

722
20/11/982

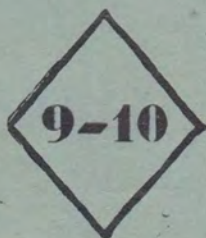
D.
165

33.11.62

CURIERUL ADVENTIST

ORGAN AL CULTULUI CREȘTIN ADVENTIST
DE ZIUA A ȘAPTEA DIN R. P. R.

Nr.



1961

ÎN ACEST NUMĂR

- *Nașterea din nou*
- *Știați că ?*
- *Virtutea bunei cuviințe*
- *100 de miliarde*
- *Apostolul Iacob*
- *Știați că ?*
- *Originea unor expresii*
- *Din proverbele lui Solomon*
- *Regretul față de păcat*
- *Pitcairn*
- *Valoarea fructelor*



NAȘTEREA DIN NOU

Credința socotită ca îndreptățire.

Dumnezeu nu ne ține în socoteală păcatele ; acestea fiind expiate prin jertfa Domnului Isus. Datorită ei, prin credință, El ne consideră drepti ; credința noastră este socotită ca îndreptățire (Rom. 4, 5 ; Is. 43, 25).

Exemplul lui Abraam explică acest fapt. Credința lui nestrămutată în Dumnezeu i-a fost socotită ca îndreptățire ; el și-a însușit prin credință lucrarea răscumpărătoare a lui Hristos : „Abraam a crezut pe Dumnezeu și aceasta i-a fost socotită ca neprihănire“. (Rom. 4, 3 ; Gal. 3, 6). Se spune că Abraam a ascultat de Dumnezeu. Această ascultare i-ar fi putut conferi vreun merit care să aibă valoare pentru îndreptățirea lui ? Niciunul. El a ascultat pentru că harul lui Dumnezeu i-a dat puterea să facă aceasta. Viața lui de supunere a fost consecința îndreptățirii și nu mijlocul pentru aceasta.

Prin har sîntem mîntuiți. Dreptatea lui Hristos ne acoperă ca o manta de un alb strălucitor și ne scapă de falsitățile propriei noastre dreptăți. Nimeni nu se poate prezenta înaintea

lui Dumnezeu dacă nu este îmbrăcat cu haina dreptății lui Hristos. Ca și marele preot Icsua (Zaharia 3) hainele noastre murdare trebuie scoase și înlocuite prin haine de sărbătoare. Mișcătoarea parabolă a fiului risipitor ilustrează în mod admirabil îndreptățirea păcătosului printr-un act de har din partea Tatălui : „Fiul îi zise : Tată, am păcătuit împotriva cerului și împotriva ta și nu sînt vrednic să mă mai numesc fiul tău“. Dar Tatăl spuse slugilor : „Aduceți repede haina cea mai frumoasă și îmbrăcați-l...“ (Luca 15, 21, 22). Bucuria este la culme : „Mă bucur în Domnul, și sufletul Meu este plin de veselie în Dumnezeul Meu ; căci M-a îmbrăcat cu hainele mîntuirii. M-a acoperit cu mantaua izbăvirii, ca pe un mire împodobit cu o cunună împărătească, și ca o mireasă, împodobită cu sculele ei. Is. 61, 10.

Ideia harului se opune deci, în Scriptură, ideii meritelor. Păcătosul nu poate face nimic prin el însuși pentru a-și ispăși păcatele trecute „căci nimănui nu va fi îndreptățit înaintea Lui (Dumnezeu) prin faptele legii“... Căci noi credem că omul este îndreptățit prin credință, fără faptele legii“. (Rom. 3, 20.28).

„Totuși, fiindcă știm că omul nu este socotit neprihănit, prin faptele Legii, ci numai prin credința în Isus Hristos, am crezut și noi în Hristos Isus, ca să fim socotiți neprihăniți prin credința în Hristos, iar nu prin faptele Legii, pentru că nimeni nu va fi socotit neprihănit prin faptele Legii.“ Și nimeni nu este socotit neprihănit înaintea lui Dumnezeu prin Lege căci „cel neprihănit prin credință va trăi“. (Gal. 1, 2, 16; 3, 11. Vezi și Efes, 2, 9; Fil. 3, 9).

Roadele îndreptării.

