



Urmașii lui Sihleanu

*Revistă editată de Primăria Sihlea
Nr.11, anul IV, noiembrie 2011*





Urmasii lui Sihleanu

Coordonator
primar **ENE STOICA**

Manager proiect
dir. Cultural prof.:
TUȚA CIOBANU
[Http://sihleaprimarievrancea.ro](http://sihleaprimarievrancea.ro)

Din sumar:

*Primăria la
dispoziția dumneavoastră*

Cultura



Poezia în luna noiembrie

Religie

Sfatul medicului

Între noi femeile

Fapt divers



Revista aceasta este
considerată
a fi

“oglindea comunei noastre”

cu bunele și relele ei,
tocmai de aceea
vă rugăm să
veniți în sprijinul
celor care o
redactează, cu sugestii!

FAPT DIVERS

Un tip era șomer Vede un anunț în ziar că Grădina zoologică din Băneasa caută un îngrijitor

Un tip era șomer. Vede un anunț în ziar că Grădina Zoologică din Băneasa caută un îngrijitor. Se prezintă și directorul îi spune: - Uite domnule cum stă treaba, nouă ne-a murit gorila și era un punct de atracție pentru copii. Până facem rost de alta, avem nevoie de un om să se îmbrace în pielea ei și să se plimbe prin cușcă. Ce zici? Te plătesc bine. Tipul accepta și totul e ok. După o săptămână îl cheamă directorul și-i spune. -Dacă te urci pe cușcă, te cațeri și sări prin copaci îți dublez salariul.Se apucă tipul și începe să se agite, să se cațere, să sară prin copaci și la un moment dat se rupe o cracă și cade în cușca leului. O rupe la fugă strigând ca disperatul: ajutor, ajutor !!! Leul dupa el: - Taci și nu mai zbiera așa că ne concediază pe amândoi!

Patronul unei companii discută cu un tânăr care caută de lucru

Patronul unei companii discută cu un tânăr care caută de lucru: - În primul rând, firma noastră este obsedată de curățenie, zice patronul. V-ați șters picioarele pe covoraș înainte de a intra aici? - O, da! Bineînțeles... - În al 2-lea rând, continuă patronul, cerem colaboratorilor noștri sinceritate... Nu există niciun covoraș la intrare.

Un bărbat vine de la băute cu prietenii, intră în casă și strigă:
- FEMEIE, CINE-I ȘEFUL ÎN CASA ASTA??
Nevastă-sa îi altoiește scurt un dos de palmă peste față. Bărbatul răspunde spășit:
- Ce, n-am voie nici să întreb?!

Se întâlnesc doi amici. Unul îl întreabă pe celălalt:
- Am auzit că te-ai căsătorit.
- Da, răspunde celălalt.
- Și cum este?
- Rău... să fumez n-am voie... să beau n-am voie...
- Și regreti?
- Nici să regret n-am voie...

Se întâlnesc doi polițiști într-un bar.
-Ce bei, îl întreabă unul pe celălalt?
- Păi, ce bei și tu, nu am pretenții.
-Două cafele, cere polițistul barmanului.
-Dă-mi și mie două, zice celălalt polițist.

Un automobilist este oprit de un polițist. Agentul îi spune că a depășit limita de viteză, îi cere permisul și citește:

Polițistull:

- Ooo... domnul Lucian Blaga. Pofțiți carnetul înapoi și vă rog să mă scuzați.

Șoferul:

- Dar ce s-a întâmplat?

Polițistul:

- Eeeh... mai citim și noi!

Soțul își găsește nevasta cu unul în pat.

- Cine este acest individ?! strigă el furios.

- Ai dreptate, spune soția întorcându-se revoltată spre celalalt: cine ești și cum te numești, domnule?

Bulă:

- Bunicule, cine a înegrit Marea Neagră?

Bunicul:

- Altă întrebare mai interesantă n-ai găsit?

Bulă:

- Ai dreptate... Atunci, spune-mi cine a omorât Marea Moartă?

Un pustnic creștin, îmbrăcat în zdrențe, cu picioarele însângerate de pietre și spini, cu mintea încinsă de soare, alerga fără oprire prin nisipul deșertului și striga în cele patru zări:

- Am un răspuns! Am un răspuns! Cine are o întrebare?



Prof. Tuța Ciobanu

ÎnTRE NOI FEMEILE

Vă prezint câteva trucuri folosite de multe gospodine pentru a face unele preparate și mâncăruri mult mai gustoase!

- Maioneza devine mai spumoasă dacă atunci când este gata o combinați cu o lingură de apă rece.

- Cartofii fierți în coajă, și cu deosebire cartofii copleși la cuptor, pot deveni deosebit de gustoși dacă îi tăiați în jumătăți pe lung cât sunt încă fierbinți și puneți pe fiecare bucată câte o jumătate linguriță de unt și o jumătate linguriță pastă de roșii.



- În salata de morcovi cruzi puneți o lingură de ulei de măsline sau de floarea-soarelui. În acest fel, vitamina A din morcovi va fi mai ușor de asimilat. Evitați să puneți zeama de lămâie, deoarece aceasta distruge vitamina A care este foarte valoroasă în nutriție.

