, zămbitor și darnic. Poemul a ajuns, în foarte scurt timp, unul dintre cele mai căutate, după momentul 23 septembrie 1823, când a fost, pentru prima dată publicat. S-a răspândit rapid în întreaga lume, la 1860 și, cum Moșul avea nevoie și de o imagine, aceasta i-a fost realizată de cotidianul Harper's Illustrated Weekly. Este vorba despre un desen, în care personajul celebru în întreaga lume, era desenat așa cum îl știm cu toții: într-un costum roșu, cu nasturi negri și o curea din piele. Desigur, dolofan. Thomas Nast este cel care a dat principalele aspecte mitului care s-a născut în jurul lui Moș Crăciun, precum și ideea că locuința sa este la Polul Nord.

Maria Feier

Colindătorii, considerați a fi purtătorii unor puteri magice în lumea arhaică

Cei care nu îi primeau în case pe vestitori erau făcuți de rușine în sat și li se rupeau lemne din gard

Urmare din pagina 1

Sărbătorile de iarnă abundă în tradiții și superstiții la români, chiar în unele sate aceste cutume sunt respectate cu sfințenie. Toate credințele au câte o explicație în plan științific, fiecare gest se reflectă în lumea nevăzută, iar oamenilor de la sate le-au fost explicate în maniera cea mai simplă posibilă. De altfel, tradiții și obiceiuri din moși-strămoși există la mai toate populațiile cu o istorie îndelungată.

Crăciunul, vechea sărbătoare a iubirii de oameni, vine la români cu o paletă bogată de obiceiuri și cântece îndăinate. Chiar dacă tradițiile diferă ușor, de la o zonă etnografică la alta, sau chiar de la un capăt la altul al satului, cu siguranță au același farmec, iar cântecele străvechi specifice perioadei au aceeași frumusețe poetică fără seamăn.

Ce este bine să faci în Ajun pentru a-ți merge bine tot anul

Despre Ajunul Crăciunului se zice că este sărbătoarea patronată de Moș Ajun, despre care se crede că ar fi fost frate cu Moș Crăciun.

Străbunii noștri aveau credința că nu este bine a se dormi pe pat de paie, ori în fân, în grajdul animalelor, în noaptea de Ajun, deoarece considerau că boii vorbesc între ei despre Pruncul Sfânt.

Se mai crede că doar oamenii buni la suflul și tari în credință pot vedea cum se deschid cerurile în această noapte.

Unele superstiții ne spun să nu deschidem în noaptea de Crăciun, deoarece norocul poate zbura din casa noastră.

În Ajunul Crăciunului, unele fete lasă afară peste noapte din bucatele preparate, dar negustate, pentru ca noaptea să le vină ursitul și să guste din ele. Astfel, tinerele fete vor putea veni să-l vasă.

O altă credință spune că nu trebuie consumat niciun aliment în Ajun de Crăciun, pentru a avea noroc pe tot parcursul vieții. Totuși, copiii este bine să li se dea să consume dovleac, în Ajun, pentru a avea sănătate pe tot parcursul anului următor. Gospodinele au menirea de a fierbe pentru masa de Crăciun aproape toate bucatele, dar și pentru a se păstra din ele cât mai mult în anul următor.

Crescătorii de albine sunt îndemnați să nu dea nimic din gospodărie în ziua de Ajun, astfel că albinelor le va merge bine tot anul și acestea nu se vor pierde la roit.

Superstiții legate de noroc și lucrurile date cu împrumut

Se zice că acei colindători mascați care vestesc Nașterea Mătuitorului alungă spiritele rele, deoarece figurinele odioase pe care le poartă au rolul de a băga spaima în necuratul. Se impune menționat aici că întotdeauna colindătorii trebuie primiți și tratați cum se cuvine, deoarece sunt aducători de noroc, pentru fiecare gospodărie prin care vestesc.

În ziua de Ajun, se știe din popor că nu se împrumută lucruri. Asta pentru a nu da norocul din casă. Cei care cer împrumut lucruri în perioada Crăciunului o fac intenționat pentru a avea noroc la hoții în anul următor. În unele sate, și în prezent, localnicii obișnuiesc să-și strângă lucrurile date altora de prin sat. De asemenea, unele familii mai obișnuiesc să pună, în apa de spălat, nucă, pentru a avea sănătate în anul care vine.

Profesorul Ovidiu Trifan, având o vastă experiență în dirijarea corurilor, este de părere că tema colindului în creația

Originia colindului este arhaică, agrară prin excelență și însumează o serie de ritualuri și manifestări de factură magică, precizează profesorul Trifan. Acesta mai explică faptul că astfel, strămoșii noștri puneau în valoare forța magică a cuvântului și gestului care puteau deveni faptă. Ca manifestare socială, colindatul este un gest asociat mentalității arhaice. La începuturile fenomenului, cei care duceau colindul din casă în casă erau considerați a fi purtătorii unor puteri magice, deoarece credeau cu toată tăria în forța magică a cuvântului.



Se zice că acei colindători mascați care vestesc Nașterea Mătuitorului alungă spiritele rele, deoarece figurinele odioase pe care le poartă au rolul de a băga spaima în necuratul

corală românească este una cu adevărat fascinantă. El explică și evidențiază diferențele dintre cântecul de Crăciun și colindul autentic.

Originia colindului este arhaică, agrară prin excelență și însumează o serie de ritualuri și manifestări de factură magică, precizează profesorul Trifan. Acesta mai explică faptul că astfel, strămoșii noștri puneau în valoare forța magică a cuvântului și gestului care puteau deveni faptă. Ca manifestare socială, colindatul este un gest asociat mentalității arhaice. La începuturile fenomenului, cei care duceau colindul din casă în casă erau considerați a fi purtătorii unor puteri magice, deoarece aceștia credeau cu toată tăria în forța magică a cuvântului. Și în zilele noastre, copii - căci de cele mai multe ori, ei sunt cei care vestesc Nașterea Domnului, din casă în casă - sunt văzuți ca niște teofori, sau "purtători de Dumnezeu". În susținerea celor afirmate vin numeroase texte, precum: "Iată, vin colindători / ... Și v-aduc pe Dumnezeu / Să vă măntuie de rău."

Era semn rău dacă o casă rămânea necolindată, deoarece colindătorii aduceau bucurie și toți localnicii unui sat trebuiau să se bucure împreună, indiferent de puterea financiară a gazdelor. Cei care nu îi primeau în case pe vestitorii Nașterii Domnului erau făcuți de rușine în sat și li se rupeau lemne din gard, ori se lăsau scrijelituri pe pereții locuințelor din lut. Astfel că erau știuți de toată suflarea din sat. În prezent, societatea consumistă a transformat adevăratul rost al colindului, precum și mesajul pe care acesta îl aduce, mai precizează Ovidiu Trifan.

Colindele, semn al încheierii unui ciclu temporal

Dat fiind faptul că nu se cunoștea sărbătoarea Nașterii Lui Iisus în primele veacuri creștine, Biserica a fixat data de 25 decembrie, în secolul IV, tocmai pentru a șterge amintirea unei sărbători păgâne

dedicată cultului solar, sărbătoare care era marcată în aceeași zi. Un puternic substrat păgân se observă și astăzi în colindele creștine tocmai din acest motiv.

De multe ori, colindele se încheie cu o urare pentru gazde, semn al încheierii unui ciclu temporal și începutul unui alt an. Formulele-urare adresate ascultătorilor provin dintr-un întreg ritual închinat zeilor protectori ai agriculturii, specific tracilor din nordul și sudul Dunării, anterior expansiunii Imperiului Roman.

Mircea Eliade face o clasificare a colindelor, și le împarte în precreștine și creștine, care se completează și, în același timp, se exclud una pe alta, prin tematică.

Tematica, de asemenea, împarte colindele în mai multe categorii. Avem, în primul rând, cele care solicită gazdelor permisiunea de a colinda, precum sunt: "Bună sara la fereastră", "Ia, sculați voi, gazde mari!".

Profesiunile răspândite în satul românesc dețin un loc de seamă în cadrul colindelor. Este vorba despre: vânători, pescari, plugari, ciobani. De asemenea, colindele-baladă, cu teme cosmogonice sau moralizatoare, ori cu aluzii prenuptiale se bucură de o largă răspândire.

Mai trebuie menționat că, în secolele XVII și XVIII apar, în spațiul românesc, așa numitele cântece de stea. Este vorba despre "Trei crai de la Răsărit", "Nouă azi ne-a răsărit", "La Bethleem". Despre binecunoscutul "O, ce veste minunată". Este vorba despre replici la colindele "păgâne", în care copiii purtau în mâini o stea, confecționată de ei înșiși, din diferite materiale.

Despre așa zisele colinde internaționale, profesorul Ovidiu Trifan spune că s-a creat o gravă confuzie între acestea, și colindele strămoșești. Pe undeva, de vină ar fi chiar dascălii care nu se interesează să-i învețe pe copii care este diferența între simple cântece de iarnă și colindele autentice. "Jingle bells" intră, cu siguranță, în prima categorie menționată și, cu toate acestea, ignoranții îl consideră

un colind internațional.

Obiceiul colindatului se întâlnește pe întreg teritoriu al vechii Tracii: sârbi, polonezi, slovaci, ucraineni, beloruși.

Referiri la numele lui Crăciun

Folclorul românesc, implicit colindele, fac nenumărate referiri la numele lui Crăciun. În primul rând, trebuie amintită legenda potrivit căreia Fecioara Maria a născut în staulul său, însă el nu era de acord să o primească pe proprietatea lui. De fapt, mitul arhaic prezintă un cioban demonic, sau mai degrabă un cioban-zeu-moș, care era căsătorit cu Crăciunea. Aceasta o primește pe Prea Sfânta Născătoare în staul și o ajută să-L aducă pe lume pe Iisus, însă Crăciun s-a înfuriat și i-a tăiat mâinile. Rușinat de fapta sa necugetată, a fost într-atât de bucuros de minunea înfăptuită de Fecioara Maria, care i-a lipit mâinile la loc Crăciuneși, încât ciobanul-zeu-moș s-a convertit la creștinism.