Îndreptățirea aduce cu sine sfințirea. Aceasta este lucrarea Duhului Sfint. (1 Petru 1, 2). Harul lui Dumnezeu care ne-a iertat păcatele, nu ne-a liberat de obligația de a asculta de legea lui Dumnezeu. Trebuie să se



instaleze o stare permanentă: sfințirea. Îndreptățirea este un început; sfințirea este de durată unei vieți; ea constituie chiar dovada îndreptării. „Pentru că nu cei ce aud Legea, sînt neprihăniți înaintea lui Dumnezeu, ci cei ce împlinesc legea aceasta, vor fi socotiți neprihăniți.“ Rom. 2, 13. Pocăința nu este decît începutul luptei; sfințirea este continuarea ei și încoronarea. Fără ea „nimeni nu va vedea pe Domnul“. (Ebr. 12, 14).

Credința datorită căreia sîntem îndreptățiți, nu dispensează de păzirea poruncilor lui Dumnezeu. Din contră credința vine să confirme legea. „Deci, prin credință desființăm noi Legea? Nicidecum. Dimpotrivă, noi întărim Legea“. „Ce urmează de aici? Să păcătuim pentru că nu mai sîntem supți Lege ci supți har? Nicidecum.“ Rom. 3, 31; 6, 15.

Păcătosul iertat și îndreptățit, nu poate să nu asculte de legea lui Dumnezeu.

Îndreptățirea prin credință duce la ținerea legii. Păcătosul pocăit își predă inima lui Dumnezeu și consimte să-L asculte. Aceasta îi aduce mai mult decît o simplă schimbare a credinței și chiar a obiceiurilor; ea îi crează un ansamblu de sacrificii și datorii.“ Voia lui Dumnezeu este sfințirea voastră“ 1 Tes. 4, 3. (Vezi 1 Petru 1, 15, 16).

Aceasta nu înseamnă că fiind îndreptățite și cu obligația de a păzi poruncile lui Dumnezeu, noi sîntem sub lege; nu sîntem sub lege ci cu legea. Păzirea ei nu este un mijloc de salvare, ci consecința salvării. Viața lui Hristos se manifestă în noi, sau, după expresia apostolului Pavel, Hristos trebuie să ia chip în noi. (Gal. 4, 19; 3, 27).

„Astfel dar, după cum ați primit pe Hristos Isus, Domnul, așa să și umblați în El“ Col. 2, 16. „Și prin chiar faptul că ați fost izbăviți de supt păcat, v-ați făcut robi ai neprihănirii“. Rom. 6, 18. „Și prin aceasta știm că îl cunoaștem, dacă păzim poruncile Lui. Cine zice că rămîne în El, trebuie să trăiască și el cum a trăit Isus. Căci dragostea de Dumnezeu stă în păzirea poruncilor Lui. Și poruncile Lui nu sînt grele“. 1 Ioan 2, 3, 6; 5, 3.

Nimeni nu poate avea parte de sfințire, adică de ascultare de poruncile divine fără o despărțire de păcat pe de o parte, și fără o consacrare față de Dumnezeu pe de altă parte



Cu alte cuvinte, sfințirea este lucrarea lui Dumnezeu. „Căci Dumnezeu este Acela care lucrează în voi, și vă dă, după plăcerea Lui, și voința și înfăptuirea“. Fil. 2, 13.

Credința în lucrarea de sfințire.

Credința joacă un rol de prim rang în lucrarea de sfințire a credinciosului.“ Sfințenia este arborele care are ca rădăcină credința.

Nu este vorba de o simplă adeziune intelectuală față de o teorie sau față de un principiu, ci de o încredere, o credință care se dezvoltă una în folosul alteia și fac împreună să izvorască ascultarea. Atît inima cît și conștiința trebuie să se unească la această lucrare. Această credință trebuie să fie un act de voință prin puterea Duhului Sfînt. "Frații mei, ce-i folosește cuiva să spună că are credință, dacă n-are fapte? Poate oare credința aceasta să-l mîntuiască?..."

...Credința fără fapte este zadarnică?" Iac. 2, 14, 20.

A avea credință în Isus Hristos, înseamnă a consimți ca El să trăiască în noi, ca viața Lui să devină viața noastră.

Îndreptățirea și sfințirea.

Există un raport direct între îndreptățire și sfințire atît timp cît pot fi deosebite una de alta.

Ca act inițial și absolut, îndreptățirea precedă viața creștină, care este sfințirea. Ea nu este nici parțială, nici progresivă; este totdeauna totală, în timp ce sfințirea, nu va fi deplină decît în desăvîșirea la care, după cum se știe, nu se ajunge aici.

Hristos este Mîntuitorul nostru; noi avem, spune Pavel, „totul deplin în El“ (Col. 2, 10); iată pentru ce „mulțumiri fie aduse lui Dumnezeu pentru darul Lui nespuse de mare“. (2 Cor. 9, 15).