- Înainte de a da la cuptor o prăjitură în care ați folosit mere rase ungeți-o cu un amestec făcut din puțin unt, scorțișoară și zahăr. Gustul deosebit de bun va fi evident.

- În oala de fiert sub presiune evitați să pregătiți compoturi de fructe, de mere în special, pentru ca spuma care se formează poate bloca spațiul de comunicare al vasului cu exteriorul și valva de siguranță se poate bloca. Din același motiv, când fierbeți orez sau legume uscate, lăsați focul foarte mic.

- Când orezul fiert pentru rizotto este aproape gata, adăugați un pahar cu lapte. Preparatul își va îmbogăți conținutul și acesta va fi mai ușor de digerat.

- Într-o supă de legume pasată, adăugați 2 ouă și făină, până obțineți un aluat potrivit de dens, 2 linguri de smântână și puțină sare. Puneți mai mult ulei în tigaie, luați cu lingura din acest aluat și pregătiți frigănele. Le puteți servi ca atare sau la masa în loc de pâine.

- Dacă puneți în piureul de cartofi 2 linguri de smântână și 1 albuș bătut spumă. Gustul va fi deosebit, iar piureul va fi mai pufoș.

- Când pregătiți o salată de fructe (fie ele chiar din conserve) pentru ca aceasta să fie mult mai gustoasă, puneți fructele într-un castron. Pregătiți un sirop de zahăr, peste care storceți zeamă de la o jumătate de lămâie. Turnați siropul peste fructe cu 5 minute înainte de a servi salata.

- "Aveți nevoie de sos la salata de crudități " Dacă nu aveți maioneză, pregătiți-l din: sardină în ulei (din cutie) bine frecată până devine o pastă, pe care o diluați cu 3-4 lingurițe de iaurt. Decorați salata și puneți puțin piper.



Prof. Tuța Ciobanu

Tinerețea nu e vârstă, ci intensitatea trăirilor."



Gândurile și vorbele rele

Fac mai mult rău decât ne-am putea imagina. Puterea unui gând rău sau a unei vorbe poate distruge legături, relații, situații, vieți. Tocmai de aceea ar trebui să fim atenți și necruțători cu noi înșine. Așadar, să nu emitem niciodată pretenții față de nimeni și nimic, să nu facem niciun reproș nimănui, nici destinului, nici trecutului, nici oamenilor. Să nu uităm că orice reproș îl afectează pe cel căruia i-l adresăm mai mult decât am putea crede, iar efectul va fi mai mare dacă persoana respectivă se află într-o stare de vulnerabilitate. Să vorbești pe cineva de rău este la fel de grav, pentru că în primul rând ție mintea și sufletul îți vor fi afectate.

Una dintre legile universului e aceea de a nu face rău unei persoane nici măcar cu gândul. Când cineva gândește că se poate întâmpla ceva rău lui însuși sau altcuiva, poate atrage răul. Tocmai de aceea, învățătura biblică de a nu răspunde răului cu rău și de a întoarce și celălalt obraz rămâne universal valabilă și astăzi. Pentru că, făcând rău, fie și numai cu gândul, răul se va întoarce cândva asupra ta cu o forță necruțătoare. Și te vei întreba uimit de ce.

Când binecuvântăm dăm și primim în același timp. Oferind iubire, înțelegere, ajutor, acestea se întorc la noi însutit. Dar, dacă împrăștii ură și răutate, inevitabil, într-un moment al vieții când, de regulă, te aștepți mai puțin și te crezi intangibil, le primești înapoi.

Prin ură, răutate și furie nu vei rezolva niciodată nimic. Numai iubirea recompensează. Ura face mai multe ravagii decât cataclismele naturale sau conflictele armate. Oamenii seucid unii pe alții mai degrabă cu vorba decât cu fapta. Dacă totuși am putea să nu uităm că antidotul urii, vorbelor și gândurilor rele sunt iubirea și iertarea... Care nici măcar nu sunt greu de oferit. Și dacă nu ne gândim la ceilalți, egoist vorbind, să ne gândim în primul rând la noi, oferindu-le.



Primar, ENE Stoica



Primaria la dispoziția dumneavoastră

Ce știm despre Consilierii Locali?

M-am gândit că ar fi frumos să știm și noi cine sunt dâșzii, cine sunt cei care hotărăsc soarta comunei Sihlea.

Pentru că mai tot timpul există tendința de a sparge oalele în capul cel mai mare, adică al primarului, omitem ca de cele mai multe ori, consilierii votează, ei hotărăsc, chiar dacă influențați de linia urmată de angrenaj

Ce se intelege prin “Consiliul Local”?

Consiliul local este o autoritate a administratiei publice locale, prin care se realizeaza autonomia comunei, orasului sau municipiului.