Acesta a aprins un rug din cioate de brad în curte și s-a veselit și a dansat cu toate slugile sale, iar apoi a dăruit Fecioarei daruri păstorești: smântână, caș, urdă, lapte, pentru ea și Fiul său. Etnologul Pericle Papahagi este de părere că Moș Crăciun ar putea fi chiar o transformare a celor trei magi, care au venit cu daruri la nou-născutul Iisus. Acesta mai spune că sintagma "moș" din numele său, face trimitere la "incepător", "ziditor", "intemeietor".

Etnologii sunt convingși că semnificația sărbătorii actuale a Crăciunului își are originile în tradițiile geto-dacilor. Saturnaliile romane se celebrău în aceeași zi, și tot atunci era marcată sărbătoarea zeului solar Mithra, mai concret, mărtaea și renașterea sa.

În alte tradiții populare, Crăciunul este reprezentat de o zeităte care avea puteri supranaturale, sau ca un om obișnuit, dar care era în vârstă, avea o barbă lungă, albă, și era îmbrăcat într-un costum popular.

Mirela Filimon

Informația Zilei

ISSN 1222-4715

Director general - **D. Păcuraru**

Director editor: **Ilie Sălceanu**

Redactor șef supliment - **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

„Oare știi, omule, că din prima și până în ultima zi a vieții tale alergi mereu? Îți transporti sufletul spre limanul împărăției lui Dumnezeu, în căruța trupului tău. Fii hotărât! Încearcă și ai să vezi cât poate un om care vrea să fie curat” - Arsenie Boca

RELIGIE

Părintele Arsenie Boca, liniștea sufletească a poporului român

În satul Vața de sus, nu departe de Brad, la poalele munților Apuseni în Țara Zărandului, pe malul Crișului Alb, vedea lumina zilei tânărul Iosif, care mai târziu se va căsători cu Creștina Popa și se vor stabili la marginea satului. Tânărul familie deși posedă suprafețe mari de pământ, datorită profesiei lui Iosif de cizmar, meserie pe care nu o va putea profesia în acele locuri, va avea un trai simplu. Vor avea doi copii, o fetiță, pe nume Miuca Viorela, care va muri la câteva luni după naștere, și Zian Vălean, cel care, mai târziu, va deveni un adevărat duhovnic al României, cunoscut sub numele „Sfântul Ardealului”.

Despre Arsenie Boca s-au scris și se vor scrie numeroase povești. Nu îl vom cunoaște niciodată cu adevărat, nu vom ști pe deplin despre toate minunile sale, dar nu strică să mai descoperim puțin din impactul pe care încă îl are și acum asupra poporului român. A fost unul dintre acei duhovnici apropiați de Dumnezeu și a încercat să-i aducă pe cât mai mulți oameni înapoi pe drumul credinței.

Mit, dar și un adevărat simbol, Arsenie Boca a fost creat, ca imagine exemplară a religiosului ortodox român, în mai puțin de un deceniu, și a depășit chiar granițele între generații, interesul față de personalitatea sa fiind extins și la cei mai tineri dintre cei atâtași fenomenului religios ortodox românesc.

Discursul Părintelui Arsenie Boca s-a dovedit mai puțin formal teologic și, în consecință, mai ușor de acceptat la nivel popular.

Scurtă bibliografie

S-a născut în 29 septembrie 1910, în Vața de Sus, județul Hunedoara. A absolvit Liceul „Avram Iancu” din Brad (județul Hunedoara), apoi a urmat Academia Teologică de la Sibiu și Institutul de Belle Arte din București, frecventând în paralel și cursuri de medicină.

După patru luni petrecute la Muntele Athos, în Grecia, a intrat în monahism la mănăstirea Brâncoveanu de la Sâmbăta de Sus (județul Brașov). Acolo a fost preot și stareț până în noiembrie 1948, când a fost transferat de Mitropolitul Nicolae Bălan al Transilvaniei la Mănăstirea Prislop din Țara Hațegului (județul Hunedoara), până în mai 1959.

A fost scos din lumea mănăstirească de puterea comunistă și a lucrat la Atelierele Patriarhiei Române din București, sub ocrotirea Patriarhului Iustinian al României. După pensionare, în 1967, a pictat vreme de 15 ani la Biserica Ortodoxă „Sfântul Nicolae” din Drăgăneșcu (județul Giurgiu).

A fost urmărit și închis de comuniști de mai multe ori. A murit la Sinaia în 28 noiembrie 1989, fiind înmormântat la Mănăstirea Prislop.

Mărturii despre Sfântul Ardealului

De-a lungul timpului, i-au fost atribuite o mulțime de minuni, unele de domeniul fantasticului. Chiar dacă au trecut decenii de când s-au întâmplat, chiar și acum oamenii încearcă să le înțeleagă. În cele ce urmează, vă



Arsenie Boca, imagini din perioada când i s-a interzis să poarte haine monahale și era pictor în București



Mormântul din Hațeg, veșnic acoperit de flori

prezentăm câteva dintre aceste mărturii. ➔ **A participat la înmormântarea mamei lui, deși era încarcerat**

În anii 1950, în timp ce era în lagărul de muncă de la Canalul Dunăre - Marea Neagră, Părintele s-a învoit de la paznicul său. Își depășise norma și voia să se odihnească. Fiind foarte apreciat de cei care îl păzeau, aceștia i-au permis să facă o pauză. După două ore, paznicii au intrat în panică. L-au căutat pe Părintele, dar nu l-au găsit iar teama că avea să fie pedepsiți pentru neatenție era din ce în ce mai mare. Părintele Arsenie a apărut din nou și i-a muștrat pe paznici, spunându-le „Ți-am cerut voie să mă odihnesc, mi-ai dat voie, de ce m-ai mai căutat?”. Paznicii au continuat să îl chestioneze iar Părintele a recunoscut că a fost la înmormântarea mamei lui. Cei din conducerea închisorii s-au interesat și au aflat că, într-adevăr, Arsenie Boca a fost la privegherea mamei lui.

➔ **Ar fi prezis moartea unei femei**

Se spune despre Părintele Arsenie că

ar fi prevestit moartea unei femei, care nu dorea să își ierte sora. „A venit o femeie la Părintele, la Drăgăneșcu, să-i ceară sfat privind împărțirea averii. Părintele i-a spus să se ducă să se împace cu sora ei. Trei ore Părintele i-a tot spus acest lucru, dar ea o ținea una și bună: „După trei ore lumea a început să vocifereze, căci toți veniseră să primească sfatul Părintelui. Când a plecat, după ce s-a închinat la icoane, Părintele a întrebat-o pentru ultima dată”. Lucru ce s-a și întâmplat după o vreme”, relatează Silvică Bălan, din Făgăraș.

➔ **Minune săvârșite după moarte**

„O copilă de patru ani, cu familia, venise la mormântul de la Prislop al părintelui Arsenie. Nu putea merge pe piciorușe. Era paralizată total. Stătea cu toții ingenuchiți în jurul mormântului cu frunțile lipite de pământ. Se rugau fierbinte, toți, cu ochii închiși. Și deodată văd copilașul cum se ridică dintre ei, în picioare. Stătea așa, cumva speriată, nevenindu-i să creadă că este

adevărat. Pe urmă a început să sară într-un picior de parcă voia să se dezmoștească. Pe urmă a făcut câțiva pași”, relatează preotul David Stoica, într-una din numeroasele cărți biografice despre Arsenie Boca.

➔ **Ar fi prevestit sfârșitul soților Ceaușescu**

Se spune că, Ceaușescu, auzind de darul înainte-vederii pe care îl avea Arsenie Boca, l-a chemat la el cerându-i să-i prezică viitorul. „Hai, popo, am auzit că tu prezici soarta unui om. De mine ce știi?” Răspunsul l-a tulburat mult. Profetia avea să se împlinească în ziua de Crăciun a anului 1989, când soții Ceaușescu au fost împușcați.

➔ **Minune din zilele noastre**

În urmă cu 6 ani, o sătmăreancă, Maria C., a fost într-un pelerinaj la mormântul părintelui. Când se pregătea să plece, împreună cu grupul, la ieșirea din Hațeg autobusul a fost oprit de către un echipaj de poliție, care i-a reproșat șoferului că are fi lovit o bătrână și a

fugit de la locul faptei. În doar câteva momente, li s-a alăturat un bărbat care purta ochelari de soare și avea barbă și care a reușit să îi convingă pe poliști că nu șoferul sătmărean este vinovatul, ci unul cu o mașină mai mică. Sătmăreanca a remarcat faptul că mașina necunoscutului care a scăpat grupul de amendă avea inițialele „BZ”, care, consideră femeia că ar însemna numele Părintelui, Boca Zian.

Părintele Ghelasie despre Arsenie Boca

Într-un interviu, cel care i-a fost ucenic părintelui Arsenie, Ghelasie Țepeș spunea despre minunile Părintelui Arsenie: „Minunea cea mai mare era că ne puteam duce la dânsul, îl vedeam, îl ascultam dar gândiți-vă că noi nu am remarcat lucrul acesta de la început, atunci mergeam la dânsul ca la un deținut politic. Dacă știam noi atunci că are o misiune de la Dumnezeu și că avem de-a face cu un sfânt, câte nu îl întrebam, dar atunci eram un nepriceput. Minunea cea mai mare, care m-a impresionat pe mine, era precizia cu care vorbea, nu se incurca niciodată, știa numele oamenilor care îl căutau fără să îi fi văzut niciodată. De multe ori era în biserică cocoțat pe turlă, cu spatele la oamenii care veneau să îl caute, pentru că dânsul picta și totuși le spunea la cei care îl căutau pe nume, de ce au venit și ce să facă pentru a-și rezolva problemele. Am văzut lucrurile astea cu ochii mei, dar în momentele acelea noi, ca și tineri intrați în mănăstire, credeam că așa trebuie să fie și că așa vom ajunge și noi.”