Îndreptățiți prin credință, putem conta pe Dumnezeu pentru sfințirea noastră: „Dumnezeul păcii să vă sfințească El însuși pe deplin; și: duhul vostru, sufletul vostru și trupul vostru, să fie păzite întregi, fără prihană la venirea Domnului nostru Isus Hristos. Cel ce v-a chemat este credincios, și va face lucrul acesta.“ 1 Tes. 5, 23. 24.

D. P.



Știați că...

...un soi de furnici care trăiesc în regiunile tropicale produc miere ca și albinele? Neavînd însă faguri, ele depozitează această miere în corpul unor semene ale lor, pe care le imobilizează în anumite locuri subterane. Corpul acestora se umflă de miere ca niște bășici și cînd sursele nutritive ale naturii încetează, furnicile vin pe

rînd și sug mierea din depozitele lor vii, care se transformă astfel într-un fel de doici.

...libelula este insecta cea mai rapidă din lume? Ea zboară cu o viteză pînă la 90 km pe oră.

...bondarul poate să care de 300 ori mai mult decît propria sa greutate? Dacă ar face a-

celași lucru un om, ar trebui să ridice în jurul a 22 de tone.

...dacă ar trăi toți descendenții unei singure muște, în cinci luni ei ar număra 7.600.000 de indivizi?

...pigmeii sînt cei mai mici oameni din lume ca statură? Înălțimea bărbaților maturi variază între 1,20 și 1,50 m. Ei trăiesc în special în pădurile Ituri din Africa și mai puțin în alte părți.

Un teritoriu cam cît al Cehoslovaciei e populat în Ituri cu 20.000—25.000 de pigmei?



VIRTUTEA BUNEI CUVIINȚE

de
I. DANETIU

„Pomul se cunoaște după rod, iar omul după fapte și vorbe“.

Între virtuți, respectul și bună-cuviința apar ca nedespărțite. Nu se poate vorbi de bună-cuviință fără a exista contopită în ea și virtutea respectului, precum nu se poate afirma că cineva e respectuos dacă sufletul său nu e plin și de virtutea bunei-cuviințe. Aceste două virtuți sînt ca o oglindă ce reflectă fondul sufletesc al adevăratului creștin și fără de care el nu este decît un vas gol, un burduf uscat fără apă, un nor fără p'oaie, un pom fără roade și o lampă fără lumină.

Care sînt însă caracteristicile acestor două virtuți, pe care negreșit trebuie să le desfășoare în rosturile sale zilnice, în viața sa și credinciosul ?

A. Buna-cuviință : arată cuvintele sau manifestările vieții civilizate.

În romînește înțelesul cuvîntului ne arată :

— Felul în care se cuvine a ne comporta în societate, în familie, între conlocuitori.

— Purtare conformă cu cerințele unei bune societăți.

— Așteptarea bunei societăți ca să fim față de ea potrivit în comportare, cum se cuvine.

Buna-cuviință :

— Purtare cuviincioasă față de cineva. Politețe.

Cuviință. — Regulă de bună conduită, atitudine sau purtare cuviincioasă, politețe, decență. Purtare după cuviință după cum se cuvine, așa cum trebuie.

B. Respect : Stimă, cinste, venerațiune pentru cineva sau ceva, care se impune prin situația sa, prin caracterul său, prin calitățile sale.

A respecta : A simți și a manifesta respect față de cineva, al cinști, a-l stima.

A acorda atenția cuvenită ; a nu neglija. A-și păstra demnitatea, a nu face nimic care ar fi sub demnitatea sa.

Respectuos : plin de respect, pătruns de sentimentul respectului.

Iată pe scurt, trăsăturile principale ale acestor două atitudini de valoroase virtuți, care trebuie să formeze fondul nostru sufletesc, ca urmași ai lui Hristos, care, ca om și ca Dumnezeu, a știut să respecte pe fiecare și să se poarte față de fiecare ca un OM-Dumnezeu, plin de desăvîrșire, iar cînd se găsea la sfîrșitul activității Sale El a zis alor Săi : „Dacă Eu, Domnul și Invățătorul vostru v-am făcut aceste lucruri, datori, sînteți să faceți și voi la fel, căci pildă v-am dat“.

