



Mănăstirea Nicula, străveche vatră de spiritualitate și cultură românească, a sărbătorit în anul 2002 prima atestare documentară din anul 1552, după 450 de ani.

Apare la început ca o sihăstrie modestă, cu un singur călugăr, fiind un sălaș pentru sătenii refugiați din calea tătarilor.

A fost și prima școală de pictură pe sticlă din Transilvania, transformând Nicula într-un sat de iconari. Acest meșteșug a fost perpetuat de părintele **arhidiacon Ilarion Mureșan** (1942-2023), în cadrul atelierului din incinta mănăstirii.



Foto 1 - Atelierul de creație al pictorului arhidiacon Ilarion Mureșan

Mănăstirea numără astăzi 28 de călugări, care activează și în domeniul cultural și în cel social. În cadrul mănăstirii este o editură, *Ecclesia*, și o Școală de muzică bizantină, *Sf. Roman Melodiu*, iar din anul universitar 2001-2002 se derulează aici un program de burse oferite studenților fără posibilități materiale¹.

¹ Arhidiacon Ilarion Mureșan, *Icoane pe sticlă*, Ed. Ecclesia, m Nicula, 2002, pag. 3-4

Icoana miraculoasă a *Fecioarei cu pruncul* a fost un obiectiv al pelerinajului a sute de mii de credincioși, de-a lungul celor trei veacuri, și a generat apariția, în Transilvania, a unui nou gen de artă, necunoscut până atunci în spațiul carpatic.

Pictura pe sticlă, cu origini în arta elenistă, s-a regăsit în Roma antică, apoi în Bizanț, de unde s-a răspândit în Italia și în centrul și vestul Europei, ca artă decorativă.

În secolul al XVIII-lea, pictura pe sticlă apărea în decorațiunile interioarelor palatelor germane și franceze, pictate și colorate cu scene idilice pastorale, vânătoarești, peisaje și imagini din orașe.



Foto 2 - Icoane pe sticlă vechi, nedatate, cu Nașterea lui Hristos și Maica îndurerată

La **Mănăstirea Nicula**, pelerinii au cumpărat icoane de la negustorii ambulănți, și locuitorii din satul Nicula au fost tentați de meșteșugul pictării pe sticlă.

La Nicula și în satele învecinate, există o lungă tradiție a artei icoanelor pe lemn cu teme biblice, apărute sub influența școlilor și a tiparnițelor mănăstirești din Transilvania și Moldova.

Pictorii țărani din Nicula au realizat pe dosul sticlei pictura inversată, care era suport de protecție al stratului pictural. Coloranții erau amestecați cu ulei de in, cu gălbenuș de ouă sau cu clei de oase, pentru a avea mai multă aderență și rezistență.

Munca era extrem de migăloasă, neputându-se lucra mai mult de zece icoane pe zi. Pictura se realiza în mai multe etape, lăsându-se la sfârșit executarea decorului adiacent, ghirlandele de flori sau de struguri cu frunza de viță. Pictorii de icoane pe sticlă de la Nicula au început a fi solicitați și unii s-au stabilit în jurul Sibiului, Sebeșului și la Scheii Brașovului.

În biserici și în locuințele țărănești, icoanele pe sticlă ocupau un loc de cinste, alături de icoanele pe lemn. Mult solicitate și prezente în aproape toate casele țărănești erau icoanele cu *Sfântul Nicolae*, patronul fetelor orfane și sărmene, „aducătorul lor de zestre”, dar și protectorul pescarilor.

Un loc aparte în creația pictorilor de la Nicula îl ocupau icoanele închinată *Fecioarei Maria*, care atrăgea prin candoare și prin lumina și strălucirea pe care i-o confereau aura și luciul sticlei. O astfel de icoană putea fi un dar de nuntă vestitor de noroc, aducător de bucurii și de fertilitate. Icoanele de la Nicula erau rar datate, dar din a doua jumătate a sec. al XIX-lea apar înscrise câteva datări și inscripții.



Foto 3 - Icoane pe sticlă cu Sf. Nicolae și Sfinții Constantin și Elena, semnate de arhidiaconul Ilarion Mureșan

Perenitatea artei picturii pe sticlă se datorează talentului, perseverenței și tenacității extraordinare a **arhidiaconului Ilarion Mureșan**, monah de peste patru decenii la sfânta mănăstire, continuator al pictorilor țărani din satul Nicula.

El a găsit o mică colecție de icoane vechi, pictate de țărani din sat, colecție pe care a îmbogățit-o an de an. La mănăstire a înființat un mic atelier de pictură pe sticlă și, în anul 1972, a început să picteze după tehnica veche. Treptat, lucrările **monahului Ilarion** au dobândit un stil propriu. Scenele biblice sunt încadrate cu motive florale. Toate icoanele sale, în număr de peste două mii, sunt răspândite în lume și poartă semnătura **Ilarion Mureșan**.

Părintele a participat la diferite expoziții din țară cu picturi care abordau teme laice. În anul 1990, Muzeul Etnografic al Transilvaniei din Cluj Napoca i-a organizat prima expoziție de icoane pe sticlă. Au urmat și alte expoziții, în Germania (1991), Austria (1992 și 1993), Italia (1990), Franța (1991), Elveția (1991), Japonia (1998), USA și Canada (1996-1997)².

Este demn de remarcat și faptul că **arhidiaconul Ilarion Mureșan** a prezentat în catalogul editat la Nicula și 28 de icoane pe sticlă vechi, dar și unele realizate de el.

„La ceas de rugăciune, icoanele meșterului de la Nicula au darul de a ne apropia mai mult de credința străbunilor noștri”, amintea Gheorghe Arion pe coperta a patra a volumului.