Învățăturile Părintelui Arsenie Boca pentru ușurarea sufletului

Pe sfârșit de articol, prezentăm câteva cuvinte de învățătură ale Părintelui, menite să ne vină în ajutorul celor care întâmpină o greutate și care au nevoie de o încurajare pentru a merge mai departe.

„Tu nu ești creat pentru pământ, ci pentru cer. După ostenele și grijile vieții, ridică-te sus cu mintea și cu inima, revărsa-ți înaintea lui Dumnezeu sufletul în rugăciuni și mulțumiri. Roagă-te! Aceasta este datoria ta, slava ta, fericirea ta. De la muncă, treci la rugăciune, de la rugăciune la muncă! Roagă-te și muncește! Începe și sfârșește-ți ziua cu Dumnezeu.”

„Până la Dumnezeu, nu este nici jos, nici sus, nici aproape, nici departe, pentru că Dumnezeu este pretutindeni și de aceea El e mai aproape de tine decât sufletul și trupul tău, numai să știi și să afli aceasta apropiere prin credință și rugăciune.”

„Inima omului are trei compartimente: primul este Cunoașterea, ca o condiție esențială a realității lumii de dincolo și al doilea, iubirea, necesara sfințirii și curățirii omului și al treilea, voința, necesară desăvârșirii omului.”

Și, poate cel mai de preț sfat pe care Părintele Arsenie l-a oferit enoriașilor săi a fost: „Veniți la mine, vă dau sfat, dar voi așteptați minuni. Să știți că mai mult o să vă ajut după ce voi pleca la Domnul decât acum...Mă, acum vă ajut mai puțin, dar când va fi să trec Dincolo, mă, și în gând să mă chemați, că eu vă aud și o să vă ajut”

Page realizată de Raluca D.

MESAJ DE SĂRBĂTORI

“Vă îndemnăm părințește să nu lăsam garda rugăciunii jos, ci să continuăm să stăm de veghe la hotarul dintre credință și necredință, dintre bine și rău, dintre lumină și întuneric, dintre viață și moarte, dintre rai și iad, și să-I dăruim lui Hristos - Blandul Păstor - pe toți păstoriții noștri, înveșmântați în dreapta credință, luminați și sfințiți, ca să fie mântuiți.” - P.S. Episcop Iustin

Episcopul Iustin: “Numai împreună, putem avea bucuria deplină, putem birui, ne putem salva și ne putem mântui”

Mesajul părintesc al Preasfințitului Episcop Iustin, către clerul și poporul dreptcredincios din Episcopia Maramureșului și Sătmărilor, în vederea pregătirii și cinstirii Sfintelor Sărbători creștine de iarnă

“După un an pe care Dumnezeu a îngăduit să îl trăim, din cauza pandemiei, în multă austeritate, sobrietate și responsabilitate, din toate punctele de vedere: la care s-au adăugat teama de îmbolnăvire, frica de moarte, suferința celor bolnavi și jalea pentru cei pierduți și plecați dintre noi pe calea veșniciei, fără să îi putem plânge cu iubire fraternă și creștină, din cauza regulilor sanitare impuse de această molimă, se cuvine să ne venim în fire și să nu trăim ca unii care nu au credință în Dumnezeu și nădejde în izbăvirea și ajutorul Său.

Și care este temeiul revenirii în firea normală a omului frumos și credincios? Ne-o spune colindul românesc: „Dumnezeu Preasfântul / Colindând pământul / A vrut să nu mai fie / Potop și urgie / Dumnezeu Prea Bunul / Ne-a trimis Crăciunul”.

Iată motivul pentru care creștinii nu mai trebuie să fie triști și cerniți, ci să îmbrace haine noi, luminate și înnobilate după o vreme de așteptare lucrătoare și ziditoare, oferind lui Dumnezeu, pentru darul pe care ni L-a trimis prin Nașterea Fiului Său Iisus, darul nostru smerit și plin de iubire și recunoștință.

După rânduiala noastră străbună și credința creștină, în cele 40 de zile de post al Crăciunului am sfințit timpul, am sfințit spațiul în care trăim, curățindu-l și împodobindu-l cu multă cuviință și, ce-i mai important, am curățit, sfințit și împodobit cu post, rugăciune și fapte bune întreaga noastră ființă - trupul și sufletul - spre a le putea aduce ca dar smerit, Celui care vine, an de an, cu iubire nemărginită și umilință extremă în peștera Betleemului Iudeii: „Să se nască / Și să crească / Să ne mântuiască”.

Creștinii nu pot, nu trebuie și nu se cuvine să fie triști de Crăciun. Crăciunul este sărbătoarea bucuriei, a familiei, a vestilor mari și bune, a comuniunii și a darurilor.

Suntem aproape de intrarea la acest ospăț al bucuriei, la toate casele, în toate curțile, în toate familiile, pentru că ospățul este darul făcut nouă de Dumnezeu-Tatăl la nașterea Fiului Său în lume.

Poporul Român, care L-a primit pe Hristos de cum a sosit la noi prin Evanghelia mântuirii și a iubirii adusă de Sfântul Andrei, Apostolul Său, a început să rodească și să dăruiască și el Pruncului Iisus, cele mai frumoase și sfinte Daruri - Colindele. Colindul Sfântului Andrei deslușește, în conținutul său, cum s-a petrecut această taină.

În părțile din Nord-Vestul României, locuite din cele mai străvechi timpuri de dacii liberi, un popor curat (neamestecat cu alte neamuri), creștinismul s-a întâlnit cu tradițiile dacice locale, care au o frumusețe, o diversitate, dar și o autenticitate fără egal! Zonele, sau



Preasfințitul Iustin: “Nimeni să nu se simtă sărac, părăsit și singur, ci să înțeleagă prin gesturile iubirii și milostivirii noastre, că Dumnezeu este cu ei”

Țările Nord-Vestului: Țara Maramureșului Voievodal, Țara Oașului, Țara Chioarului, Țara Codrului și Țara Lăpușului, formează o adevărată grădină minunată, în care au crescut și cresc cele mai frumoase și alese flori, de o mare diversitate. Portul, graiul și tradițiile locale îmbracă, ca un veșmânt preafrumos, viața creștină și colinda străbună, așa încât fiecare are caracter de unicat și garantat 100%, ca valoare.

În așteptare, cu aceeași bucurie precum a pruncilor, a Sfintelor Sărbători, dar mai ales a Sfântului Crăciun, afirmăm cu putere și cu tărie că nu am putea concepe în Maramureș și Sătmări, Crăciun fără colinde și Bobotează fără Aghiasma Mare și sfințirea caselor.

Recomandările Comisiei Europene și practicile din unele țări secularizate, de pe continentul nostru, unde nu se mai colindă demult, iar Crăciunul însemnează brad, cadouri și sărbători în familie, nu se pot aplica într-o țară ca România Creștină, care este Țara Colindelor, Țara lui

Dumnezeu și Grădina Maicii Domnului. La români, Crăciunul, însemnează sărbătoarea Nașterii Domnului. Prin colind am cultivat credința străbună, cultura creștină și tradițiile sfinte, prin care am rezistat asaltului comunist timp de 45 de ani și am învins!

Suntem datori să fim mulțumitori față de Dumnezeu, pentru faptul că, nivelul de infectare precum arată cifrele din Maramureș și Sătmări, au coborât foarte mult, astfel încât autoritățile în drept au ridicat starea de carantină, iar viața noastră creștină poate să intre într-o relativă normalitate, desigur cu respectarea tuturor regulilor recomandate de autoritățile sanitare în starea de alertă care se menține.

Astfel, vom fi împreună de Sfintele Sărbători la Biserică - spațiul de cult putând fi ocupat în capacitate de 30% - cu distanțare fizică între persoane și respectarea tuturor celorlalte măsuri igienico-sanitare.

În ce privește umblatul cu colinda, el trebuie să se desfășoare conform

tradiției noastre din Maramureș și Sătmări, care este una autentică, puternică, vestitoare a Nașterii Domnului și mărturisitoare a faptului că Iisus este Hristos, Fiul lui Dumnezeu, Mântuitorul lumii.

Sfatul nostru părintesc este ca grupurile de colindători să nu fie prea numeroase - iar colindatul să aibă loc doar în curtea sau ograda casei, așa cum era tradiția din bătrâni, iar gazda să asculte colindătorii în pragul casei, după care să ofere daruri acestora.

La fel am decis și noi, în sfătuire cu părinții din Permanența Eparhială, să primim colindătorii în incinta Centrului Eparhial - luminată, pregătită și împodobită de sărbătoare - iar noi să-i așteptăm în prag, cu multă bucurie, mult dor și mult drag, mulțumindu-le și oferindu-le darurile noastre, specifice unei instituții bisericesti.

Regretăm faptul că, din cauza situației pandemiei actuale, corurile noastre, nu vă vor mai putea oferi anul acesta un concert solemn de colinde.

Responsabilii Sectorului media-online al Eparhiei, însă, au pregătit un colaj video cu cele mai frumoase colinde din concertele anilor anteriori, pe care îl vor posta pe pagina de socializare și pe contul de Youtube, spre a vă putea bucura, ascultându-le de sărbători.