Cu ocazia omologării Legii (prezentării în forma ei scrisă) de la Sinai, stabilind Codul re-

lațiilor între ei, și între ei și Dumnezeu care le dădea Legea, Isus, care proclama preceptele dumnezeiești a zis: „Cinstește pe tatăl tău și pe mama ta ca să-ți fie fie bine“... În aceste cuvinte erau așezate principiile celor două virtuți: respectul și buna cuviință.

Proverbe chinezești

— Chiar și cele mai bune ace au un singur vîrf ascuțit.

Ele ne indică respectul și buna cuviință pe care trebuie să le dovedim față de părinții noștri firești, de părinții noștri spirituali, de amicii noștri, de dascălii noștri, față de bătrîn și față de tînăr, față de familie, de individ și de colectivitate, și pe baza acestor principii s-a așezat morala și cinstea omenirii. Ca urmași ai Domnului Hristos, trebuie să trăim aceste principii în viață.

Proverbe rusești

— Intr-o ciorbă bună, e nevoie de cartofi; în muncă trebuie suflet.

— Lenea e prost sfătuitoare.

Pe cînd învăța pe credincioși, apostolul Pavel văzînd primejdia influențelor inconjuroare, sfătua biserica și pe credincioși ca să se poarte în chip vrednic de chemarea pe care au primit-o. Să se poarte în chip vrednic de Domnul lor, aducînd roade în tot felul de fapte bune, și în sfîrșit să se poarte în chip vrednic de Dumnezeu, ca urmași ai Săi, care

i-a chemat la împărăția și slava Sa.

Din toate aceste scurte extrase ale învățăturilor Scripturii, reiese standardul înalt de comportare, de respect și bună cuviință de care se așteaptă să dea dovadă urmașii lui Hristos.

E adevărat că frumusețea acestor virtuți cerești a fost umbrită pe cale și de mulți care poartă numele lui Isus și

Proverbe mongole

— Orice pîrîiaș caută drum spre mare. Orice om își caută fericirea. Iar fericirea nu e pasăre; nu vine singură.

e tot atît de adevărat că învățătura dumnezeiască ne încunoștințează că acest lucru se va întîmpla, cînd zice că: „mulți vor ajunge iubitori de sine (egoiști), lăudăroși, trufași, hulitori, neascultători de părinți, (în loc să le dea cinstea cuvenită), clevetitori, neînfrînați, neîmblînziți, obraznici (fără respect și bună-cuviință), avînd totuși doar o formă de evlavie“, dar aceasta nu însemnează că virtuților le-a dispărut frumusețea lor, că ele ar fi ajuns fără putere sau nefolositoare. Se întîmplă prea adesea că norii cu ploaie acopăr soarele strălucitor, dar aceasta nu însemnează că l-au desființat, el rămîne tot soare.

Tot așa se întîmplă și cu virtuțile.

Valoarea bunei-cuviințe și a respectului este prea puțin apreciată, și din greșeală sau neglijență, mulți care sînt demni

de respect din pricina sincerității și a cinstei lor, au din nefericire o mare lipsă de bună-cuviință și respect. Această lipsă le strică toată fericirea și îi împiedică de a fi de folos altora. Multe din cele mai plăcute și mai folositoare expe-

Proverbe arabe

— Dimineții nu-i trebuie lampă.

— Învățătura din copilărie este gravură în piatră.

riențe din viață, adesea prin simpla lipsă de cugetare, sînt sacrificate din pricina lipsei de bună-cuviință și respect.

Ar trebui să nu uităm că adevărata bună cuviință nu este învățată prin simpla practică a regulilor etichetei. Regulile purtării trebuie observate neconținut, ori de cîte ori nu este

Proverbe afgane

— Dacă n-ai ajuns la apă, nu-ți scoate sandalele.

— Să nu-ți fie rușine să întrebi.

compromis principiul, iar considerația pe care o avem față de alții ne va duce la o comportare demnă. Buna-cuviință însă, dezvoltă respectul de sine, respectul față de demnitatea omului ca om, considerația față de fiecare ins al marei frății omenești.

Să nu uităm că există primejdia de a da prea mare importanță manierelor și formei

și să se consacre prea puțin timp educației de respect și bună-cuviință.

Mulți sînt care dau mare importanță etichetei, dar arată foarte puțin respect față de orice, fie el oricît de valoros. Aceasta este o educație greșită, îngîmfată și plină de exclusivism strîmt. Miezul adevăratului respect și a adevăratei bune-cuviințe, este considerația față de alții, față de semenii, a omului ca om.