Constituirea Consiliului Localconsiliile locale sunt compuse din consilieri locali alesi prin vot universal, egal, direct, secret si liber exprimat;numarul membrilor fiecarui consiliu local se stabileste prin ordin al prefectului, in functie de numarul locuitorilor comunei, orasului sau municipiului;

Mandatul Consiliului Local

Consiliul local se alege pentru un mandat de 4 ani, care poate fi prelungit, prin lege organica, in caz de razboi sau catastrofa.

Consiliul local isi exercita mandatul de la data constituirii pana la data declararii ca legal constituit a consiliului nou-ales.

Atributiile Consiliului Local

Avand putere de decizie in orice problema de interes local care nu intra, prin lege, in atributiile altei institutii, consiliul local are urmatoarele indatoriri:

aproba statutul comunei, orasului sau municipiului si regulamentul privitor la consiliul local;

aproba infiintarea, organizarea si statul de functii ale aparatului de specialitate al primarului, ale institutiilor si serviciilor publice de interes local si reorganizarea si statul de functii ale regiilor autonome de interes local;exercita toate drepturile si obligatiile corespunzatoare participatiilor detinute la societati comerciale sau regii autonome;aproba bugetul local, virarile de credite, modul de utilizare a rezervei bugetare si contul de incheiere a exercitiului bugetar;aproba contractarea si/sau garantarea imprumuturilor, si contractarea de datorie publica locala prin emisiuni de titluri de valoare in numele unitatii administrativ-teritoriale;stabileste si aproba impozitele si taxele locale;aproba documentatiile tehnico-economice pentru lucrarile de investitii de interes local aproba strategiile privind dezvoltarea economica, sociala si de mediu a localitatii;asigura conformitatea cu angajamentele asumate in procesul de integrare europeana in domeniul protectiei mediului si gospodarii apelor;hotaraste darea in administrare, concesionarea sau inchirierea bunurilor proprietate publica a localitatii, precum si a serviciilor publice de interes local;hotaraste vanzarea, concesionarea sau inchirierea bunurilor proprietate privata a comunei, orasului sau municipiului;avizeaza sau aproba documentatiile de amenajare a teritoriului si urbanism ale localitatilor;atribuie sau schimba denumiri de strazi, de piete si de obiective de interes public local;asigura cadrul necesar pentru furnizarea serviciilor publice de interes local privind: educatia; serviciile sociale pentru protectia copilului, a persoanelor cu handicap, a persoanelor varstnice, a familiei si a altor persoane sau grupuri aflate in nevoie sociala; sanatatea; cultura; tineretul; sportul; ordinea publica; situatiile de urgenta; protectia si refacerea mediului inconjurator; conservarea, restaurarea si punerea in valoare a monumentelor istorice si de arhitectura, a parcurilor, gradinilor publice si rezervatiilor naturale; dezvoltarea urbana; evidenta persoanelor; podurile si drumurile publice serviciile comunitare de utilitate publica; alimentare cu apa, gaz natural, canalizare, salubritzare, energie termica, iluminat public si transport public local; serviciile de urgenta de tip salvamont, salvamar si de prim ajutor; activitatile de administratie social-comunitara; locuintele sociale si celelalte unitati locative aflate in proprietatea unitatii administrativ-teritoriale sau in administrarea sa; punerea in valoare a resurselor naturale de pe raza localitatii;hotaraste acordarea de sporuri si alte facilitati personalului sanitar si didactic;sprijina activitatea cultelor religioase;solicita informari si rapoarte de la primar, viceprimar si de la sefii organismelor prestatoare de servicii publice si de utilitate publica de interes local;aproba construirea locuintelor sociale si criteriile pentru repartizarea acestora;hotaraste cooperarea sau asocierea cu persoane juridice romane sau straine, in vederea finantarii si realizarii in comun a unor actiuni, lucrari, servicii sau proiecte de interes public local;hotaraste infratirea comunei, orasului sau municipiului cu unitati administrativ-teritoriale din alte tari;hotaraste cooperarea sau asocierea cu alte unitati administrativ-teritoriale din tara sau din strainatate, precum si aderarea la asociatii nationale si internationale ale autoritatilor administratiei publice locale, in vederea promovarii unor interese comune;poate conferi persoanelor fizice romane sau straine cu merite deosebite titlul de cetatean de onoare al comunei, orasului sau municipiului, in baza unui regulament propriu indeplineste orice alte atributii stabilite prin lege.

În următoarea ediție a revistei veți găsi lista cu consilierii locali ai comunei Sihlea

Sfaturi practice

Prăjitură cu scorțișoară și nuci

Ingrediente

Unt	200 g	150g pt aluat si 50g pt umplutura
Zahar	220 g	
Esenta de vanilie	1 buc	
Oua	4 buc	
Smantana	300 g	grasime 10%
Sare	0.25 lingurite	
Praf de copt	1 lingurite	
Bicarbonat de sodiu	1 lingurite	
Faina alba calitate superioara	340 g	300g pt aluat si 40g pt umplutura
Zahar brun	200 g	
Scortisoara	2 lingurite	
Nuci	200 g	

Amestecați 300g de făină cu praful de copt, bicarbonatul de sodiu și sarea. Mixati bine 150g de unt moale cu zahărul și vanilia.. Apoi adăugați ouăle, câte unul, mixati bine după fiecare și adăugați următorul abia după ce s-a încorporat bine precedentul. Dupa ce ați încorporat ouăle adăugati 1/3 din smântână, amestecați.