Socotim că este bine să fim prudenți și atenți în aceste sărbători sfinte de iarnă ale anului 2020, cu speranța că în anul 2021, într-o vreme, se va încheia această golgotă a noastră și a întregii omeniri, un adevărat coșmar prin care am trecut cu toții, însă Dumnezeu a fost cu noi și nu ne-a părăsit nici o clipă, ci ne-a întărit și izbăvit.

Pe păstoriții de la parohii, și stareții din mănăstiri, îi îndemnăm și îi responsabilizăm în a veghea ca Biserica noastră Ortodoxă să dea dovadă, încă o dată, că este capabilă să-i treacă pe credincioșii ei cu bine, cu multă rațiune, înțelepciune și echilibru, prin acest pustiu cumplit al pandemiei.

Vă îndemnăm părințește să îi pomenim în rugăciunile noastre pe toți cei care nu se vor putea bucura de sărbători: în primul rând pe credincioșii care au trecut la Domnul din cauza infectării cu noul coronavirus, apoi pe cei care se află în stare de suferință și boală, în spitale, ori la casele lor. Deasemenea, un gând de recunoștință și rugăciune smerită, înălțăm pentru eroii acestor vremuri, în războiul cu virusul Covid-19, din toate spitalele din România: medici, asistenți, si întregul personal din sănătate, care s-au luptat și se luptă pentru fiecare viață a fiecărui frate sau soră a noastră, care trece prin acest calvar.

De asemenea, Vă îndemnăm, să fiți cu multă purtare de grijă, ca nici o persoană ori familie din comunitățile pe care le păstoriți, să nu ducă lipsă de cele necesare și esențiale de sărbători; în așa fel încât, nimeni să nu se simtă sărac, părăsit și singur, ci să înțeleagă prin gesturile iubirii și milostivirii noastre, că Dumnezeu este cu ei.

În final, vă îndemnăm părințește să nu lăsam garda rugăciunii jos, ci să continuăm să stăm de veghe la hotarul dintre credință și necredință, dintre bine și rău, dintre lumină și întuneric, dintre viață și moarte, dintre rai și iad, și să-I dăruim lui Hristos - Blandul Păstor - pe toți păstoriții noștri, înveșmântați în dreapta credință, luminați și sfințiți, ca să fie mântuiți.

Închei mesajul meu cu versurile colindului: „Și acum te las, fii sănătos, și vesel de Crăciun, / Dar nu uita, când ești voios, române să fii bun”.

Vă dorim sărbători binecuvântate, sfinte și luminate, și vă asigurăm că suntem împreună, în toate, și la bine și la greu, căci numai împreună, putem avea bucuria deplină, putem birui, ne putem salva și ne putem mântui.

La mulți și binecuvântați ani!
Dumnezeu să binecuvânteze
România!
Dumnezeu să binecuvânteze
poporul creștin!

Baia Mare
15 decembrie 2020
† IUSTIN
Episcopul Maramureșului
și Sătmărilor

“Crăciunul este pentru totdeauna, nu doar pentru o zi, este dragoste, dorința de a trăi împreună, de a dăru, toate acestea nu sunt de pus deoparte ca niște clopoței, lumini și beteală argintie într-o oarecare cutie pe un raft. Binele pe care îl faci pentru alții este binele pe care ți-l faci ție.”
– Norman Brooks

CULTURĂ

Cele mai bune filme de Crăciun, pentru o iarnă friguroasă

Încă de la jumătatea secolului trecut filmele de Crăciun au ajuns să aibă un rol important în construcția atmosferei de bunătațe, atmosferă ce se pliază pe fondul religios și pe colindele ce însoțesc momentul Nașterii Divine și momentul de naștere a Noului An. Ne vin în minte povești minunate care ne-au încălzit sufletul în iernile întunecoase din anii '80 - '90, povești minunate ca acelea prezente în: "Pisicile aristocrate" sau "O viață minunată/It's a wonderful life".

Filmele de Crăciun, care de fapt vin ca un urmaș modern al "basmelor de la gura sobei", au menirea de a aduna familia în jurul unei povești trăite împreună, o poveste care reiterează "Victoria binelui asupra răului", iar prin aceasta sporesc atmosfera generală de optimism, bunătațe și altruism ce învalui luna cadourilor.

Filme de Crăciun, cu un strop de dragoste

→ Un prinț de Crăciun (2017)

Începem lista cu un film produs în totalitate în România.

Pentru crearea atmosferei de poveste, producătorii filmului „Un prinț de Crăciun”, au ales mai multe monumente istorice celebre din România și anume: Castelul Peleş, Palatul Bragadiru, Muzeul Național Cotroceni, Universitatea de Medicină și Farmacie Carol Davila (UMF) și Aeroportul Aurel Vlaicu. Lungmetrajul „A Christmas Prince” este o comedie romantică, având în rolurile principale pe Rose McIver și Ben Lamb. Filmul spune povestea unui reporter care merge, sub acoperire, la palatul unui prinț pentru a descoperi secrete din viața acestuia. Tânăra ajunge să facă parte dintr-o adevărată intrigă regală și sfârșește prin a trăi dragostea vieții sale. Acțiunea filmului se petrece într-o țară imaginară, Aldovia, condusă de o monarhie. În anul 2018 a apărut partea a doua a filmului, „Un prinț de Crăciun: Nunta regală” iar în anul 2019, compania Netflix a lansat „Un prinț de Crăciun: Bebelușul regal”.

→ Un schimb regal (2018)

O excursie de familie la Castelul din Carei poate să reprezinte o îmbinare între filmul de Crăciun și vechile povești de la gura sobei. Dincolo de faptul că generează o atmosferă de Crăciun, excursia are puterea magică de a stânge familia în jurul unor povești prin care copiii vor descoperii lucruri minunate ce s-au întâmplat în regiunea noastră. Chiar dacă viața îi va purta prin locuri îndepărtate, printr-o cunoaștere și identificare cu zona în care s-au născut copiii noștri vor avea rădăcini nu se vor rupe niciodată.

Puterea de a ne desprinde de banalul cotidian și de a intra în "magia Crăciunului" cere a fi construită dintr-un ansamblu de elemente, între care realizarea unui cadru adecvat este un element de neînlocuit. Calitatea de "cadru de Crăciun" a Castelului Károlyi a fost recunoscută de către producătorii filmului "Un schimb regal/ The Princess Switch", turnat la Carei în urmă cu doi ani. Fără îndoială că pentru această alegere a contribuit albul imaculat și luminos al castelului careian, care nu transmite acea frică și



Un prinț de Crăciun (2017)



Un schimb regal (2018)



Crăciun de veteran (2018)



Cum a furat Grinch Crăciunul (2000)



Singur acasă (1990)



Expresul Polar (2004)

întunecime pe care o au multe cetăți și castele medievale.

Vizita la Castel nu prezintă riscuri epidemiologice, dat fiind că nu există ocazii de aglomerare, copiii (și uneori adulții) pot să constate că sub patronajul conților de la Carei și în atmosfera micului burg de câmpie s-au format unele dintre cele mai importante personalități ale culturii maghiare. În același timp școlile patronate de conții Károlyi au fost și locul în care s-au format o seamă de personalități ce au activat în cultura română, nu doar la nivel regional ci și la nivel național.

Aceste cunoștințe, împreună cu multe povești și învățăminte, vor fi dobândite de copii într-o atmosferă plăcută. Pentru o oră vor avea ocazia să stea în fața unor personaje istorice, parcă desprinse din lumea basmului: regi și regine, haiduci și generali de armate, prințese și vrăjitoare, oameni de cultură și călăi.

→ Crăciun de veteran (2018)

Recomandările noastre continuă cu o producție marca Hallmark. În acest film, Grace (Eloise Mumford), o

femeie cu carieră militară de pușcaș marin, rămâne în pană cu mașina în Cincinnati și primește ajutor de la judecătorul Joe Peterson, rol interpretat de către Sean Faris. Grace acceptă să locuiască în casa lui de oaspeți și cunoscându-l mai bine, se îndrăgostește de el, dar se întreabă dacă Joe o să reușească vreodată să treacă peste fosta sa iubită, Marnie.

Rămâne de văzut dacă cei doi vor rămâne împreună până la final.

Clasicele cinematografului de Crăciun

→ Cum a furat Grinch Crăciunul (2000)

Nu putem să facem o listă de recomandări, fără să îl menționăm și pe celebrul Grinch, film apărut în anul 2000. Este inspirat din filmul de televiziune din 1966, bazat pe cartea cu același nume din 1957 a lui Dr. Seuss. În orașul microscopic Whoville (situat în interiorul unui fulg de zăpadă), toată lumea sărbătorește Crăciunul cu multă fericire și bucurie, cu excepția cinicului și mizantropului Grinch (Jim Carrey),

care disprețuiește Crăciunul și pe Whos (locuitorii din Whoville) cu mânie mare și face ocazional glume periculoase și dăunătoare pe seama lor. Ca urmare, nimeni nu îl place sau îi pasă de el.

Fetița Cindy Lou (Taylor Momsen), după ce a luat cunoștință de existența lui Grinch, începe să se intereseze de el și de trecutul său și le cere tuturor să-i spună ceea ce știu despre el, descoperind în curând că el are un trecut tragic.

→ Singur acasă (1990)

De departe, clasicul filmelor de Crăciun poate fi considerat seria "Singur acasă", un film de comedie de Crăciun din 1990. Filmul este scris și produs de John Hughes și regizat de Chris Columbus. Rolul lui Kevin McCallister, un puști simpatic, pus mereu pe șotii, este interpretat de către Macaulay Culkin. Filmul a fost nominalizat la două premii Oscar și la două Globuri de Aur. Este urmat de Singur acasă 2 - Pierdut în New York (1992). Singur acasă 3 îi are în rolul principal pe Alex Pruitt (Alex D. Linz), un băiat plin de resurse, care este lăsat

singur acasă și trebuie să-și apere casa de hoți. Filmul a fost urmat de Home Alone 4: Taking Back House, lansat în 2002. Filmul a avut succes, dar nici pe departe succesul pe care l-au avut Singur acasă, lansat în 1990, sau Singur acasă 2 - Pierdut în New York, lansat în 1992.