Adevărata bună cuviință și adevăratul respect face pe matur să fie respectuos față de semenii, față de conlucrători, iar pe tînăr respectuos, amabil și îndatoritor față de părinți, gata să-i ajute în nevoile lor. Ii face și pe unii și pe alții amabili, plăcuți, generoși și gata a veni în ajutor față de cel în nevoie, bătrîn sau nenorocit, și politicoși față de colectivitate, atenți față de bunurile obștești.

Educația noastră trebuie să fie multilaterală. Ea trebuie să ne dea pregătirea puterilor noastre corporale, spirituale și morale, în vederea îndeplinirii cu cinste și respect, cu dragoste și bună-cuviință a oricărei datorii din viață.

Dumnezeu ne dă talente diferite, puterea și mintea, dar noi ne formăm caracterul și anume prin lupta contra înclinațiilor rele, moștenite sau însușite pe drumul vieții noastre. Trebuie să ne observăm și să ne cercetăm pe noi înșine de aproape și să nu ne îngăduim nici o trăsătură de caracter neîndreptată.

Nimeni să nu zică: eu nu pot să-mi îndrept lipsurile de caracter. Dacă te lași condus de o așa părere, atunci cu siguranță ai să dai greș.

În calea progresului tău nu te lăsa oprit de defecte.

Caracterul format după chipul și modelul perfecțiunii este o mare și neprețuită comoară.

Pentru aceasta însă, disciplina trebuie practică de ori-



cine dorește să progreseze în formarea caracterului său.

Să nu uităm că un caracter nobil și hotărît este o putere. Mărturia tăcută a unor vieți nobile și respectuoase, neegoste și amabile, este o influență de neînvinș.

A ști să fii plăcut, respectuos și cu o purtare cuviincioasă în relațiile sociale, este un mare talent, care ar trebui folosit

spre binele tuturor celor ce intră în sfera influenței noastre.

Obiceiul de a fi nerespectuos, fără cuviință, neglijenți, trebuie biruit în mod hotărît. Mulți cred că lipsa de educație, de cunoștință, sau oboseala, ar fi o scuză suficientă pentru greșelile și comportarea cea mai grosolană. Dar ei nu simt tot așa de bine ca și alții efectul unor astfel de greșeli? Ei nu au ca și alții facultăți mintale de a cugeta? A te comporta față de semenii în felul acesta este un păcat.

De aceea, în orice loc ne vom găsi, se așteaptă de la noi, ca urmași ai Domnului Hristos, să luăm asupra-ne grija și datoria de a da pe față o comportare plină de respect, de bună-cuviință și de împlinirea datoriilor noastre, în modul cel mai conștiincios și credincios.

Să ne străduim să dovedim respect în relațiile noastre; să dovedim o atitudine de prieten, tovarăș și frate; să dovedim cinste și sinceritate, puritate morală, simplitate și modestie în viața personală și socială, respect reciproc în familie, grijă pentru educația copiilor, intranșigență față de nedreptate, față de trîndăvie și de necinste.

Un dicton zice: Modestia și bunăcuviința înfrumusețează pe omul mare, iar politețea, adică omenia, buna cuviință, în spiritul ei înalt călăuzitor, pot face mult mai mult decît orice. Ca elemente alcătuitoare ale omeniei, spre a aduce la o nivelare socială, la înălțarea omului, lucrare în care nici averea,

nici numele cu care te naști, nu mai precumpănesc, ci doar motivul personal dovedit prin muncă, această nobleță adevărată care e la îndemîna oricărui cult și rit totodată, buna cuviință este deci respectarea omului în sine însuși și în alții.

Andre Gide zicea: I-a trebuit multă vreme omului ca să făurească omul.

Armă și totodată armură spirituală, ea tinde să transforme lupta vieții sociale într-o pace armonioasă, ca un joc ale cărui reguli liber consimțite sînt respectate cu sfințenie de toți pentru binele tuturor și al fiecăruia.

Cînd va ajunge ca să împace pe om cu sine și cu semenii săi, abia atunci buna-cuviință și respectul își va îndeplini lucrarea.

După cum bună-cuviința și respectul trebuie dovedite față de semenii, tot așa ele trebuie dovedite și față de lucruri, căci, bună-cuviința față de lucruri este în fond tot un respect al omului față de sine însuși, ridicat pe cea mai înaltă treaptă. Dar, orice neglijență, orice act de barbarie față de lucruri, este un act de brutalitate. Dacă un om poate să-ți răspundă la o insultă și să se apere cînd îl ataci, lucrurile nu au nici o putere, nici cugtare și nici grai ca să-ți răs-

pundă, nici mîini ca să se apere, nici puțința să se plîngă altora de... vitejia ta. Lucrurile stau mute și supuse, la discreția ta, la dispoziția ta, sub ocrotirea ta, de ce dar să abuzezi de puterea ta suverană de om, făcînd din ea o tiranie și dînd dovadă de lipsă de bună-cuviință? Respectîndu-le facem primul pas de creștere a caracterului.