28 ianuarie 2025

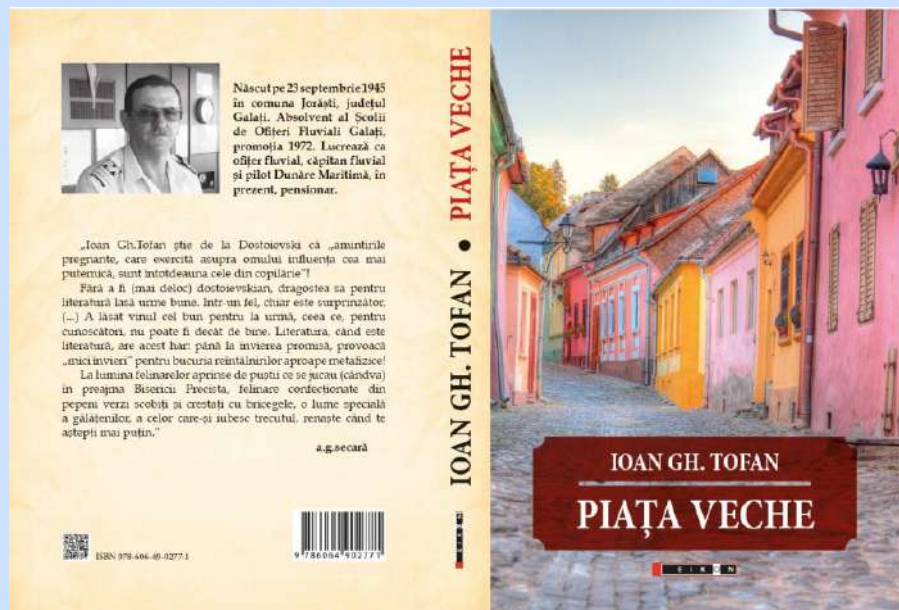


² *Ibidem*, pag. 5-12

GALAȚI IERI ȘI AZI

Centrul orașului - anii '70, pe când aleea pietonală de la P-uri era stradă.





Piața Veche

(fragment)

Ioan Gh. Tofan

- Simbolul libertății sanmarineze îl aveți chiar aici, în această piață. Statuia pe care o vedeți este personificarea libertății. Așa o și numesc localnicii, Statuia Libertății.

Ionel se uită lung la femeia trupeză din piatră, încinsă la brâu cu o spadă, ce-și dezvelea de sub fusta lungă coapsa athletică a unui picior. Cămașa de zale care-i acoperea pieptul plin și semeț, coroana de pe cap și lancea cu flamură din mâna stângă nu reușeau, după părerea lui Ionel, să-i ascundă aerul unei pașnice matroane romane.

Nicu comentase înveselit, urmărindu-i privirea:

- Ai rămas cu geana pe țâțele damei ca pe butelie. E pe gustu' lu' matale, lată-n șele ca o iapă, bună și de mers la sapă. Păcat că nu-i de adevăratelea.

- Decât să faci comentarii mârălănești, mai bine ai fi atent la explicațiile ghidei, îi răspunse Ionel.

- Nu mă ajută capu' să țin minte ce trombonește. Îmi intră pe-o ureche și-mi iese urgent pe cealaltă.



- Încearcă să-ți iei notițe!

- Ce să-mi iau?

- Scrie, măi omule, într-un carnețel, ce poți să reții și acasă n-ai să te mai uiți la fotografiile vechi pe care văd că le faci, ca vițelul la poartă nouă.

- Știi care-i norocul meu? Că te afli mata prin preajmă. Altfel ce m-aș fi făcut? Uite că mi-am amintit. Chiar am un carnețel în valiză. Ai dreptate. Vin bou aici și ajung vacă la Constanța. De mâine își ia băiatu' carnetu-n buzunar. Hai atunci mai aproape de ghidă și notează mata azi pentru mine ce bengănește.

Nicu, ai cărui ochi nu priveau prea mult într-o singură direcție, îl trase la un moment-dat de mâneca cămășii:

- Căpitane, ia bungheală la dreapta, la... ăștia care vin. Se pregătesc de vreun bal mascat de s-au îmbrăcat în izmene și fuste colorate? Nu-i cam devreme cu tata soarele sus pe cer?



De pe o străduță îngustă care urca muntele coborau pe scări și pe sub arcade mai mulți bărbați costumați ca-n Evul Mediu. Pe cap purtau un fel de cușme din stofă cu borurile rulate. Culoarele diferite ale costumelor și cușmelor aveau ceva sărbătoresc, de carnaval. Coloane argintii le împodobeau pieptul. Toți aveau pe umeri arbaleta, iar unii țineau strâns în mâini săgeți cu coada împănată cu pene albe de găscă. Unul singur, cu un fes negru pe cap (aidoma unui ghiveci răsturnat cu gura în jos), avea legată pe burtă o tobă enormă în care începu să bată ritmic. Nicu, cu gura căscată ca la dentist, îngăimă:

- Or fi din neamu' lu' Marcu.

- Din neamul cui? Întreabă un bătrân aflat în apropiere.

- Al ălora care trag cu arcu', îl lămurii constănțeanul.

- Fac parte din corpul trăgătorilor cu arbaleta, interveni Elena Panait, fulgerându-l cu privirea pe brunet.

Nicu își băgă capul între umeri. Ghida continuă iritată:

- Este cea mai veche structură militară care a apărut de pe ziduri cetatea, veacuri de-a rândul. Acum arcașii sunt ca o emblemă a orașului și statului. Ceva similar, dacă vreți, gărzii elvețiene a Papei. Sunt recrutați pe sprânceană, după fizic și îndemânare, la fel ca în vechime. Se antrenează asiduu la tragerile cu arbaleta, organizând apoi întreceri cu public. Acum, ca și în trecut, corpul trăgătorilor numără 80 de membri. Se spune că au fost organizați militărește încă de la începutul secolului al XIV-lea. Existența lor a fost însă consemnată în cronici mai devreme. Republica dispune, în afara acestor trăgători atemporalii, de mai multe structuri, mai mult sau mai puțin militarizate, menite a asigura liniștea și ordinea în republică. Astfel avem membrii Pazei Consiliului Mare și General, înveșmântați în uniforme albastre și cu săbii la brâu, Corpul Pazei Stâncii (stânca fiind muntele Titan, presupun), ce din 1987 funcționează și ca agenți de poliție judiciară, purtând uniforme cu pantaloni roșii și tunici verzi, Miliția, cu uniforme albastre și ornamente albe, având în bandulieră pușcă cu baionetă, Jandarmeria ce poartă uniforme negre cu inserții albastre aplicate pe margini și Poliția Civilă de care aparțin și agenții de circulație. Aceștia iarna poartă uniformă neagră cu ornamente albe și albastre, iar vara uniforme galbene.

- Ca ale zidurilor din oraș, se pomeni vorbind Ionel.

- Ce-i mai merge clanța demoazelei! Ai notat ce-a bolborosit pân' acu'? Întreabă constănțeanul.

Ionel își duse degetul arătător de la mâna dreaptă spre tâmplă, ciocnind-o de două ori.

- Am priceput, nene. Ești tare! Ți-ai luat notițe-n bibilică.

Ionel se prefăcu în continuare că nu pricepe bășcălia grobiană a constănțeanului. De când, la Bologna, îi întinsese mâna să se ridice de lângă turnul Garisenda și-i dăduse apă să bea, personajul îi devenise brusc simpatic.