Apoi adăugați 1/3 din compoziția de făină de la pasul 1. Amestecați până se încorporează.

In așa fel, adăugați încă în 2 runde restul de smântâna și de făină. După ce ați încorporat ultima partidă de făină, nu amestecați mult cu mixerul, vă opriți și pregătiți umplutura. Amestecați 40 g de făină, zahărul brun și scorțișoara Adăugatț 50g de unt moale și amestecați bine (perfect ar fi cu mâinile). Apoi adăugați nucile, eu le-am mărunțit cam mult, ar trebuie mai bine să le tăiați cu un cuțit, să fie bucățile mai mari.

Amestecați bine, aceasta va fi umplutura prăjiturii. Așterneti cu hârtie de copt tava de cuptor, pereții tăvii le ungeți cu unt. Pentru această cantitate de ingrediente va trebuie o tavă dreptunghiulară mare, adâncă. Dacă vreți să faceți mai puțin, puneți ingredientele în jumăte și folosiți o tavă mai mică. Turnați jumătate din aluat în tavă, il întindeți uniform cu o lingură. Apoi presărați jumătate din umplutură pe toată suprafața. Apoi turnați cealaltă jumătate de aluat și presărați restul de umplutură. Puneți tava la cuptor la 180-200 grade.

Când se rumenește și crește, o testați cu scobitoarea, scoateți din cuptor și lăsați să se răcorească. Apoi o porționați și serviți sau caldă sau rece.

Poftă Bună!





Simțiți uneori că trebuie să mâncați neaparat ceva dulce? Ori vi se face poftă de carne? Corpul dumneavoastră vă semnalează, de fapt, ce carențe are. **Profesorul doctor Gheorghe Mencinicopschi vă sfătuiește cum să preveniți pofta excesivă de alimente. Nu săriți niciodată peste micul dejun și adoptați o dietă diversificată și echilibrată, formată din alimente naturale, integrale.**

Pofta exagerată de mâncare se datorează, în principal, greșitei gestionări a consumului de alimente. Sărirea peste micul dejun va crea, în compensație, o poftă de mâncare exagerată la prânz și cină.

Supraconsumul de alimente industriale, rafinate, bogate în zaharuri, va determina oscilații mari ale glicemiei, hiperinsulinemie postprandială, care la rândul ei va favoriza transformarea acestora în grăsimi. Acest surplus de grăsimi se va depune în adipocite, celulele țesutului gras, apărând în final supraponderalitatea și obezitatea. Adipocitele au funcții hormonale, secretând leptina, hormonul sațietății care acționează asupra unei regiuni a creierului – hipotalamusul. Hipotalamusul controlează pofta de mâncare, dar în lipsa leptinei sau a rezistenței la leptina acesta rămâne permanent activ, inducând foamea continuă. Astfel, începem să mâncăm orice, chiar și alimente care în mod normal nu ne plac, ajungând inevitabil la obezitate.

Poftele pentru anumite alimente apar atunci când consumăm alimente industriale rafinate, cu încărcătură glicemică ridicată și densitate nutrițională scăzută în cadrul unor diete monotone care nu ne pot furniza nutrienții necesari sănătății organismului.

Spre exemplu, este cunoscut sindromul conservelor care se evidențiază printr-un ansamblu de manifestări morbide, ca urmare a carențelor vitaminice, îndeosebi vitaminele B și C, induse de o alimentație bogată în produse tratate termic (sterilizate, pasteurizate, iradiate sau pregătite cu ajutorul microundelor). Pe lângă poftele alimentare, acest sindrom se manifestă și prin leziuni cutaneomucoase: edeme, echimoze, pete și hemoragii, asociate cu astenie intensă.

Sfaturi pentru prevenirea poftelor excesive de alimente

Pofta exagerată de mâncare poate fi combătută și corect gestionată prin adoptarea unei diete diversificate și echilibrată, formată din alimente naturale, integrale, provenite din lanțuri trofice scurte ecologice, durabile.

Asociați corect alimentele și ingredientele din alimente, cu respectarea orarului de masă și a celor trei mese principale zilnice. Luați micul dejun întotdeauna, știind că acesta este esențial pentru prevenirea poftelor și foamei exagerate, prevenind apariția supraponderalității și obezității.

Consumați minimum cinci porții de legume și fructe crude în fiecare zi, înlocuind ronțăitul de alimente tip junk-food (chips, sticks, snacks); Consumați alimente naturale, integrale, cu încărcătură glicemică scăzută (GL), pentru evitarea oscilațiilor mari ale glicemiei.

Practicați activități fizice precum mersul pe jos, folosirea scarilor, înot, grădinărit, zilnic, cel puțin o jumătate de oră pentru combaterea sedentarismului – inamic modern asociat cu hrana devitalizată industrială și cu supraconsumul implicit de calorii goale, dar ieftine, însă nocive.