Dacă nu respectăm pe altul, dacă nu respectăm lucrurile, nu vom fi respectați, și dacă alții nu ne poartă respectul ce ni se cuvine este pentru că noi nu ni-l purtăm.

Bine zicea un gînditor că: Disciplina și controlul de sine însuși sînt începutul înțelepciunii practice, iar aceste virtuți trebuie să-și aibă rădăcinile lor în începutul respectului de sine. Fără respect, omul cade în grosolănia barbariei, nu prețuiește umanitatea care este în el.

Un alt gînditor zicea că: În căminul familiei, tinerii să respecte pe părinții lor, în afară de cămin pe toată lumea, în singurătate pe ei înșiși.

O educație temeinică cere ca: Respectul față de cei mai în vîrstă, față de părinți, grija iubitoare pentru oamenii vechii generații (bătrîni) este îndatorirea fiecărui tînăr. Astfel un tînăr nu-și permite să șadă în

tren sau în tramvai, dacă în jurul lui stau în picioare oameni mai în vîrstă.

A te lepăda de obiceiuri care dăunează societății, a învăța să te porți bine în colectivitate, în familie, între cunoscuți, toate acestea sînt datoria omului educat.

Da, respectul de sine însuși, este cel mai frumos vestmînt cu care se poate îmbrăca cineva, sentimentul cel mai înalt din care omul să se poată inspira. Susținut de acest nobil sentiment, tînărul și tînăra nu vor îngădui gîndurilor josnice să le întineze duhul. Sentimentul acesta înalt va da naștere la toate virtuțile: curăție, cumpătate, castitate, moralitate, credință adevărată.

Cu toate că dintre cele mai puternice ispite ale vieții, aceea de a fi nerespectuos este foarte activă, dacă totuși, este o privilegiu cu adevărat frumoasă—este aceea a omului drept credincios — care împotrivindu-se ispitelor ticăloase, își urmează cu stăruință calea, fără să se lase mînjit de vreo faptă urîtă. Da, trebuie să constatăm marile adevăr că: dintre toate sentimentele cel mai necesar de a fi răspîndit este respectul de sine însuși, a omului de către om, căci aceasta va rămîne regula de bază în adevărata societate.

100 DE MILIARDE



În perioada celui de-al doilea război mondial (1939—1945), cheltuielile militare directe ale statelor participante au fost evaluate la 1.117 miliarde de dolari. La 15 ani de la terminarea ultimei catastrofe mondiale se „investesc” anual în arsenalul distrugerii din țările capitaliste 100 de miliarde de dolari. Datele publicate în anuarele statistice oficiale, ca și documentele O.N.U., acuză pe organizatorii cursei înarmărilor. În 1958, numai cinci țări capitaliste (.S.U.A., Anglia, Franța, R. F. Germană și Canada) au cheltuit pentru înarmare circa 55 de miliarde de dolari.

În ciuda repetatelor propuneri de dezarmare făcute de U.R.S.S. și de alte țări ale lagărului socialist, imperialiștii cheltuiesc pentru mașina militară sume uriașe.

Se pune întrebarea: cit reprezintă 100 de miliarde de dolari exprimate în utilaje, bunuri de consum, cit pot contribui ele la dezvoltarea omenirii?

Ținând seama de prețurile existente în 1958—1959 pe piața mondială, cu 100 de miliarde de dolari se pot achiziționa utilaje pentru:

— 300 de termocentrale de cite 120.000 kW fiecare, ceea ce ar echivala cu întreaga putere energetică instalată în lume;

— 300 de rafinării de țiței cu o capacitate de cite 3.200.000 de tone anual, echivalind cu capacitatea de prelucrare a întregii extracții de țiței din lume;

— 1.000 de fabrici de îngrășăminte minerale cu o producție de 70.000 de tone anual fiecare, echivalind aproximativ cu întreaga producție a U.R.S.S., S.U.A., Angliei, R. F. Germane, Franței și Japoniei;

— 200 de fabrici de cauciuc sintetic de cite 25.000 de tone anual fiecare, ceea ce ar însemna aproximativ de 4 ori producția anuală a S.U.A., Canadei, R. F. Germane;

— 1.600 de fabrici de zahăr avind fiecare o capacitate de prelucrare de 2.000 de tone de sfeclă de zahăr pe zi, echivalind, la un regim de lucru de 100 de zile anual, cu capacitatea necesară producerii cantității de zahăr fabricate în 1958 în întreaga lume.