Povestea francezei Singur acasă este următoarea: Numerosul familion McCallister al micuțului Kevin de 8 ani - părinți, unchi, frați, surori și veri pornesc cu mic cu mare să petreacă sărbătorile Crăciunului în străinătate, la Paris, uitându-l acasă pe băiețel.

Cu toate astea, micuțul nu se plictisește deloc, mai ales că doi hoți plănuiesc să jefuiască locuința, crezând-o nelocuită. Curajosul și inteligentul Kevin recurge la tot felul de capcane pentru a-și apăra casa.

"Singur acasă este unul dintre cele mai bune scenarii iar Singur acasă 2 intră și el în această categorie. Dacă n-ar fi existat, le-aș fi făcut eu" mărturisea Chris Columbus, care le-a regizat pe amândouă, dovedind și în filmele ulterioare același talent extraordinar pentru comedie, ca în "Mrs. Doubtfire" și "Nine Months".

Datorită lui Columbus, Macaulay Culkin, care, până în 1990, doar în filmul Uncle Buck arătase ceva deosebit, a devenit cel mai celebru actor-copil al tuturor timpurilor, o supervedetă plătită cu zeci și zeci de milioane de dolari pentru fiecare rol.

Ambele comedii continuă să figureze la locuri de cinste pe lista filmelor cu cele mai mari încasări în box-office-ul mondial, iar micuțul erou, Kevin McCallister, este adorat de toți copiii din lume.

→ Expresul Polar (2004)

Expresul polar este un film fantastic din 2004 generat de computer bazat pe cartea pentru copii cu același nume de Chris Van Allsburg. Filmul a fost produs de Castle Rock Entertainment în asociație cu Shangri-La Entertainment, ImageMovers, Playtone și Golden Mean, pentru Warner Bros. Acesta a fost realizat pe 21 octombrie, 2004 în Chicago și pe 10 noiembrie, 2004 în Statele Unite. Premiera în România a fost pe 24 decembrie, 2012 în Ajunul Crăciunului.

Există sau nu Moș Crăciun? Pentru un băiețel la vârsta acestei întrebări esențiale se pregătește un eveniment cu totul și cu totul neobișnuit. Târziu, în noaptea de Ajun, el stă cuminte în pat sperând să audă zurgălăii saniei trase de reni a Moșului. Spre surpriza lui, chiar în dreptul ferestrei dormitorului oprește și țiuie asurzitor un tren. Un tren cu locomotivă cu aburi al cărui conductor îl invită în călătoria vieții lui. O călătorie la Polul Nord, în casa prietenului copiilor, în universul celui dintâi fabricant de jucării al lumii.

Acasă la Moș Crăciun. Povestea imaginată de scriitorul Chris Van Allsburg într-una dintre cele mai savuroase cărți pentru copii și preluată pentru ecrane de regizorul Robert Zemeckis, spune istoria lui Hero Boy și a uneia dintre nopțile de Crăciun ale copilăriei sale.

Aceasta este lista cu propunerile care vor aduce un strop de bucurie și un zâmbet pe chipul celor care își doresc o perioadă magică de sărbători.

Echinacea - campioana imunității

De peste 100 de ani există preocupări științifice pentru clarificarea compoziției chimice și a eficacității preparatelor cu Echinacea, în ceea ce privește acțiunea lor de stimulare a imunității.

Genul Echinacea (Moench) aparține familiei *Compositae* cunoscută și sub numele de *Asteraceae* și este format din 9 specii cu mai multe varietăți, dintre care de interes medical sunt 3 specii: Echinacea Purpurea, Echinacea Pallida și Echinacea Augustifolia.

Între cele 3 specii există atât diferențe de ordin morfologic, cât și histo anatomic, dar mai ales biochimic, acestea din urmă fiind reflectate în calitatea răspunsului declanșat la nivelul sistemului imunitar de preparatele fitofarmaceutice obținute din specii diferite de Echinacea.

Prima imagine a plantei Echinacea se găsește în vol. III al "Plantarum Historia Universalis Oxoniensis" (1699) de R. Morison, primul profesor de botanică de la Oxford. Această imagine de pe timpul lui Linne, prezintă o plantă numită "Dracunculus Virginianus Latifolius Petalis Florum Longisimis Purpurascensibus". După aspect este vorba de Rudbeckia Purpurea, descrisă de Linne în 1753 în "Species Plantarum" și denumită mai târziu de Moench: Echinacea Purpurea.

Scurt istoric

Din denumirea inițială reiese deja că specia respectivă de Echinacea era originară din Virginia.

Indienii din America de Nord prețuiau mult Echinacea ca plantă medicinală și o foloseau la combaterea înțepăturilor de insecte, mușcăturilor de șarpe, stărilor febrile și la vindecarea rănilor. Se spune că indienii din Nebraska și Missouri utilizau Echinacea Augustifolia, pe când cei din Virginia utilizau Echinacea Purpurea, în această regiune neexistând alte specii de Echinacea.

În jurul anului 1870, un german H.C.F. Meyer a scos pe piață în Vestul mijlociu al SUA primul preparat de Echinacea din lume, sub denumirea de "Purificatorul de sânge al lui Meyer". La început el nu cunoștea denumirea plantei medicinale folosite, însă era absolut convins de eficacitatea acesteia în caz de cefalee, erizipel, reumatism, mușcătura șarpelui cu clopoței. În final a apelat pentru identificarea plantei la frații Loyd din Cincinnati - Ohio, care au constatat că este vorba de Echinacea Augustifolia.

Profesorul King, personalitate medicală a vremii respective din America, a constatat prezența unui efect paleativ la bolnavii de cancer și recomandă utilizarea în acest scop al acestui medicament natural. Spre sfârșitul secolului al XIX-lea și începutul secolului al XX-lea în SUA s-a ajuns la o adevărată avalanșă în ceea ce privește utilizarea de Echinacea, astfel încât numai în Statul Kansas se comercializau anual multe mii de pfunzi. Echinacea era cel mai bine vândut produs vegetal al fraților Loyd, pe vremea aceea cei mai puternici ofertanți de remedii vegetale din America de Nord.

Principalele domenii de utilizare erau în terapia infecțiilor locale (plăgi, furuncule) și a infecțiilor generale (febra lăuzelor, septicemii) pentru proprietățile sale de creștere a rezistenței organismului la infecții.

Multiplele întrebări ce i se confereau echinaceei i-au făcut însă sceptici pe unii cercetători. Împotriva preparatelor cu Echinacea s-a ridicat, la începutul secolului XX, școala de medicină din America, invocând faptul că nu a fost încă cercetată științific și că, până când nu va fi verificată acțiunea sa, să nu mai fie folosită.

Centrul de interes pentru această



Echinacea s-a dovedit a fi una dintre cele mai importante resurse naturale în efortul de întărire a imunității organismului

plantă medicinală s-a mutat astfel, la începutul secolului XX, din America în Europa. La început, homeopatia a manifestat un interes pentru ea, ca remediu homeopatic recomandat în supurații și limfangite (furuncule, antrax, abcese diverse, septicemie, leucemie, cangrenă, etc.). În aceste scopuri, se folosește în diluții joase decimale sau centezimale, precum și ca tinctură mamă (Echinacea T.M. materia primă de fabricație a remediiului homeopatic) singură sau asociată cu tinctură de gălbenele, Calendula Officinalis T.M. și / sau cu tinctură de cărmaz, Phytolacca Americana T.M. Poate, de asemenea completa un tratament cu antibiotice.

În fitoterapie, în Europa s-a pledat la început pentru Echinacea augustifolia, care a fost preluată în final și în colecția de monografii a lui SCHWABE. Echinacea purpurea a fost introdusă ca plantă medicinală abia după ce G. Madaus obținuse din SUA, din greșeală, în loc de sămânță de Echinacea augustifolia, sămânță de Echinacea purpurea, iar tinctura obținută din aceasta s-a dovedit a fi eficientă.

La ora actuală, Echinacea este în topul celor mai bine vândute plante medicinale, alături de Ginkgo Biloba, Allium Sativum (usturoi) și Ginseng. Pe piața germană, de exemplu, există aproximativ 300 de preparate, inclusiv preparate homeopate care conțin Echinacea. Indicațiile sale terapeutice se extind de la aplicații locale în eczeme, lovituri și arsuri, până la administrare orală în profilaxia și tratamentul infecțiilor respiratorii și chiar administrare parenterală (injectabilă) în poliartrită și psoriazis.

În România, primele culturi mari de Echinacea purpurea, Echinacea pallida și Echinacea augustifolia au fost realizate la începutul anilor 1990 în jud. Cluj, de către farmacistul Alexander Peev.

În ceea ce privește părțile de plantă utilizată, este vorba fie de rădăcini, herba (tulpină cu floare) sau planta întreagă. Se folosesc:

- **Echinacea Purpurea Herba** - constând în planta proaspătă (fără rădăcină) recoltată la momentul înfloririi)
- **Echinacea Purpurea Radix** - constând în rădăcini proaspete sau uscate recoltate toamna.
- **Echinacea Pallida Herba** - constând în planta proaspătă sau uscată recoltată la momentul înfloririi.
- **Echinacea Pallida Radix** - constând în rădăcini proaspete sau uscate recoltate în timpul înfloririi;
- **Echinacea Augustifolia Herba e Radix** - constând în planta întreagă proaspătă sau uscată recoltată în timpul înfloririi.