Dr. Cristina Cocîrlea



Sihlea, un loc încărcat de istorie, un loc cu care Dumnezeu a fost darnic prin tot ce-a așezat aici, un loc cu oameni de toată isprava împrăștiați în toate colțurile țării și nu numai. În mijlocul satului într-un parc format din arbori seculari se află Conacul Ghica actuala Școală, în care au pășit importante personaje ale istoriei și culturii românești și europene. Este locul în care Alexandru Sihleanu și-a petrecut o mare parte din viața lui unde a desăvârșit celebra creație poetică Armonii Intime

OAMENI DE ISPRAVĂ!

Meritul este considerat ca fiind proporțional cu dificultatea ce a fost întâlnită în realizarea acelei transformări și cu efortul pe care l-a implicat acea realizare. Meritul ne apare ca fiind o valoare ce poate fi considerată în strânsă legătură cu eforturile ce au fost realizate de o ființă umană pentru a depăși anumite dificultăți sau pentru a învinge obstacolele. În finalul acestor eforturi apare un MERIT care face acea ființă umană să fie demnă de Stimă, demnă de Admirație, demnă de Aprecieri.

Gurbet Costica și Gurbet Lenuța comuna Sihlea Județul Vrancea, dintr-o familie modestă dar cu mare credință în Dumnezeu, Mi-a plăcut din totdeauna să fiu aproape de oameni, de sufletele lor - spune d-l Gurbet

. După Revoluția din decembrie 1989 când libertatea cultelor a devenit o problemă reală și când d-l Gurbet a conștientizat că dogmele cu sfârșitul lumii nu se adeveresc familia Gurbet a plecat peste hotare pentru a se putea realiza pe măsura dorințelor sale .. Dar nu s-a lăsat, dârz, tenace, cu tact și cu ajutor de la Dumnezeu a mers înainte. "Pentru tot ajutorul pe care l-am primit - spune d-l Gurbet - pentru puterea care am primit-o de a îndura și răbda nelegiuiri și umilințe îi mulțumesc lui Dumnezeu". "Cât despre cei care m-au încurcat - spune d-l Gurbet - și mi-au pus tot felul de bețe-n roate, aceștia nu merită nici cea mai mică atenție, îi las spre judecata lui Dumnezeu, eu nici măcar nu-i urăsc". Reverența pe care o fac în fața unei familii din Sihlea Familia Gurbet Costel și Lenuța trebuie să spun că îi prețuiesc pentru felul în care știu să-și gospodărească propria firmă. Mulți oameni din localitate și nu numai îi prețuiesc A creat locuri de muncă și lumea e mulțumită, practic numărul șomerilor din comună a fost diminuat angajând o parte dintre aceștia, doar cei leneși ori care nu au fost lucrători de calitate nu au fost angajați la firma domniilor sale (moară, magazin)-

Prof. Tuța Ciobanu

Inima perfectă

Se povesteste că într-o zi, un tânăr s-a oprit în centrul unui mare oraș și a început să le spună trecătorilor că are cea mai frumoasă inimă din lume. Nu după mult timp, în jurul lui s-au strâns o mulțime de oameni care îi admirau inima: era într-adevar perfectă! Toți au căzut de acord că era cea mai frumoasă inimă pe care au văzut-o vreodată...

Tânărul era foarte mândru de inima lui și nu contenea să se laude singur cu ea. Deodată, de mulțime s-a apropiat un bătrânel. Cu glas liniștit, el a rostit ca pentru sine:

- Și totuși, perfecțiunea inimii lui nu se compară cu frumusețea inimii mele!

Oamenii au început să-și întoarcă privirile spre inima bătrânelului. Până și tânărul a fost curios să vadă inima ce îndrăzne să se compare cu inima lui. Era o inimă puternică, ale cărei bătăi ritmate se auzeau până departe. Dar era plină de cicatrice, și erau locuri unde bucăți din ea fuseseră înlocuite cu altele care nu se potriveau chiar întru totul, liniile de unire dintre bucățile străine și inima bătrânului fiind sinuoase, chiar colțuroase pe alocuri. Ba, mai mult, din loc în loc lipseau bucăți întregi, lăsând să se vadă răni larg deschise, încă sângărânde.

-Cum poate spune că are o inimă mai frumoasă? își șopteau uimiți oamenii.

- Cred că glumești, spuse tânărul după ce a examinat atent inima bătrânelului. Privește la inima mea, este perfectă! Pe când a ta este toată o rană, numai lacrimi și durere.