— Dacă cele 100 de miliarde de dolari ar fi investite în cereale, carne, zahăr, grăsimi animale și vegetale (alimente care împreună reprezintă după normele internaționale de alimentație circa 60% din consumul caloric necesar organismului uman), consumul actual la aceste produse, pe cap de locuitor, pentru întreaga populație a lumii, ar crește în proporție de 257%. Cu 100 de miliarde de dolari s-ar putea asigura hrana actualei populații a globului pe 1 an și 8 luni (574 de zile) sau a populației țărilor slab dezvoltate pe 4 ani (1.377 de zile).



APOSTOLUL

IACOB

Acest apostol, care a mai fost numit și cel Mare, pentru ca să se deosebească de un altul cu același nume, era fiul lui Zebedei, de profesie pescar, pe care o practica cu iscusință și care tocmai pescuia când Mântuitorul lumii, trecând pe lângă Marea Galileii, l-a văzut pe el cu fratele său în barcă, și i-a invitat pe amândoi să fie ucenicii Lui. Chemarea nu a fost făcută în zadar; ei au răspuns invitației cu bucurie și de îndată au lăsat totul și l-au urmat. Ei s-au predat și au fost gata să îndeplinească orice slujbă pe care le-ar încredința-o Domnul.

Curînd după aceasta el a fost chemat, din poziția de simplu ucenic la slujba apostolică și chiar onorat cu favoruri deosebite mai mult ca toți ceilalți

apostoli, fiind unul din cei trei pe care Domnul i-a ales ca însoțitori ai Lui în cele mai intime împrejurări din viața Sa, în afară de timpul de odihnă. Astfel, împreună cu Petru și cu Ioan, fratele lui, el a însoțit pe Invățătorul lui cînd a înviat din morți pe fiica lui Iair. El a fost admis ca să ia parte la marea schimbare la față a Domnului Hristos de pe Munte; și cînd Domnul Isus urma să îndure chinurile amare în grădină, ca suferințe pregătitoare ale patimilor Lui, Iacob a fost unul din cei trei ce a fost luat spre a fi de față cu ei. Acesta nu a fost singurul caz cînd Domnul a oferit apostolilor o onoare deosebită sau ca atunci cînd i-a chemat la apostolat, ci El le-a dat un titlu și un nume nou: pe Simon l-a numit Pe-

tru, sau o stîncă, pe Iacob și Ioan, care erau frați, Boanerges, sau fii ai tunetului.

Unii cred că acest nume le-a fost dat ținîndu-se seama de mîndria și curajul lor în lucrarea ce le-a fost încredințată. Alții, cred că aceasta e în legătură cu învățăturile pe care le dădea, predicînd tainele cele mari și propovăduind Evanghelia într-un stil măreț și profund.

Dar oricum s-ar fi făcut acest lucru, binecuvîntatul nostru Mîntuitor, fără îndoială că prin acest termen a făcut aluzie la caracterul ferm și furios înnăscut al acestor doi frați, care, se pare că aveau un temperament mai iute decît ceilalți apostoli, de la care avem această memorabilă dovadă. Atunci cînd Domnul S-a hotărît în călătoria Sa să meargă la

Ierusalim, El a trimis înaintea Sa pe unii din apostolii Săi pentru a face pregătirile necesare în vederea venirii Lui. Însă la intrarea lor într-un sat din Samaria, au fost respinși cu înverșunare din pricina vechiului resentiment de ură ce exista între Samariteni și Iudei și din cauză că, Mîntuitorul, prin suirea Sa la Ierusalim, părea că disprețuiește locul lor de închinare de pe Muntele Garizim. Această atitudine de bruschete și neomenie a fost atât de mult simțită de apostolul Iacob și fratele său, încît ei au venit la Isus cu dorința de a ști dacă El nu va imita pe Ilie; cerînd să se coboare foc din cer pentru a nimici pe acești oameni grosolani și neospitalieri. Astfel noi constatăm că cei mai buni dintre oameni sînt tot oameni. Dar Domnul Isus i-a convins de greșeala lor, spunîndu-le că El nu a venit ca să nimicească ci a venit ca să salveze viața fiilor oamenilor.