Compoziție chimică

Cercetările privind substanțele active

din cele 3 specii medicinale de Echinacea au început de peste un secol și nu sunt încheiate nici în prezent.

La ora actuală se pune accentul pe 4 grupe de substanțe cu acțiune imunostimulatoare dovedită: derivați ai acidului cafeic, alcalamide, polizaharide și glicoproteine.

Trebuie avut în vedere că aceste componente nu sunt conținute de toate cele 3 specii medicinale de Echinacea (de ex.: Echinacea pallida și Echinacea augustifolia herba nu conțin polizaharide, iar rădăcina nu conține glicoproteine) iar componentele nu se extrag în proporții egale din toate sursele (de ex: concentrația cea mai mare de derivați ai acidului cafeic se obține din sucul presat de Echinacea purpurea)

Toate cele 4 clase de substanțe active sunt conținute de Echinacea purpurea herba și radix, cu specificarea că cea din urmă conține și alcaloizii pirolicidici:

→ Tussilagina și Izotussilagina
Stimularea imunității se realizează prin mecanisme diferite:

- derivații acidului cafeic stimulează fagocitoza în testul granulocitelor "in vitro" și "in vivo" (Planta Med 1988);
- alcalamidele (izobutilamidele acidului dodecatetraenic) stimulează fagocitoza în testul granulocitelor "in vitro" și "in vivo", sunt parțial și inhibitori ai ciclooxigenzei - COX2 respectiv 5 lipooxigenazei și implicat au și activitate antiinflamatoare (Am. J. 2002);
- glicoproteinele (un complex glicoprotein - polizaharidic) stimulează limfocitele B și macrofagele;
- polizaharidele au acțiune stimulatorie asupra fagocitozei.

De asemenea, s-a putut demonstra "in vivo" pe șoarece, o acțiune protectivă față de diferiți agenți infecțioși (Wagner și Proksch). Dela Loggia și colaboratorii au observat și acțiunea antiedematoasă a unui amestec de polizaharide din Echinacea augustifolia radix.

Eficacitate

Echinacea realizează stimularea sistemului de autoapărare a organismului prin mobilizarea leucocitelor și mărirea activității fagocitozei; prin inhibiția multiplicării virusilor și stimularea producerii de interferon.

Nu posedă acțiune bactericidă sau bacteriostatică directă, inhibă însă hialuronidaza și prin aceasta exclude acțiunea invazivă a bacteriilor. În plus, se poate constata o creștere a nivelului de substanțe corticoide excretate prin urină, ceea ce presupune o stimulare a activității corticosuprenale.

Referitor la eficacitatea preparatelor de Echinacea există foarte multe rapoarte care pledează pentru efectele imunostimulatoare semnificative ale acestei uimitoare plante. Dintre

preparatele cu Echinacea, cele mai relevante rezultate s-au obținut pe preparatele cu suc presat de Echinacea purpurea herba și extract de Echinacea pallida radix, pentru care, pe baza materialului documentar existent, au fost elaborate recomandări terapeutice pozitive.

De ce sucul presat de Echinacea purpurea herba?

1. Dintre speciile de Echinacea, Echinacea purpurea este cea mai bogată în derivați de acid cafeic, mai ales în acid cicoric.

2. Partea de plantă aleasă - herba înflorită conține toate cele 4 clase de substanțe active cu acțiune imunostimulatoare și conține totodată și o concentrație de polizaharide mai mare.

3. Metoda de preparare - prelucrarea plantei proaspete ca suc presat asigură extragerea celor 4 clase de principii active cu acțiune imunostimulatoare în concentrații mari (comparativ cu alte părți de plantă și alte specii de Echinacea) și duce la obținerea unei concentrații mărite de polizaharide.

4. Există numeroase studii preclinice realizate pe acest tip de extracție.

5. În literatura medicală se regăsesc cele mai multe studii clinice validate.

6. Recunoașterea internațională a proprietăților terapeutice la nivelul aparatelor respirator și urogenital.

7. Studiile comparative prin cromatografie de lichide de înaltă performanță (HPLC) pe suc de Echinacea purpurea, pe tinctură de Echinacea purpurea și pe capsule cu herba Echinacea au arătat că sucul de Echinacea purpurea conține concentrațiile cele mai mari de acid cicoric, tinctura și capsulele cu herba de Echinacea conținând concentrații mici sau compuși degradați.

Ca urmare, și aceste studii demonstrează superioritatea sucului de Echinacea purpurea față de tinctura și în special față de capsulele cu herba de Echinacea.

Pentru Echinacea purpurea herba recomandările sunt ca terapie de susținere a organismului în răceli și infecții cronice ale tractului respirator superior sau infecții ale tractului urinar inferior, în infecții de tip gripal. De asemenea, poate fi folosită în aplicații locale, în cazul rănilor superficiale.

Pentru Echinacea pallida radix recomandările sunt de terapie de susținere în infecții gripale.

Atenționări și contraindicații

Riscurile fundamentale ale stimulării imunității sunt considerate a fi agravarea bolilor autoimune și reacțiile alergice de idiosincrazie. Se recomandă limitarea utilizării sau utilizarea cu prudență în unele afecțiuni sistematice, cum ar fi tuberculoza, leucoza, colagenoza și

scleroza multiplă. Dar și la acești pacienți se pot obține rezultate bune pentru episoadele de infecții virale apărute în contextul reducerii imunitare caracteristice acestor afecțiuni.

Nu se administrează concomitent cu vaccinările, în tumori maligne, AIDS, prudență în sarcină. Experiența clinicienilor indică o mare utilitate în sarcină, atunci când perioadele de tratament sunt de scurtă durată, cel mult 3 - 4 săptămâni de tratament.

Forme farmaceutice și doze recomandate
Pentru Echinacea purpurea herba forma clasică și cea mai recomandată este sucul obținut prin presarea plantei înflorite proaspete. Sucul presat se stabilizează cu alcool pentru administrare ca preparat lichid sau se concentrează, cu obținerea de extract uscat pentru administrare sub forma de comprimate sau capsule.

Dozele recomandate sunt de 6 până la 9 ml pe zi (suc presat) timp de maxim 8 săptămâni. În administrare externă, se recomandă preparate cu un conținut de minim 15% suc presat.

Echinacea purpurea radix se prepară în special ca tinctură și se administrează de 3 ori pe zi câte 30 - 60 picături.

Echinacea pallida herba e radix (planta întreagă) se prepară ca tinctură (pentru fitoterapie) și tinctură mamă (materie primă pentru homeopatie) și se administrează în picături (doza maxim 900 ml plantă / zi) timp de cel mult 8 săptămâni.

Echinacea augustifolia se prepară ca tinctură sau extract solid pentru administrare sub formă de comprimate sau capsule.

Ca protecție antigripală, cea mai bună protecție o oferă administrarea de preparate cu Echinacea cu cel puțin o lună înainte de expunerea la virusul gripal, astfel încât răspunsul imunitar să fie asigurat. Pentru persoanele cu o imunitate bună este suficientă administrarea timp de 2 săptămâni, în timp ce persoanele cu risc crescut de îmbolnăvire vor urma tratamentul profilactic timp de o lună sau chiar 2 luni de zile.

Alte recomandări: creșterea rezistenței organismului în diferite stări cu imunitate scăzută; inflamații ale mucoaselor, mai ales în cazul infecțiilor respiratorii, precum și susținerea organismului pe parcursul tratamentului infecțiilor recidivante ale aparatului respirator, în caz de cistite, prostatite, anexite, enterocolite, boli infecto contagioase și în perioada de convalescență după bolile infecto contagioase, stări toxice septic, în asociere cu antibiotice (administrare la 3 ore distanță de antibiotic) pentru mărirea rezistenței organismului.

În concluzie, preparatele cu Echinacea se pot administra atât profilactic, pentru prevenirea apariției episoadelor de infecții respiratorii sau urinare, precum și curativ, în cursul acestor episoade pentru ameliorarea gravității evoluției. Ele pot fi combinate cu oricare dintre schemele de produse gemoterapice sau cu remedii homeopate ori cu suplimente minerale sau alte tipuri de tratamente. De cele mai multe ori, preparatele cu Echinacea sprijină favorabil organismul în cursul luptei sale naturale cu agresiunile virale și microbiene.

Din aceeași familie a plantelor Compositae din care face parte Echinacea, mai există în fitoterapie și homeopatie plante utilizate precum Arnica și Chamomilla (mușetelul). Aceste plante frumose, cu flori cu petale simetric dispuse în jurul unui centru sunt remedii naturale puternice, de ajutor omului pentru întărirea organismului și rezolvarea episoadelor de boală.

Echinacea, deși este o plantă exotică, de curând naturalizată în țara noastră, s-a dovedit prin acțiunea sa clinic verificată și testată, una dintre cele mai importante resurse naturale în efortul de întărire a imunității organismului.

Dr. Liana Strîmb,
cabinet Piața Libertății nr. 18,
telefon 0723859619.

Mihaela Bonea: "Felul în care este percepută masculinitatea în cultura noastră oferă adesea justificări actelor de agresiune. Este nevoie de campanii de conștientizare pe termen lung, dar și de educație în școli privind violența"

INTERVIU

Mihaela Bonea: "Să nu uităm că și relaxarea este importantă pentru o viață împlinită"

În ultimii ani, la nivel mondial, s-a pus un accent deosebit pe tot ceea ce înseamnă violență domestică. Se fac pași mari, an de an, dar mereu e loc de mai mult și de mai bine.

Despre violența domestică, despre ce înseamnă să coordonezi activitatea Serviciului de intervenție pentru situații de abuz, violență în familie, trafic și alte situații de urgență în domeniul asistenței sociale este și interviul din acest număr al Suplimentului Informația de Duminică, mai ales că întreaga comunitate internațională a marcat Ziua internațională împotriva violenței domestice și s-a implicat în Campania "16 zile de activism împotriva violenței pe bază de gen". Un interviu cu psiholog clinician Mihaela Bonea.