Elena Panait le mai vorbi despre cele trei rânduri de ziduri care au fost înălțate în epoci diferite, în jurul orașului, pentru a-l apăra. Nu uită să spună câteva cuvinte și despre cele trei turnuri fortificate care dominau nu numai zidurile, ci și orașul, chiar statul întreg cu cei 60 de kilometri pătrați, asemenea unor santinele uriașe de piatră.



Unul dintre turnuri chiar a fost denumit Santinela, celelalte două fiind cunoscute drept Călărețul și Coșul (sau Ruptura). Le mai recomandă excursioniștilor să descopere singuri unde se afla monumentul închinat lui Garibaldi. Să viziteze, dacă au chef de puțină artă, Muzeul de Stat, sau dacă au sânge rece, Muzeul Torturii. Dacă vor îndumnezeire să meargă să se roage într-una din bisericile de pe munte, mai cunoscute fiind acelea închinat sfîinților Petru și Marino. Cui i s-a uscat gâtulejul și nu are chef să hoinărească pe ulițele care urcă muntele nu are decât să se așeze la una dintre mesele cu umbrele de la intrarea în taverne și să-și potolească setea cu ce-i pofteste inimioara. Numai s-o lase naibii în pace, să nu se mai țină de fusta ei, că nu mai poate sta în picioare de oboseală. Îi așteaptă pe toți peste fix două ore la mașina care a coborât deja la poalele muntelui. De ce? Pentru că autocarelor li se permite numai să aducă turiștii până sus, în oraș, nu să și staționeze.

- O fi babardit-o azi noapte prietenul nostru din Piatra-Neamț, de-i așa paradiță, deduse flegmatic constănțeanul.

Ionel izbucni în răs:

- Buruienos și cu invidie vorbești! Chiar dacă ar fi așa, care-i problema? Că sunt prea bătrâni?

- Ei, aș! M-am pomenit și io vorbind așa, ca proasta-n târg. Doar și mata ești hodrog și

nu te-a deranjat să-i porți sâmbetele blondinei din autocar. E drept că te-ai aruncat la una purie și nu la vreo puștoaică. Păcat că te-a trimis la plimbare. N-ai aflat de ce?

- Râde ciob de oală spartă! Nici tu nu ai fost în stare să te apropii de Coadă de Cal.

- N-am vrut. Ți-am ținut doar hangu'. Dacă n-ai putut face mata lipeala, pe mine nu m-a mai interesat. Dacă e musai să mă dau în bărci, am io la Constanța una bună măr, nu ca nașparlia asta.

- Numai gura-i de tine.

După ce cutreierară prin puzderia de magazinașe pline cu tot felul de fleacuri, se opriră ca să-și tragă răsufierea și, potrivit recomandărilor ghidei, să dea pe gât câteva *berici*, cum se exprimase constănțeanul, afară, la o măsuță de pe trotuarul din fața unui băruleț dintr-o piață minusculă.



La coborâre, cumpărură dintr-un market salam uscat și șuncă afumată la țiplă. Mai luară, fiecare, câte un mic bax cu șase beri Heineken de câte 330 ml. Pâine nu găsiră de nici un fel. Știau că vor ajunge seara târziu la Roma și nu vor mai avea posibilitatea pe traseu să mănânce.

La a treia zi de la plecarea din România, pe 18 mai 2008, numai la San Marino Elena Panait catadicsise să-i ducă la un restaurant ca să bage ceva cald sub nas. Era clar pentru toată lumea că pe tot itinerarul pe care îl mai aveau de străbătut respectarea meselor, exceptând micul dejun inclus în prețul excursiei, nu avea să fie prioritară. Ionel avea să-și revizuiască părerea proastă despre mâncătorii de conserve. Măcar aștia puteau să-și încropească la repezeală o gustărică prin vreo parcare pe unde opreau doar, vorba lui Mihai, *să dea calul la apă*.



leșiră din micul stat seara, pe la 18,30. Autocarul începu să șerpuiască printre dealuri acoperite de arbuști și vegetație bogată ce părea că nu se mai putea opri din creștere. Senzația ciudată trăită de Ionel în acele clipe când privea, toropit de berea băută, verdele crud și întunecat al peisajului (din cauza cerului care se înnoirase iar) era că ar putea chiar să vadă cum cresc firele de iarbă.

Străbătură apoi punți între dealuri pe viaducte amețitoare. Tuneluri luminate ca ziua, suișuri și coborâșuri se derulau cu viteză prin fața ochilor tot mai obosiți ai pasagerilor.

Nicu, încă de la plecarea din San Marino, absolut indiferent la peisaj, pusese capul pe tetieră. Acum inspira sacadat aerul pe nas, eliminându-l apoi din plămâni cu un pufăit ușor, ca de foale. Exemplul lui, pe măsură ce timpul petrecut în autocar trecea tot mai greu, părând infinit, fu preluat de tot mai mulți excursioniști.

Odată cu venirea nopții, Ionel hotărî să nu adoarmă. Știa că dacă va coborî pleoapele o clipă numai, aripile somnului îl vor învălui imediat. Se frecă repetat la ochi, ca să reziste. Apoi își aminti de vechea metodă din armată când, pentru a traversa timpul mai repede și mai ușor, mai ales la plictisitoare ore politice sau la interminabilele lecții de radiotelegrafie luate vreme de șase luni, evada din prezent, lăsându-și mintea să răscolească trecutul, revăzând astfel,

ca pe un ecran, crâmpie din scurta-i existență de până atunci.

Își aduse aminte că retrăise atunci de zeci de ori anumite momente, dar în afara acestora, de fiecare dată când o lua de la capăt, secvențe noi apăreau. Și de fiecare dată se întreba înveselit cum de trecuse peste ele.

Se bucura asemenea cinefilului care neștiind ce film să mai revadă, are șansa de a viziona o peliculă nouă, a unui regizor îndrăgit și cu actori de primă mână în distribuție. Știa că va găsi acolo, în străfundurile memoriei lui tinere, noi și noi amintiri care să-l facă, împreună cu cărțile din biblioteca unității pe care le devora în clipele libere, să suporte mai ușor cei doi ani de armată.

Acum, gândea, nu i-ar ajunge timpul rămas de trăit ca să-și deruleze întreaga viață prin fața ochilor. Normal ar fi fost, după ce, în cursul zilei, gândurile se îndreptaseră spre vara anului 1959, care marca sfârșitul copilăriei și pe care simțise nevoia s-o populeze cu imaginile părinților săi, să treacă mai departe. Să-și marcheze, ca într-o carte care vrea să emoționeze, trecerea dificilă, plină de dorințe refulate și de exteriorizări isterice, a pragului spre adolescență.