- Da, a spus blând bătrânul. Inima ta arată perfect, dar nu mi-ai schimba niciodată inima cu a ta. Vezi tu, fiecare cicatrice de pe inima mea reprezintă o persoană căreia i-am dăruit dragostea mea: rup o bucată din inima mea și i-o dau omului de lângă mine, care adesea îmi dă în schimb, o bucată din inima lui, ce se potrivește în locul rămas gol în inima mea. Dar pentru că bucățile nu sunt măsurate la milimetru, rămân margini colțuroase, pe care eu le prețuiesc nespun de mult, deoarece îmi amintesc de dragostea pe care am împărtășit-o cu cel de lângă mine. Uneori am dăruit bucăți din inima mea unor oameni care nu mi-au dat nimic în schimb, nici măcar o bucătică din inima lor... Acestea sunt rănilor deschise din inima mea, pentru că a-i iubi pe cei din jurul tău implică întotdeauna un oarecare risc. Și deși aceste răni sângerează încă și mă dor, ele îmi amintesc de dragostea pe care o am până și pentru acești oameni. Cine știe, s-ar putea ca într-o zi să se ntoarcă la mine și să-mi umple locurile goale cu bucăți din inimile lor... Înțelegi, acum, dragul meu, care este adevarata frumusețe a inimii? a încheiat cu glas domol și zâmbet cald bătrânelul.

Tânărul a rămas tăcut deoparte, cu obrazul scăldat în lacrimi. S-a apropiat apoi timid de bătrân, a rupt o bucată din inima lui perfectă și i-a ntins-o cu mâini tremurânde. Bătrânul i-a primit bucata și a pus-o în inima lui. A rupt, apoi, o bucată din inima brăzdată de cicatrice și i-a întins-o tânărului. Se potrivea, dar nu perfect, pentru că marginile erau cam colțuroase.

Tânărul și-a privit inima, care nu mai era perfectă, dar care acum era mai frumoasă ca niciodată, fiindcă în inima cândva perfectă pulsa de-acum dragoste din inima bătrânului. Cei doi s-au îmbrățișat, și-au zâmbit și au pornit împreună la drum.

Cât de trist trebuie să fie să mergi pe calea vieții cu o inimă întreagă în piept... O inimă perfectă, dar lipsită de frumusețe... Inima ta cum este? O poți împărți cu alții?

*SFÂNTUL NECTARIE- MARELE VINDECĂTOR*

Sf. Nectarie s-a născut în orașelul Silivria din Tracia, de pe actualul teritoriu al Turciei, la 1 octombrie 1846, fiind crescut împreună cu cei 6 frați ai săi, în dreapta credință. La vârsta de 14 ani se îndreaptă către Constantinopol, unde muncește din greu pentru hrană. Singura lui mângâiere, după orele istovitoare de muncă, era Sfânta Biserică. Remarcat de către conducătorii Scolii Metocului Sf. Mormant, este angajat ca pedagog și învățător la această școală. Tot ca învățător, începând de la vârsta de 20 de ani, îl aflam și în insula Hios. La 27 de ani își urmează glasul conștiinței și, din dragoste pentru Hristos, devine monah la Mănăstirea Nea Moni, de pe aceasta insulă. Ajutat de Dumnezeu printr-un om bogat, care era cucerit de viața sfântă dusă de către Părintele Nectarie, el își împlinește visul de a învăța și termină liceul în 1881. Cu binecuvântarea Patriarhului Alexandriei, urmează Facultatea de Teologie din Athena.

Reîntors în Alexandria Egiptului, este numit predicator principal al Patriarhiei. Tot atunci, Sf. Nectarie tipărește mai multe cărți de răspândire a dreptei credințe. Trece prin toate treptele ierarhice, fiind hirotonit (15 ianuarie 1889) episcop și numit Mitropolit de Pentapolis. În anul 1890, din pricina unor neînțelegeri, este trimis în Grecia. Injosit și trecut cu vederea multă vreme, ajunge în cele din urmă director al Seminarului Teologic Ortodox Rizareion. În afară de formarea tinerilor seminariști, s-a ocupat și de creșterea duhovnicească și închegarea unei strânse comuniuni între cei care îi erau ucenici. Renunță la funcția de conducător al Seminarului Teologic după ce consideră că și-a îndeplinit datoria și întemeiază împreună cu un grup de ucenice Mănăstirea Sfânta Treime din insula Eghina. După trecerea sa la cele veșnice, în 1920, printr-o întâmplare minunată, trupul său este descoperit neputrezit și izvorând mir. Canonizarea sa a avut loc în 1961, fiind serbat pe 9 noiembrie. Despre minunile săvârșite de Sf. Nectarie în zilele noastre - mai ales vindecări de cancer și alte boli grave, ce se săvârșesc la moaștele sale, ori cu untdelemn de la candela sa - s-au scris nenumărate cărți în Grecia, care în parte au fost traduse și în românește.