- Mihaela, pentru început am să te invit să te prezinți cititorilor noștri.

- Sunt psiholog clinician specialist cu o formare în psihoterapie integrativă și expertiză psihologică judiciară. Lucrez la Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Satu Mare de 18 ani, iar din 2006 coordonez activitatea Serviciului de intervenție pentru situații de abuz, violență în familie, trafic și alte situații de urgență în domeniul asistenței sociale - Compartiment Violență în familie, Compartiment Telefonul Copilului, Locuința protejată pentru victimele violenței domestice „Venus”, Centrul de asistență și intervenție pentru victimele traficului de persoane, abuzului, neglijării și exploatarea „Andrei” și Centrul de primire în regim de urgență - Adăpost de noapte pentru copiii străzii. În cadrul serviciului a cărui activitate o coordonez profesiez și ca psiholog cu drept de liberă practică din anul 2009. Am să mă descriu în câteva cuvinte: sunt o persoană orientată spre latura socială, îmi place să ajut, să cunosc oamenii și să înțeleg comportamentul și emoțiile lor.

- Ce te-a determinat să alegi studiul psihologiei?

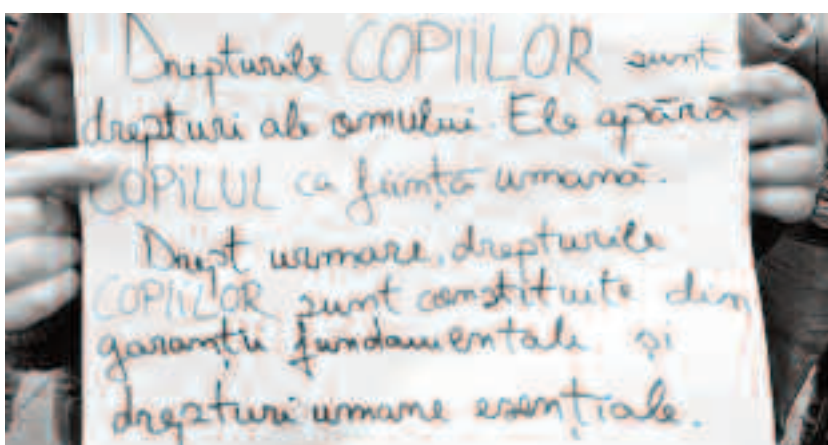
- Psihologia a fost cea de-a doua alegere a mea pe partea profesională, prima facultate absolvită fiind Dreptul. După o perioadă de 4 ani de muncă la DGASPC, din dorința de a putea oferi ajutor de specialitate celor aflați în dificultate, am ales să studiez acest domeniu, pe care îl studiez în continuare, fiind un domeniu în care înveți toată viața.

Motivația de a fi psiholog/terapeut a fost diferită față de orice altă decizie luată în alegerea profesiei. Consider că vocația de psiholog are legătură cu propria persoană.

Dorința de a-i ajuta pe ceilalți este o motivație conștientă ce poate fi un atribut esențial al psihologului/terapeutului. Experiența personală mi-a demonstrat că pentru a deveni psiholog/terapeut ai nevoie de sensibilitate, afectivitate, empatie, intuiție, pentru că toate aceste atribute sociale corelează semnificativ cu activitatea psihologului sau a psihoterapeutului.



Mihaela Bonea este o persoană căreia îi place să înțeleagă comportamentul și emoțiile oamenilor din jur



Drepturile copiilor sunt drepturi umane, care trebuie respectate



Orice copil merită o șansă la viață

- Cum este privită acum meseria de psiholog?

- Privită din exterior, profesia de psiholog poate părea o profesie ca oricare alta, însă eu cred cu tărie că „pe tărâmul sufletului, al minții și al trăirilor” trebuie să existe o chemare pentru această profesie.

- În cadrul Direcției muncești de 18 ani. Ce înseamnă pentru tine Serviciul pe care îl coordonezi?

- Multă muncă, seriozitate, implicare, capacitatea de a lucra în echipă, dar în același timp și o provocare. Provocare pentru că orice

interacțiune cu ființa umană este unică. Din punctul meu de vedere în instrumentarea cazurilor nu există rețete șablon pe care le poți aplica. Desigur, fiecare dintre noi în școlile pe care le-am urmat am învățat tehnici de abordare a diverselor probleme, dar din experiență pot spune că nu întotdeauna acestea pot fi aplicate ca în manual.

Uneori intervine și teama sau nu știu dacă să o numesc teamă, deoarece cred că pe parcursul anilor de muncă am reușit să scap de multe frici, dar sunt cazuri la care mă gândesc și după ce ajung acasă și îmi scot „haina de terapeut” pentru că atât eu cât și colegii mele lucrăm cu copiii abuzați fizic, sexual, neglijăți, exploatați, cu victime ale violenței domestice, cu copii cu tentative de suicid și în instrumentarea acestor cazuri ne dorim să nu greșim.

Consider că este important să menționez faptul că, în instrumentarea cazurilor se lucrează în echipă psiholog/asistent social iar acest lucru m-a făcut să am un respect deosebit față de colegii mele (psihologi, asistenți sociali) care își fac meseria cu multă dăruire și implicare.

- Se vorbește despre un fenomen în continuă amploare, fenomenul violenței domestice. În opinia ta, care ar fi soluțiile pentru a-l stârpi?

- Conceptul de „violență în familie” este amplu și cuprinde violența domestică (înțeleasă ca violență ce apare între parteneri, dar și violența asupra copiilor, bătrânilor sau altor rude.

În ce privește violența domestică, potrivit unor organizații guvernamentale care au efectuat studii privind acest fenomen în România, aceasta reprezintă o serie repetată de comportamente coercitive și de atac fizic, sexual și psihic pe care o persoană le manifestă față de partener, în scopul controlării și dominării acestuia, utilizând forța sau profitând de incapacitatea de apărare a victimei, ce apare în cadrul unei relații de cuplu.

Aceasta include și abuzurile de tip economic și social. Violența în familie poate să îmbrace forme diverse, mai mult sau mai puțin vizibile, precum violența fizică, psihologică, sexuală, economică și socială. Persoanele violente manifestă o serie de comportamente agresive repetitive (rareori violența se manifestă printr-un singur incident), în forma unor combinații de acte coercitive și de atac, de mai multe tipuri.

Violența în familie are caracteristici care o fac diferită de alte tipuri de violențe apărute incidental sau în alte contexte și o dinamică sau ciclu de manifestare aparte bazate pe tipul de relație care există între victimă și agresor. Este un fenomen grav, o problemă comunitară, socială și de sănătate publică ce afectează în principal femeile (95% din totalul victimelor violenței în familie sunt femei).

La nivel mondial, între 40% și 70% dintre femeile ucise sunt victime ale violenței în familie. Consider că trebuie să începem prin a preveni violența în familie, prin promovarea egalității de șanse între femei și bărbați și combaterea stereotipurilor de gen

prin campanii de informare, sensibilizare și conștientizare cu privire la violența în familie; creșterea gradului de informare, sensibilizare și conștientizare a opiniei publice cu privire la drepturile, legislația și instituțiile responsabile în activitățile de prevenire și combatere a fenomenului violenței în familie; conștientizarea profesioniștilor în domeniu, a politicienilor și a reprezentanților mass-mediei cu privire la rolul pe care îl au în prevenirea, combaterea și sprijinul acordat victimelor violenței în familie: formarea adecvată a specialiștilor care interacționează cu victimele acțiunii de prevenire care să vizeze inclusiv băieții și bărbații, integrate în educația de masă.

Felul în care este percepută masculinitatea în cultura noastră oferă adesea justificări actelor de agresiune. Este nevoie de campanii de conștientizare pe termen lung, dar și de educație în școli privind violența – forme de manifestare, grupuri vulnerabile, educație pentru relații bazate pe egalitate și consimțământ.

- Cum ajutați voi, în cadrul Direcției, copilul - victimă sau femeia - victimă?

- Pentru DGASPC Satu Mare, descoperirea, intervenția și raportarea cazurilor de abuz exercitat asupra copilului reprezintă o prioritate absolută, acesta fiind prima instituție care trebuie să apere drepturile fundamentale ale omului, în general și ale copilului în special. Serviciul identifică, intervine și raportează cazurile de copii neglijăți, abuzați, exploatați sau traficați. Misiunea noastră e să instrumentăm cazurile, să sesizăm autoritățile competente, să asistăm familia și copilul în procesul de audiere în fața instanței de judecată, a Parchetului, Poliției și realizăm evaluare psihologică și socială. În demersurile noastre, dorim ca vocile copiilor să fie auzite, urmărind ca acestea să ajungă la cei care pot și trebuie să îi ajute, specialiștii noștri, unități medicale, poliție, instanță, Parchet sau ONG-uri. Referitor la ajutorul pe care îl oferim femeii-victimă avem trei servicii gratuite prin proiectul „VENUS – Împreună pentru o viață în siguranță!”, respectiv o locuință protejată, grup de suport și Cabinet de consiliere vocațională. Vreau să le transmit tuturor femeilor care trec prin situații de abuz să nu se teamă să discute deschis și sincer despre problemele lor cu noi pentru că toate discuțiile sunt absolut confidențiale.

- Un mesaj la final de interviu?

- În această perioadă dificilă pe care o traversăm, guvernată de stres, pentru a ne menține calmul chiar și atunci când lucrurile din jurul nostru nu sunt atât de plăcute pe cât ne-am dori, este important să nu ne pierdem credința, să avem o gândire flexibilă pentru a putea face față provocărilor. Este important să nu renunțăm la a avea proiecte personale, să luptăm pentru ceea ce ne dorim în domeniile importante pentru noi, să ne facem timp pentru activitățile care ne plac și să nu uităm că și relaxarea este importantă pentru o viață împlinită. Multă sănătate și sărbători frumoase!