Dar noi flashback-uri din vremea copilăriei i se derulau acum prin cap. Ca acelea din timpul scurtelor vacanțe trăite la țară.



GALAȚI *Foto: Florin Mocanu*



SENIORI



FĂRĂ



FRONTIERE

Academia Bunicilor Brăila

De 5 ani se joacă Petanqué la Brăila

Elena NOVAC

La începuturi de drum, în anul 2019, ceea ce ulterior va deveni cunoscuta *Academie a Bunicilor* din Brăila reunea câțiva pensionari care începeau o nouă filă a vieții.

După o viață activă, energia din rutina orelor de muncă la serviciu se putea converti în altceva și, iată, ocazia le-a venit în întâmpinare...

Ideea generoasă a profesorului Claudiu Eduard Brăileanu de a reuni seniorii în activități distractive, dar și utile minții și corpului, s-a concretizat în câteva ateliere. După cele de dansuri și de teatru, cineva a avut ideea de a petrece timp în aer liber practicând un joc extrem de popular în Franța, dar necunoscut în Brăila: **Pétanque**.



8 noiembrie 2019... Familia Vos, Jan și Doina, au inițiat câteva persoane în regulile jocului, după care grupul a crescut în mod firesc, unind persoane care doreau să-și verifice abilitățile sportive utilizate sporadic în alte sporturi sau pur și simplu să se bucure de petrecerea în aer liber, alături de prieteni noi.

L-am privit inițial ca pe un joc de divertisment, în care fiecare dintre participanți își verifică mobilitatea, atenția, capacitatea fizică, vizuală și, mai ales, spiritul de echipă. După învățarea tehnicilor de bază, a regulilor și a acțiunii în echipă, concursurile au devenit un obiectiv plăcut, energizant, în special în deplasările denumite *cantonamente*, cum au fost cele de la Bușteni, Azuga, Poiana Țapului, Vatra Dornei.







Și astfel, cu bucurie și entuziasm, s-a constituit o comunitate mică, cu obiective comune care, asemenea echipelor profesionale, a dorit să-și exprime identitatea prin tricouri de aceeași culoare în timpul participării la atelierul programat, care și-a organizat terenul de joc, tablele de scor, abordând cu seriozitate fiecare antrenament. Comunitatea a început să se sudeze în timp, marcând evenimente importante în familiile unora dintre noi (căsătoria copiilor, zile de naștere).

Fiind deja cu *vechime* în joc, ieșirea din... ou s-a făcut prin participarea câtorva persoane la Corbeanca, la unul dintre concursurile internaționale organizate de Clubul Sportiv Pétanque Corbeanca. Am putea considera acest moment drept unul de cotitură, în sensul că, alături de profesioniști, ne-am putut reconsidera stilul de joc, reevalua capacitățile și redirecționa energia pentru îmbunătățirea multor elemente pentru a permite o evoluție pozitivă a grupului.

Apoi, după ceva timp, un alt grup, condus de familia Vos, a ajuns în Olanda, unde s-a putut urmări îndeaproape modelul occidental actual de joc al prietenilor lui Jan, iar pasiunea jucătorilor a fost un nou imbold pentru brăilenii din grupul Pétanque.



De mare efect a fost și participarea, în perioada 17 iunie – 2 iulie 2024, a opt dintre membrii echipei de Pétanque la mobilitatea din Ruse, Bulgaria, finanțată prin programul Erasmus+ al Comisiei Europene în cadrul proiectului ***VitalSenior: îmbătrânire activă prin sport (nr. proiect: 2023-2-RO01-KA182-SPO-000173313)***. Managerul acestui proiect este domnul profesor Eduard Claudiu Brăileanu. Cu acest prilej a avut loc un schimb de experiență benefic, cu rezultate excelente, mediatizate în cadrul grupului brăilean de Pétanque.

De aceste schimburi de idei, experiențe și metode au beneficiat nu numai participanții la concursuri, ci și mica, dar entuziasta comunitate Pétanque brăileană, prin evidențierea diferențelor care pot fi implementate în jocul fiecăruia dintre membri, prin viziunea grupurilor de culturi diferite privind desfășurarea unei vieți competitive, active, la vârste diferite, cu condiția unei minime stări fizice optime și mai ales a dorinței de îmbunătățire a acesteia.

Și iată că, în 2024, descoperim grupul din Galați de la *Universitatea Vârstei a 3-a*, pe care i-am întrecut, în meciuri tur-retur), câte 10 echipe din fiecare grup.

În două frumoase zile de sâmbătă, cu o vreme plăcută de octombrie, ne-am jucat și ne-am distrat, o dată la Brăila, o dată la Galați și, evident, i-am premiat pe cei mai buni.

Pe **8 noiembrie 2024** am sărbătorit în cadru festiv 5 ani de la startul activității.

Amintiri, fotografiile din arhivă, bucuria unei comunități în creștere...

Emoția înțelegerii realității că ultimii 5 ani au trecut într-un mod nesperat de ingenios ne-a copleșit, ne-a dat speranța că putem continua, atât noi, cât și, în viitor, cu alți *tineri pensionari* care se vor alătura echipei noastre.

Ne-am amintit cu drag de tineri, copii, care alături de prieteni sau părinți se interesează de numele jocului, de unde pot cumpăra echipamentul de joc și, în mare, care sunt regulile.

Nu poți fi altfel decât bucuros atunci când vezi sclipiri de încântare în ochii unei persoane străine și îi vezi zâmbetul de bucurie și interesul evident pentru acest joc, atunci când încearcă o aruncare cu bila de pe aliniamentul de joc. E atât de simplu...

Dăruirea familiei Vos pentru acest joc și pentru echipa constituită se simte prin fiecare inițiativă, aparent minoră și, poate că persoanelor neinițiate în activități sportive de echipă li se par nesemnificative. Pas cu pas, fiecare moment integrat în activitatea de grup a dus la întărirea micii comunități, prin acțiuni benevole, în limita capacităților fiecăruia.

Aniversarea celor 5 ani, în afara faptului că a fost un eveniment marcat cu multă bucurie, odată cu participarea invitaților altor ateliere din Academie s-a putut dansa și cânta împreună, s-a inițiat un imn ușor adaptat și s-au făcut sau refăcut planuri de viitor.

Puterea exemplului este, în fond, ceea ce Pétanque le arată brăilenilor. Oameni de diferite profesii, prezențe fizice, stângaci, dreptaci, ambidextri, femei, bărbați, vin săptămânal pe teren și joacă.