Minunatele vindecări

Recent, o dată cu așezarea raclei cu părțile din moaștele sale la Mănăstirea Radu-Vodă, au început să fie consemnate și la noi nenumărate minuni, probate cu martori. Astfel ca mulțime de pelerini din toată țara au început să sosească la Radu-Vodă. Așteptările lor nu au fost înșelate de către Sf. Nectarie Taumaturgul. Prezentăm pe scurt cazul d-nei Ileana Boncea din București, fiică de preot. În urma unor analize medicale complexe, i se stabilește diagnosticul: ulcer gastric, crater ulceros de natura malignă. Înainte de intervenția chirurgicală programată, d-na Ileana Boncea vine la Mănăstirea Radu-Vodă, să ceară binecuvântare. Primește din partea P. S. Varsanufie mir de la candela Sf. Nectarie și se unge în fiecare dimineață. Îl folosește cu multă încredere în Dumnezeu și în darul Sf. Nectarie, făcând ascultare de duhovnic. Ulcerul malign constatat de medici dispare fără urmă! Profesorul Radu Petrescu, cel ce urma s-o opereze pe d-na Boncea, a constatat ca „nu are ce tăia - rana s-a închis“! Femeia a venit degrabă la Mănăstirea Radu-Vodă, să-i mulțumească Sf. Nectarie. De altfel, mai toți credincioșii care participă la slujbe au o relație foarte strânsă cu Sf. Nectarie. Dragostea sfântului pentru noi îl mângâie și pe tinerii elevi ai Seminarului Teologic de la Radu-Vodă, care se bucură să-l aibă aproape pe cel ce în viața pământească a fost ca un părinte pentru seminariști. Unul dintre elevii săi îi scria unui vechi prieten, pe cand sfântul conducea Seminarul Rizareion: „Se întâlnește cu oameni de toate categoriile sociale, carora le oferă liniște sufletească și pe care îi conduce spre Mântuitorul Hristos cu nemarginită blândete și bunătate... Mă tem că nu voi putea cuprinde mulțimea tainică a harismelor sale.“



Sfaturi practice

Sfaturi pentru realizarea preparatelor dietetice și alte secrete culinare...

- În preparatele dietetice, pentru bolnavii de stomac în special, nu puneți ceapă prăjită. Fierbeți-o separat, îndepărtați apa și apoi pasați-o. Când preparatul este gata, turnați ulei crud. Nu condimentați cu condimente iuți. Puneți pătrunjel, mărar și leuștean tocat ori cimbru.

- Spuma de albuș crește pe măsură ce se bate. Când se ține de tel, aceasta este gata. Dacă este bătută prea mult, spuma cade. Dacă este oprită înainte de a fi suficient de legată, spuma nu mai crește în compoziția în care se încorporează.

- Albușurile se bat mai repede și spuma va fi mai consistentă dacă în castronul respectiv picurați o linguriță zeamă de lămâie sau adăugați un strop de sare.



- Sosurile în care se pune smântâna, nu se fierb niciodată pe flacăra ori în clocote mari. Vasul se așază peste altul cu apă ce clocotește la foc domol și se amestecă fără întrerupere cu o lingură de lemn.

- Puneți în sosul de roșii o linguriță de zahăr și una de muștar. Va avea un gust excelent, va fi mai aromat.

- Dacă folosiți ceapă calită în tocatura de chifteluțe, când ceapa are culoare aurie, picurați o lingură de apă caldă și lăsați-o să fiarbă până când se evaporă. Ceapa nu se va mai simți în preparat și va avea gust dulce.

- Înainte de a utiliza într-un preparat usturoi, fierbeți-l 3-4 minute în clocot. Va fi astfel mai bine tolerat, mai ușor de digerat.

- Înainte de a așeza pe grătar bucăți de ficat ori de rinichi de vită, țineți-le o oră în lapte dulce, nefiert.

- Pentru un rasol consistent, puneți carnea în vasul cu apă clocotită. Dacă doriți o supă consistentă, așezați-o pe foc în vasul cu apă rece.

- Când ați tăiat un salam, suprafața bucății rămase nu-și va schimba culoarea dacă o veți acoperi cu o felie de lămâie.



Pozia în luna noiembrie

Emoție de toamnă -

de Nichita Stănescu

**A venit toamna, acoperă-mi inima cu ceva,
cu umbra unui copac sau mai bine cu umbra ta.**

**Mă tem că n-am să te mai văd, uneori,
că or să-mi crească aripi ascuțite până la nori,
că ai să te ascunzi într-un ochi străin,
și el o să se-nchidă cu-o frunză de pelin.**

**Și-atunci mă apropii de pietre și tac,
iau cuvintele și le-nec în mare.**

**Suier luna și o răsar și o prefac
într-o dragoste mare.**

Din volumul „O viziune a sentimentelor”, 1964

Către cititori

de Lucian Blaga

**Aici e casa mea. Dincolo soarele și grădina cu stupi.
Voi treceți pe drum, vă uitați printre gratii de poartă
Și așteptați să vorbesc. - De unde să-ncep?
Credeti-mă, credeti-mă,
despre ori și ce poți să vorbești cât vrei:
despre soarta și despre șarpele binelui,
despre arhanghelii cari ară cu plugul
grădinile omului,
despre cerul spre care creștem,
despre ură și cădere, tristețe și răstigniri
și înainte de toate despre marea trecere.
Dar cuvintele sunt lacrimile celor ce ar fi voit
așa de mult să plângă și n-au putut.
Amare foarte sunt toate cuvintele,
de-aceea - lăsați-mă
să umblu mut printre voi,
să va ies în cale cu ochii închiși.**