A consemnat Ioana Vladimirescu

Soții Obama au fost împreună și la bine și la greu



Formează unul dintre cele mai influente și puternice cupluri din toată lumea, și, în plus, se bucură de o relație frumoasă, care a trecut testul timpului, păstrându-se intactă fără scandaluri și cancanuri. Vorbim despre Michelle și Barack Obama, a căror poveste de dragoste i-a inspirat până și pe regizorii de la Hollywood pentru un lungmetraj excepțional.

În 1989, Barack Obama și Michelle Robinson ieșeau la prima lor întâlnire pentru a vedea filmul „Do the right thing”. 27 de ani mai târziu, prima lor întâlnire avea să inspire filmul „Southside With You”. Astăzi, pozele și momentele lor unice dovedesc cum arată traseul unei vieți fericite și cât de frumoasă este iubirea.

Cum s-au cunoscut Barack și Michelle Obama

Fostul președinte al Statelor Unite ale Americii a cunoscut-o pe cea care avea să-i devină soție când Michelle lucra ca asociat în cadrul firmei de avocatură Sidley Austin. În anul 1989, Michelle a primit sarcina de a fi mentorul unui student, venit în practică de la Harvard. Numele lui era Barack Obama, iar restul a devenit istorie. Soții Obama s-au întâlnit trei ani de zile înainte de a-și uni destinele în anul 1992. Împreună au două fiice Malia și Sasha.

Fostul președinte al Americii a avut două iubite înainte de a o cunoaște pe Michelle. Una dintre cele două iubite este Alex McNear, o femeie care conduce o companie ce produce energie alternativă și care locuiește într-o casă de două milioane de dolari din New York. Cei doi s-au întâlnit la Universitatea Occidental College din California și au petrecut împreună vara anului 1981. Cea de-a doua iubită a fost Genevieve Cook, cu care a fost împreună aproape un an.

După această relație, Obama a întâlnit-o pe Michelle, care a devenit soția lui și Prima Doamnă a Americii. Toate aceste detalii inedite despre adolescența fostului președinte au fost publicate în cartea „Barack Obama: The Story”. Această carte este o biografie a lui Obama și a fost scrisă de David Maraniss, jurnalist al ziarului

Washington Post, notează evz.ro

În calitate de Primă Doamnă, de profesie de avocat, Michelle Obama s-a implicat în multe campanii umanitare cu mare impact la nivel mondial; a militat pentru alimentația sănătoasă și sport în viața de zi cu zi, s-a implicat în asigurarea unui trai decent veteranilor de război, dar și familiilor acestora. Programul Reach Higher, ce l-a inițiat în 2014, care promovează dreptul și accesul la educație, s-a bucurat de un mare succes.

Barack Obama, un președinte al poporului

Fiul unui kenyan, Barack Hussein Obama, Sr. și al unei americane, Ann Dunham Stanley, Obama a petrecut o mare parte a copilăriei în Honolulu, Hawaii. De la șase până la zece ani a trăit în Jakarta, împreună cu mama lui și cu tatăl vitreg, indonezian. Absolvent al Universității Columbia și al Facultății de Drept de la Harvard, înainte de a candida pentru intrarea în administrația publică și de a deveni membru al Senatului statului Illinois între 1997 și 2004, Obama a lucrat ca mobilizator comunitar. După o încercare nereușită de a obține un loc în Camera Reprezentanților a S.U.A. în anul 2000, în 2003 Obama și-a anunțat participarea la campania electorală pentru Senatul S.U.A.. Un an mai târziu, când era încă membru al Senatului din Illinois, Obama a ținut discursul principal la Convenția Națională Democrată din 2004.

În noiembrie 2004 Obama a fost ales ca senator al Statelor Unite, cu o majoritate de 70% din voturi. În calitate de membru al opoziției democratice în al 109-lea Congres al Statelor Unite, Obama a susținut o serie de legi bipartizane care urmăreau controlul armelor convenționale și creșterea responsabilizării administrației în ceea ce privește utilizarea fondurilor publice. În aceeași perioadă a întreprins vizite oficiale în Europa de Est, Orientul Mijlociu și Africa. În Congresul actual, al 110-lea, a sprijinit legislația referitoare la lobbying și fraudă electorală, schimbarea climatică, terorismul nuclear și la sprijinul care trebuie să fie acordat personalului militar întors acasă. Din februarie 2007, dată la care

a anunțat începerea campaniei sale prezidențiale, Obama include printre obiectivele sale prioritare terminarea războiului din Irak menținând în același timp o politică de apărare solidă, creșterea independenței energetice și asigurarea asistenței medicale universale.

La 8 ianuarie 2009, camerele Congresului SUA, reunite în ședință comună, au certificat voturile colegiului electoral din urma alegerilor din anul precedent. Pe baza rezultatelor votului electoral, Barack Obama a fost declarat Președinte ales al Statelor Unite, iar Joseph Biden a fost declarat vicepreședinte ales.

Michelle Obama, doamna de la Casa Albă

Michelle Robinson s-a născut și a crescut în sudul orașului Chicago și a absolvit Universitatea Princeton și Facultatea de Drept Harvard. După terminarea facultății, ea a revenit la Chicago unde a acceptat o poziție în firma de avocatură Sidley Austin, înainte de a se căsători cu Barack Obama. Ulterior, doamna Obama a lucrat, ca parte a administrației primarului din Chicago, Richard M. Daley și la Universitatea Chicago. Pe parcursul anilor 2007 și 2008, ea a contribuit la campania electorală a soțului ei pentru alegerile prezidențiale din anul 2008. Ea de asemenea, a susținut un mic discurs în fața Convenției Naționale Democratice din Denver, Colorado în 2008.

I-a fost alături soțului său atunci când acesta câștigă Premiul Nobel pentru Pace, obținut pentru „diplomația sa este fondată pe conceptul că cei care conduc lumea trebuie să o facă pe baza valorilor și atitudinilor împărtășite de majoritatea populației lumii”, iar BBC a relatat: „Comisia a pus accent pe eforturile domnului Obama de a îndrepta organele internaționale și de a promova dezarmarea nucleară”.

Așadar, avem în față doi oameni puternici, care au fost dispuși să treacă barierele sociale, greutățile care li s-au ivit în cale, și au reușit să lase o amprentă puternică asupra oamenilor pe care i-au influențat și care vor rămâne în memoria colectivă ca fiind unul dintre cele mai puternice cupluri de la Casa Albă.

Sebastian Stan va juca într-un nou serial

Actorul de origine română Sebastian Stan, care a jucat în „I, Tonya” și „Avengers: Endgame”, și actrița engleză Lily James, cunoscută din „Downton Abbey” și „Baby Driver”, se află în negocieri pentru a interpreta rolurile Tommy Lee și Pamela Anderson într-o miniserie Hulu, conform celor de la Variety.

Proiectul este axat pe relația tumultuoasă a starului trupei rock Mötley Crüe cu modelul și actrița Pamela Anderson. Rob Siegel va fi scenaristul miniseriei de opt episoade, iar Seth Rogen și Evan Goldberg îl vor produce prin Point Grey. Craig Gillespie va fi regizor. La acest moment, Anderson și Lee nu sunt implicați în proiect.

Sebastian Stan, în vârstă de 38 de ani, va fi văzut anul viitor în serialul „The Falcon and The Winter Soldier” al Disney+, în care va relua rolul din Universul Marvel. El a mai jucat în producțiile de televiziune „Kings” și „Once Upon a Time”, dar și în filmele „Captain America: The Winter Soldier”, „Captain America: Civil War”, „Avengers: Infinity War”, „The Devil All the Time” și „Destroyer”. Rolul din miniseria Hulu îl va readuce în echipă cu Gillespie, care a regizat „I, Tonya” (2017), nominalizat la Oscar. Lily James, în vârstă de 31 de ani, a mai jucat în miniseria „War & Peace”, în lungmetrajele „Cinderella”, „Darkest Hour”, „Mamma Mia! Here We Go Again” și „Rebecca”.



Prințul Harry și soția sa, podcast pe Spotify

Conform presei de peste ocean, Prințul Harry și soția lui, Meghan Markle, au semnat un acord cu serviciul de streaming Spotify pentru a produce conținut audio original.

Conform contractului multianual, compania Archewell Audio a cuplului va crea programe exclusiv pentru Spotify. Între ele se află și podcast-uri găzduite de către ducii de Sussex.

Scopul acestor producții este de a „construi o comunitate prin experiențe, povești și valori împărtășite”. Primul podcast Archewell Audio este așteptat să aibă premiera în 2021. Înainte de asta, companiile vor lansa un program special pentru sărbătorii găzduit de Harry și Meghan, care va cuprinde „povești despre speranță și compasiune”.

„Ce ne place la podcast-uri este că

ne amintesc tuturor să luăm o pauză și chiar să ascultăm, să ne conectăm fără a fi distrași”, au spus ducii de Sussex într-un comunicat. „Având în vedere provocările 2020, nu a fost vreodată un moment mai bun să facem asta, pentru că atunci când ne putem auzi reciproc și putem auzi poveștile fiecăruia, ne este amintit cât de interconectați suntem”.

Noul acord vine la câteva luni după ce prințul Harry și soția lui au semnat un contract cu Netflix pentru proiecte exclusive. Spotify găzduiește acum 1,9 milioane de podcast-uri, dintre care cele mai multe nu sunt exclusive. Până la finalul lunii septembrie, aplicația avea 320 de milioane de utilizatori, inclusiv 144 de milioane de abonați, în 92 de țări.