Este exemplificarea a ceea ce George Bernard Shaw spunea:

„Nu încetezi să te joci când îmbătrânești, ci îmbătrânești când încetezi să te joci!”



Știați că?

Coca Coralia Drăgan

Sunt absolut convinsă că sunt destui cititori ai revistei „Timpul seniorilor” care nu știu de existența, în lume, a universităților pentru persoane de vârsta a treia. Ei bine,

ȘTIAȚI CĂ...?

Și țara noastră se poate mândri cu existența unei Universități a vârstei a 3-a la Galați și una la Cluj? Dacă nu, aflați acum și mai aflați că și existența acestei reviste este strâns legată de Universitatea Vârstei a 3-a, prescurtat U3A Galați; dar să mergem pe firul narativ al acestui subiect, încă de la începutul său.

Ideea înființării unei universități pentru persoane vârstnice i-a aparținut unei doamne deosebite și plină de entuziasm, și anume doamna prof. univ. dr. Violeta Pușcașu.

Cum i-a venit ideea? Ei bine, fiind o persoană citită și umblată prin lume, prin prisma profesiei sale și nu numai, a aflat despre aceste instituții de învățământ răspândite prin toată lumea, i-a germinat ideea că ar putea să funcționeze și la noi în țară, germenul a încolțit și până la înflorire nu a durat decât... multă și epuizantă informare, muncă, strădanie pe „n” planuri pentru ca visul să devină realitate, în anul 2016, în cadrul Universității „Dunărea de Jos” din Galați, unde doamna Violeta Pușcașu își desfășura activitatea ca prodecan la Facultatea de Științe Juridice, Sociale și Politice, la acel moment alăturându-i-se și domnul prof. univ. dr. ing. dr. ec. habil. Silviu Stanciu, pe atunci directorul Departamentului de formare continuă și transfer tehnologic.

Ce înseamnă această universitate:

Studentii de la vârsta de 55 ani și până la 100 dacă s-ar fi putut, dar au fost „studenți” apropiați de această vârstă și care ne-au onorat și ne-au făcut plăcere prin prezența lor.

Timpul de studiu era, și este și în prezent, de un an universitar, la sfârșitul căruia, într-o atmosferă de sărbătoare în care toți absolvenții purtau uniforme specifice absolvirii și în care se cânta „Gaudeamus igitur” – cântecul academic european, și se înmânau diplome simbolice tuturor studenților; țin să precizez că nu eram streșați cu examene și note.

Taxa anuală era una simbolică și toți profesorii care țineau cursurile se ofereau (și se ofereau) voluntar, făcându-le plăcere să lucreze cu persoane de vârsta a treia, fiecare curs fiind o interacțiune de idei, practic și profesorii aveau ce învăța de la studenții seniori, așa cum înșiși dumealor s-au exprimat; cursurile au fost și sunt foarte interesante și se încheie în ropote de aplauze, în semn de recunoștință față de profesori.

Anul universitar era structurat exact după anul tinerilor studenți, semestre și vacanțe, beneficiind și noi, seniorii de cantina universității și de cabinetul medical al acesteia.

Programa de învățământ cuprindea 9-10 module, respectiv istorie-filozofie-religie, medicină, psihologie, artă, kinetoterapie, turism, matematică, informatică (calculator) ș.a., cu subiecte foarte interesante de dezbătut, majoritatea legate de vârsta senioratului, cu învățături practice și de bun simț, pe care le absorbeam cu toată ființa noastră.

Ca să enumăr câteva dintre aceste teme: sănătatea și longevitatea, autovindecarea, detoxifierea colonului, coloana vertebrală – structură și afecțiuni, gene și destin, prevenția, călătoria ca mod de viață, destinații turistice mediteraneene, pelerinajul – o călătorie sfântă, spațiul geografic românesc, stiluri educaționale, turismul la cort/rulotă și unități de cazare, lăcașul de cult, prevenția și managementul fragilității vârstnicului, arta comunicării interpersonale, relații intergeneraționale, noțiuni generale de kinetologie, egoterapia și terapia culorilor, Yumeiho (tehnica de autovindecare), simboluri creștine, postul, marile religii ale lumii, provocări pentru creștinul de astăzi – provocări împotriva ortodoxiei, deportările în Bărăgan, familia între bioetică și drepturile omului, despre filozofie și filozofi, apariția primelor consulatate, dreptul succesoral, parfumul teilor de pe strada Domnească și multe, foarte multe alte teme de dezbateri și discuții între profesorii universitari și seniorii de diferite profesii avute în viață și cu multă experiență; cred că nu mai este nevoie să punctez cât erau de antrenante astfel de cursuri și cât de mult ne-au schimbat viața în bine la o vârstă când, în general, oamenii nu mai privesc spre orizont.

Mai sus vă spuneam că revista „Timpul seniorilor” este strâns legată de U3A Galați, mai exact studenții seniori din anul universitar 2017, în frunte cu domnul Petru Todoran (în prezent un scriitor prolific) au avut ideea înființării unei reviste, de fapt impropriu spus revistă, căci era o foaie volantă în care se scria despre studenții seniori și activitățile acestora în cadrul universității seniorale gălățene, și despre activitățile extra-curriculare ale acestora; foarte repede materialul s-a îmbogățit și paginile s-au înmulțit, așa că s-a format o revistă care poartă denumirea de astăzi, alăturându-se ca membri fondatori d-na Violeta Pușcașu și studenții seniori Bonica Voinescu, Mioara Ardieleanu, Ioana Cioroi și Marin Mihai; și pentru a-i asigura continuitatea (seniorilor

fiindu-le greu să suporte costurile tipăririi), pentru a obține ISSN și pentru a fi cunoscută și recunoscută la nivel național, revista a fost preluată sub aripa Universității „Dunărea de Jos” din Galați, fiind tipărită la editura acesteia, Galați University Press, rămânând ca publicație a U3A, având în colectivul de redacție pe jurnalista Angela Ribinciuc în calitate de redactor șef și studenții seniori Bonica Voinescu ca redactor șef adjunct, Mioara Ardieleanu și Marin Mihai ca redactori, d-na prof. univ. dr. Violeta Pușcașu ca editorialist și pe colega noastră Ioana Cioroi tehnoredactor; eu am bucuria de a mă număra, alături de alți colegi, printre colaboratorii permanenți ai revistei. La acest moment revista „Timpul seniorilor” numără lunar peste 130 de pagini, peste 30 de colaboratori și cuprinde articole ce abordează subiecte diverse și interesante.

Deși învățământul universitar pentru seniori este doar de un an, o parte dintre noi studenții seniori, ne înscriem în mod repetat și în următorii ani universitari, glumind că suntem „repetenți”.