Din volumul „În marea trecere”, 1924

Lună în câmp

de Nichita Stănescu

**Cu mana stânga ti-am întors spre mine chipul,
sub cortul adormitorului gutui
și de-as putea să-mi rup din ochii tai privirea,
vazduhul serii mi-ar pareă caprui.
Mi s-ar pareă ca deslusesc, prin crengă,
zvelti vanatori, în arcuitii lei
din goana calului, cum isi subție arcul.
O, tinde-ti mana stânga către ei**

**și stinge tu conturul lor de lemn subțire
pe care ramurile l-au aprins,
suind sub luna-n seve caii repezi
ce-au ratacit cu timpul, pe întins.**

**Eu te privesc în ochi și-n jur să sterg copacii
în ochii tai cu luna mă rasfrang
... și ai putea, uitând, să ne strivesti în gene
dar chipul ti-l întorn, pe bratul stâng.**

Sunt tristă

**Și frunzele cad tot de tristețe.
În noiembrie totul e trist. A mai trecut o vară.
Tânjesc după căldura lui iulie prelinsă pe umeri,
pe gânduri, pe câmpurile cu mac și picioarele goale.
În noiembrie frigul mă dezbracă de haine până la piele,
până la sângele albastru ce-mi picură
numai un strop de iubire.
Atât a mai rămas din clipele mele calde.
Acum calc peste frunzele triste, plânse de ramuri
ce vor înapoi, foșnetul viu, în allegro suspinat peste pădure.
Și eu subscriu și vreau înapoi raza de soare,
vreau să revii acum, când mi-e frig.
Din mâinile tale,
o mângâiere pe soarta-mi cernită de vânturi și ploi
s-o opresc. Calc pe nămeții de dor.
Mă chircesc rebegită sub plapuma lui noiembrie,
așteptându-mi tăcerea să-năbușe plânsul din strigăt.
O chemare, de frig amorțită se aude-n ecou.
Îmi e dor, îmi e dor de iubirea din vară,
pierdută la-nceput de noiembrie. Îmi răsună.
Sunt tristă.
Și frunzele cad tot de tristețe în noiembrie.**

Prof.Tuta Ciobanu

CULTURA

*M-am văzut obligată să dau câteva detalii despre GENERAȚIE.
Frumos, dar iată că putem vorbi și noi la Sihlea despre Generații Artistice*

Dar, înainte de toate, o generație ce e?

O generație nu e, doamnelor și domnilor, un fapt etern, concret sau imuabil, cum sunt un gând, o statuie sau o carte.

O generație e ceva mult mai subtil, mai nestatornic și mai delicat. E un fapt contingent, istoric. E astăzi, mâine nu mai e! Și te întrebi: Ce-a fost?, așa cum te întrebi ce a fost o dragoste, când ai sfinșit de iubit!

O generație se naște din întâlnirea, în timp, a unui grup de oameni de aceeași vârstă, cu un eveniment istoric oarecare, dător de seamă pentru formațiunea lui. Suferind o aceeași influență în perioada lor de cristalizare afectivă și intelectuală, tinerii păstrează mai departe pecetia împrejurărilor în care s-au format, în chipul unei unități relative de înțelegere, de simțire și de vrere. Acești oameni trăiesc aceleași probleme, sunt subjugați de influența acelorași modele vii: măștrii, sau de predilecția acelorași modele obiectivate: cărți, fapte culturale, opere de artă.

Ei alcătuiesc astfel mai mult o unitate psihologică, cu rădăcini istorice și biologice, decât o unitate propriu-zis spirituală.

Generația nu e, deci, decât rezultatul încercării de a cristaliza relația dintre o anume structură sufletească și un complex de circumstanțe sociale, caracteristice unui anumit moment istoric!

Generația, astfel definită, este un fapt unic, o întâmplare care nu se petrece în viața unui om decât o singură dată, o experiență socială necomunicabilă, pe care n-o pot înțelege decât cei care au trăit-o laolaltă!

Echipa de dansuri moderne și dansuri țigănești FETELE DIN SIHLEA înființată în anul 2003, care a făcut posibil aflarea în mai multe locuri din țară despre preocupările artistice și nu numai a comunității sihleene. În anul 2011, această echipă a predat ștafeta unei alte echipe alcătuită tot din fete care vor duce mai departe dansul și în plus o echipă de majorete care va reprezenta comuna Sihlea la toate concursurile județene și naționale. Să mulțumim celor care au reprezentat comuna Sihlea și să dorim succese depline NOII ECHIPE care se va numi tot FETELE DIN SIHLEA !



Urmașii lui Sihleanu

Generații artistice



ECHIPA DE MAJORETE FETELE DIN SIHLEA

1. Aldea Diana
2. Caraiman Elena
3. Chircu Cristina
4. Feraru Adriana
5. Ioniță Sorina
6. Năstase Roxana
7. Pascu Andreea
8. Pascu Cristina
9. Ungureanu Sorina

Dorim noi echipe de majorete multă sănătate și succese depline!

director cultural prof. Tuța Ciobanu