În afara cursurilor, dar tot în cadrul U3A, aveam (eu vorbesc mai mult la trecut pentru faptul că în prezent timpul nu-mi permite să mai merg la cursuri, având o altă prioritate) deci cum spuneam, aveam activități de genul conferințe, ateliere de dezbateri, proiecte, vizite, excursii etc., iar ca activități extracurriculare, noi „năzdrăvanii” cum îi place doamnei prof. univ. dr. Violeta Pușcașu să ne alinte, aveam și alte activități cum ar fi „ceaiul de la ora 10”, „fashion crochet”, „mâini îndemânatice”, „dansuri”, „clubul drumeților de vârsta a 3-a”.

Și dacă în primul an universitar numărul studenților seniori erau de ordinul zecilor, începând cu cel de al doilea an numărul acestora a fost de ordinul sutelor.

Între timp, doamna Violeta Pușcașu a înființat o universitate pentru vârsta a 3-a și la Cluj și și-ar fi dorit să împânzească România cu astfel de instituții de învățământ, dar, din păcate, acest lucru nu este ușor de realizat.

Asta nu înseamnă că nu a dus o luptă crâncenă până la înființarea universității și în primul an de funcționare, când dumneaei era „cineva”, având multiple roluri, de secretară, de organizatoare, de planificator de cursuri, de pro-

fesor voluntar și multe altele pe care doar dumneaei le știe.

Noi, cei care am cunoscut-o ca inițiatorea unor astfel de universități, dar și ca profesoară voluntară în cadrul acestora, nu avem decât cuvinte de mulțumire, iar dacă mă raportez strict la persoana mea, pot să vă spun că mi-a schimbat viața la 180 grade: m-am redescoperit învățând să mă iubesc și să mă prețuiesc mai mult, să desfășor activități pe care nu am apucat să le îndeplinesc din varii motive până la vârsta senioratului, să descopăr că viața nu se termină odată cu pensionarea, de fapt am învățat să văd partea plină a paharului și pentru acestea toate nu pot decât să fac o mare reverență în fața acestui om minunat, care a scris istorie.



UNDE FUGIM DE ACASĂ?



„Crede că poți și ești la jumătatea drumului”.
Theodore Roosevelt

PAȘII DDV3

POVESTEA UNEI PASIUNI

(37)



Marin Mihai

Salutare, DDV3,

14.05.2024 - Gata, am tras cortina peste pașii noștri prin Toscana. Au fost tot felul de „PAȘI”. Unii săltăreți, atunci când porneam dimineața sau când frumusețile peisajului ne purtau pe aripi de entuziasm, alții târșiți, atunci când efortul se conjuga cu finalul de traseu. Pași răcoroși, în zilele în care vremea coincidea cu previziunile lui Mihăiță sau pași încinși în zilele în care soarele toscan ne ignora pe noi, dând viilor căldura necesară pentru minunatul chianti - vinul toscan care deocamdată se plămădește în frunzele viței de vie. Unii pași uzi până la șireturi, în zilele în care nu am putut ocoli ploaia, alții fierbinți, când tălpile parcă pășeau pe o plită încinsă. Dar fiecare pas făcut pe Via Francigena ne-a descoperit o nouă perlă din frumoasa Toscana.

Suntem în Siena, cetatea care în 1559 a fost supusă de puternicul Cosimo I, din familia Medici. Mândra Siena, rivala de moarte a Florenței, avea un obicei prin care își umilea vecinii de la nord. Încă din 1260, sienezii goneau pe străduțele cetății un măgar, de a cărui coadă era atârnat stindardul Florenței.





Ei bine, când Cosimo I a supus Siena, a interzis acest obicei, care s-a transformat cu timpul în spectacolul tradițional, cunoscut sub numele de „Il Palio” (vă amintiți de pregătirea tinerilor din Ponte a Cappiano?). Scopul cursei nebune a călăreților în jurul pieței medievale Piazza del Campo este capturarea stindardului, spre onoarea cartierului din care provenea câștigătorul.

Suntem conștienți că jumătatea de zi rezervată turului cetății nu înseamnă nimic. Știm că și o lună, dacă am rătăci prin minunata cetate, nu ar face decât să întoarcem o filă din tomul gros al poveștilor seneze, dar ne mulțumim și cu atât. Simțim pavajul bătrân sub pașii noștri, ne legăm imaginari caii de scoabele prinse în zid și visăm. Apoi ne trezim în Catedrala monumentală, care ne copleșește cu măreția ei, în care calci pe mozaicuri ce spun povești cu tâlc și iar visăm și iar ne trezim. De data aceasta în Porta del Cielo de unde se așterne la picioarele noastre Doumo di Siena în toată splendoarea lui.

Și, gata, s-a făcut 13, ne ridicăm bagajele și cu rucsacul în spate străbătem toată cetatea, mergând spre gară. Și cum călătorului îi stă bine cu drumul, hotărâm să ajungem la gară cu pasul, străbătând și Siena de dincolo de zidurile cetății. Un oraș modern, viu, dar care ne pune ceva probleme cu semafoarele de care ne dezvășaserăm cât am colindat prin cetate.

Coborâm la gară, pe un amețitor carusel de scări rulante și ne despărțim de frumosul oraș, urcându-ne în trenul care ne va duce la Pisa, via Empoli.



La Pisa ne-am stabilit cartierul general pentru ultimele două nopți, având ca obiectiv major vizitarea orașului Firenze, orașul muzeu, perla Toscanei, leagănul culturii apusene moderne. În secolul al XV-lea, familia Medici a condus Florența, capitala regiunii, făcând din ea centrul universului artistic al vremii.

Dar asta mâine, astăzi descoperim noi valențe la Pisa, unde nu doar turnul ne face reverență, ci ne împrietenim și cu Garibaldi, care ne invită în piața sa, și cu Giordano Bruno, la picioarele căruia sporovăim la o bere despre frumoasa piață dominată de statuia ilustrului astrolog.

(Va urma)

Daruri de la greci, la început de an

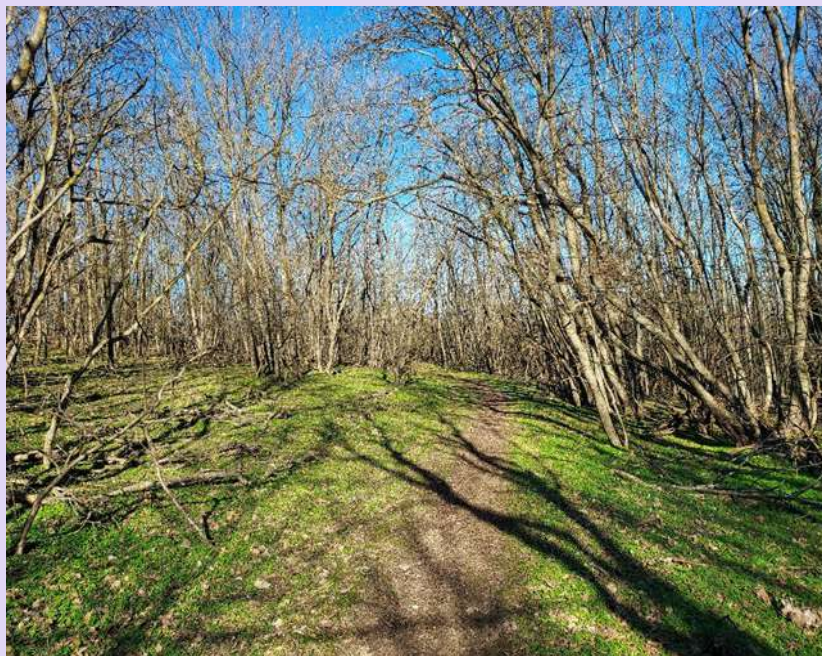


Gabriela Neguțu

Anul acesta, Munții Măcin și-au pus mantia de flori încă din luna ianuarie. Am văzut ghiocei și brândușe albe în postările de pe Facebook ale celorlalți pasionați de drumeții și mi-a părut greu de crezut, dar iată că, la prima ocazie, le-am descoperit și eu, fără să le caut în mod special.

Ce surpriză să mergi prin pădurea rară, pe o potecă ușor ascendentă și să te trezești înconjurat de mulțimea de flori sclipind albe deasupra păturii de frunze uscate și câteva ierburi verzi!

Printre trunchiurile închise la culoare, aproape negre, cu ramurile încălcite și lipsite de frunze, soarele își strecoară raze vesele și incredibil de calde, presărând pe pământ insule de lumină. Nu-ți e deloc frig. Cu lăcomie, trași în piept aerul curat, lipsit de gazele de eșapament sau mirosurile neplăcute ale gunoaielor orașului, te bucuri de cântecul păsărilor nevăzute, pitite între crengi și ești fericit!



Poteci forestiere

Mergi îmbătat de frumusețe printre pajiști albite de ghiocei, care se întind cât cuprinzi cu ochii, până departe, sub copaci, și încă mai departe. Zece pași, douăzeci, cincizeci, apoi renunți să mai numeri pentru că înaintea ta, pe laturile potecii, minunea de buchete de flori continuă la nesfârșit. O bogăție fără preț. Pentru cât de mulți contează această frumusețe repede pieritoare?



Nu rupi nici o floare. Îngenunchezi în fața lor, respiri mirosul plăcut, aproape palpabil, apoi le fotografiezi la nesfârșit... și pe asta, și pe cealaltă, și pe cealaltă ... și așa le păstrezi nemuritoare.



Ghiocci



Viorele

Ei, dar ce bucurie a fost întâlnirea cu ciupercile albe cu interior roșu! Am văzut alte postări ale celor care au găsit aceste ciuperci la dimensiuni mari, dar eu am fost încântată de ale mele. Denumirea lor în latină este *Sarcoscypha coccinea*, ceea ce s-ar traduce prin *ceașca cu vin*. În popor, sunt denumite și **ochiul caprei**, **urechea babei** sau **pocalul de rubin al piticilor**, în funcție de forma lor. Eu am găsit chiar una care semăna cu un trandafir. Această specie de ciuperci sunt comestibile și se dezvoltă pe resturi de ramuri căzute, în curs de putrezire, sau sub stratul de frunze moarte. Le poți întâlni, în funcție de noroc, din noiembrie până în aprilie.



Brândușe



Am găsit o *Sarcosypha coccinea* care seamăna cu un trandafir

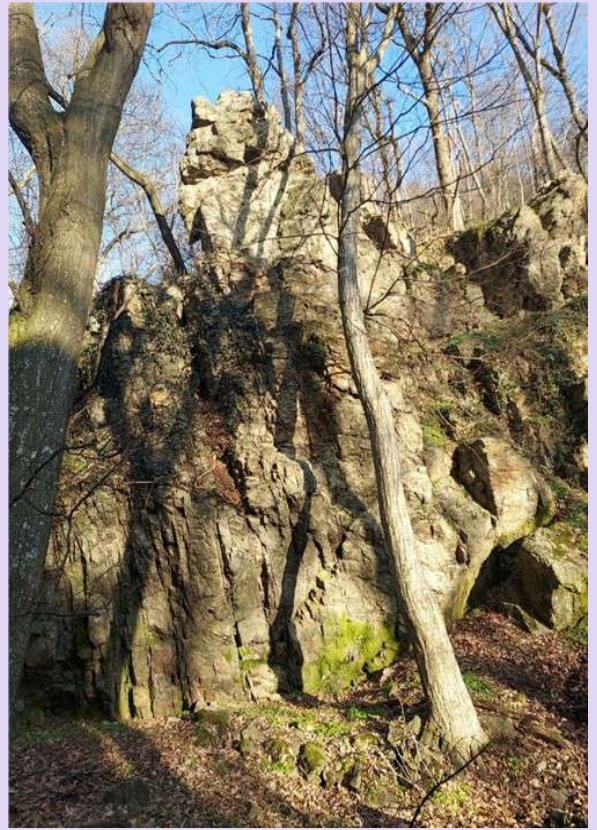
... și alta asemenea unei farfurii de porțelan Roșu-Portland



Dacă două dintre ciuperca au formă de pocal,
cea din mijloc seamănă cu o ureche

Puțin după prima parte a zilei simți că nu mai poți de foame. Te așezi pe o piatră și mănânci sendvișul în timp ce privești turma de capre care se apropie agale, păscând, împrejurul unui cioban cu traistă albă în spate. Nu mai puțin de șase câini se apropie de noi prietenoși și curioși, dând cu putere din coadă. Împărțim cu ei mâncarea pe care o înghit lacom și ne părăsesc pe neașteptate, ducându-se cu turma care a început să coboare lin, nestânjenit, râpa relativ abruptă către stână. Ciobanul se apropie, ne salută, ne spune câte ceva despre opțiunile sale politice, apoi ne părăsește brusc, când observă că grosul turmei s-a îndepărtat.

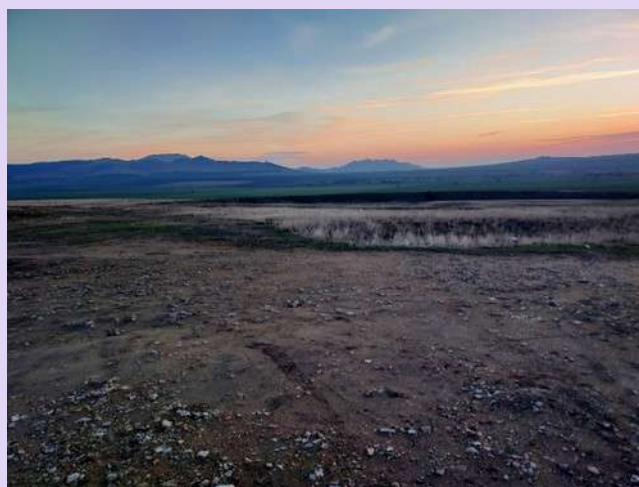
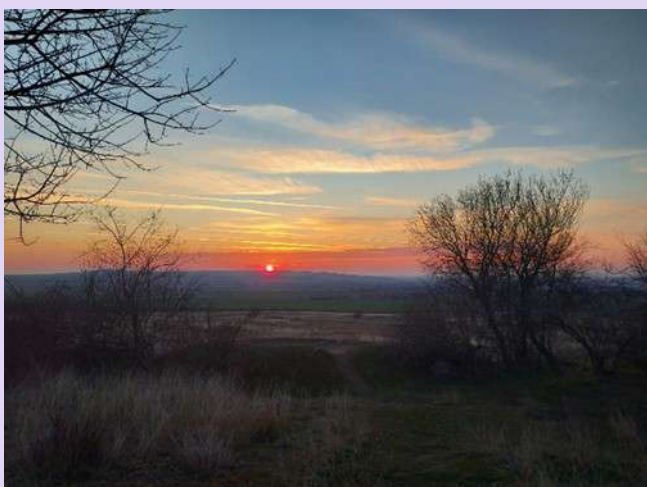
Foarte bine informat, ciobanul acesta care trăiește aparent singur, pe întinderile dobrogene!
Pe nesimțite, după-amiaza târzie ne învăluie cu lumina ei calmă, ca de miere, semn că ziua alunecă spre amurg și ne amintește cu tristețe blândă, că trebuie să luăm, parcă mult prea repede, drumul spre casă.



Pășesc lin, agale, încercând să prelungesc blândețea și frumusețea drumului cunoscut de acum. Pe porțiunile pietroase, pe care panta coboară mai rapid, am senzația atotputerniciei, parcă plutesc, iar talpa se așază ferm pe colțurile ascuțite sau instabile.

De la baza dealului, pădurea din jur se apropie de marginea potecii, e tot mai întunecată, puțin misterioasă, dar prietenoasă. Mă cunoaște, de acum, și mă acceptă. Deasupra, printre ramurile ridicate ale copacilor din fața mea, strălucește un soare imens, de aur lichid, iar în jurul lui cerul e roșu, și corai, și portocaliu, și galben. Cred că a luat culoarea din pocul rubiniu al ciupercilor și a amestecat-o până a prins nuanțe tot mai diluate. Câțiva norișori naivi, risipiți pe cerul albastru, au preluat din aceste culori un roz diafan.

Mult prea curând se zărește popasul de la ieșirea spre câmp. Aici, poți urmări în voie beția de culori strălucitoare, în timp ce soarele, parcă tot mai mare, coboară după o muchie prelungă de deal și dispare încet. Apusul acesta minunat îți prinde privirea și nu-ți mai poți dezlipi ochii de pe cer. Cu greu, te regăsești și te întorci în lumea pământeană.



29 ianuarie 2025



Marin Mihai

Salutare, DDV3,

După ghiociei admirați în **Parcul Național Munții Măcinului**, unde 25 de seniori au vrut să se convingă că legile naturii pot fi răstălmăcite când faci parte din DDV3 (o mare de ghiociei în 25 ianuarie și soare care apare miraculos după ore bune de ploaie...), iată că, speriați de faptul că zăpada poate deveni doar o amintire, grupul DDV3, de data asta doar 24, a dat o fugă până în „sânul lui Avraam”, la Lunca Ilvei.

Consecvent obiceiului de a reda cele petrecute în ieșirile DDV3, pentru membrii care dintr-un motiv sau altul nu au putut participa la eveniment, mă pregăteam să aștern pe hârtie isprava noastră de la Lunca Ilvei. Dar o „Drăguța” din grup a avut inspirația de a sintetiza atât de frumos și concis cele petrecute acolo, încât am gândit că este mai potrivit să vă prezint aici realizarea colegei noastre:

Inscripție pe cochilie

Ta, ta, ta, ...!

Împăratul melcilor

(Marinel, ați priceput, desigur)

a sunat trompeta.

La *meeting* melcii au venit în grabă.

- Dragii mei,

De iarna goală ne-am cam săturat,

N-ați vrea să plecăm la Ilva, la săniat?

- La Ilva, la Ilva

Cu toți în cor au strigat!

Și-au luat căsuța-n spate

Și spre Ilva au plecat.

Au călătorit... Din zori până seara,

Că și trenu-a obosit...

Dar ei nu s-au oprit.

Au trecut văi și dealuri,

Prin soare și omăt

La Ilva s-au oprit.









Și chiar de a doua zi
drumeții au făurit...
- La drum, voinicilor!
Avem de colindat
prin codrii verzi de brad,
la casa cu târnaț,
la izvoare sclipitoare și tămăduitoare,
la deal și la vale!
Câte unul, mai poznaș,
De la cale-se-abătea.
Toți ca unul îl strigau
Și când apărea, îl muștruluiiau:
„Melc nătâng, melc nătâng,
Cornițele ți le frâng!”
Și-au mâncat... un purcel întreg
După ce, mai întâi, de „haină” l-au dezbrăcat.
(că șoricu-i tare bun!)
Și-au băut... o livadă întregă,
Ca pe derdeluș pe gâtlej s-a dus.
Ei, și după cină, să mi-i fi văzut,
Plini de grație au dansat,
Alții jocuri au jucat sau au discutat,
După vreo cinci zile:
- Gata codobelci! Zilele-au trecut!
Ne întoarcem acasă!
Nea Avram și Doamna Viorica,
Mult vă mulțumim!
Să ne așteptați, ca păsări călătoare,
Și la anul vom veni
Sănătoși și voioși cu toți vom fi!



Autor: **Pui de Melc Hoinar**

P. S. Fotografiile sunt realizate în proporție de 80% de Radu, 19% de Tossy și 1% de subsemnatul...