Sofronius ne spune că după înălțarea Domnului Isus, acest

ucenic a predicat Iudeilor care erau împrăștiți, adică acelor convertiți care s-au împrăștiat după omorîrea lui Ștefan. Scriitorii spanioli afirmă că după ce a predicat Evanghelia în mai multe părți din Samaria și Iudeia, el a vizitat Spania, unde a răspîndit creștinismul și a numit pe niște distinși ucenici care să ducă la bun sfîrșit ceea ce începuse el; dar dacă avem în vedere scurtimea vieții lui Iacob și faptul că ucenicii au rămas laolaltă în Ierusalim, chiar după împrăștierea celorlalți credincioși, ne va fi greu să admitem că a avut timp suficient, pentru o călătorie atât de grea și de obositoare cum se făcea în acele timpuri; și de aceea este mai prudent să limităm lucrarea lui evanghelistică în Iudeia și în țările învecinate.

Irod, care era un adept al religiei Iudaice, și care dorea mult să obțină simpatia Iudeilor, a început o persecuție violentă împotriva creștinilor, și zelul lui împotriva lor l-a ani-

mat să dea imediat sentința de condamnare la moarte a lui Iacob.

Pe cînd era dus la locul de execuție, ne spun rapoartele diferiților scriitori profani, ofițerul care-l păzea la tribunal, sau mai degrabă acuzatorul lui, fiind convertit prin curajul remarcabil și statornicia arătată de apostol în timpul judecării lui, i-a părut rău de ceea ce făcuse, a venit și a căzut jos la picioarele apostolului și din toată inima și-a cerut iertare de ceea ce zisese împotriva lui. Ucenicul Domnului după ce și-a revenit din nedumerirea ce-l cuprinsese, l-a îmbrățișat cu căldură. „Pacea“, zise el, „fiul meu, pacea să fie cu tine, și să nu ți se țină în seamă păcatele“. După aceea, sutașul în mod public s-a declarat a fi creștin și amîndoi au fost decapitați în același timp. Și astfel a căzut marele apostol Iacob, fiind primul dintre apostoli care a băut cupa aceasta.

A. R. P.

Știați că...

...de pe vîrful Elbrus din Caucaz se pot vedea atît Marea Neagră cît și Marea Caspică?

...în Madagascar trăiește pasărea epironis, căreia îi apar-

țin cele mai mari ouă din lume? Acestea au înălțimea de 32 cm și diametrul de 22 cm, iar volumul lor ajunge la 8 litri, ceea ce ar corespunde volumului a

8 ouă de struț și 140 de ouă de găină?

...micuțul cocoșel de rasă decorativă japoneză — Fenise — are cea mai lungă coadă — 3 m?

Originea unor expresii!

— O expresie folosită des în basmele noastre e și aceea de „a dat sfoară-n țară“. Sensul e de a da de știre, de veste.

Expresia este întrebuițată în mod cu totul greșit atunci când se spune : a dat sfoară-n țară. Corect e să se spună : a dat sfară-n tară, și nu sfoară.

„Sfară e fumul urît mirositor răspîndit de grăsimea sau de carnea arsă, de luminări de seu sau de ceară. Aceasta se întîmplă mai cu seamă atunci când carnea arsă, grăsimea sau lumina sfîrșie. Fumul acesta este înecăcios. Ridicîndu-se, el se răspîndește repede în aer.

De la această răspîndire, sfara a căpătat sensul de veste, știre, zvon, care se răspîndește întoc-

mai sfarei de la grăsimea arsă. Și aceasta cu atît mai mult, cu cît de cele mai multe ori vestea în țară se dădea prin aprinderea de focuri din loc în loc, care făceau mare sfară, adică fum rău mirositor.

— De multe ori spunem : „O să-ți nlătească datoria la calendele grecești“. Asta e sinonim cu „la sfîntul așteaptă!“ sau „la paștele cailor!“ Dar care e istoricul acestei expresii? Mai întii de toate ce erau „calendele“?

Erau „zi-ntii“ ale fiecărei luni la romani. Luna la romani era împărțită în trei : calendele, nonele și idele. „Calendele“ vine de la cuvîntul grecesc „Kaleo“,

care înseamnă „chem“. La fiecare zi-ntii a lunii, pontifii obișnuiau să cheme poporul în fața templelor, ca să-i aducă la cunoștință diferite date în legătură cu „împărțirea timpului“, deci cu calendarul. De aici, denumirea.

Curios e faptul că, deși cuvîntul e de origine greacă, grecii nu aveau în luna lor calendele. Aceasta a dat naștere expresiei romane : „Ad calendas grecas solvere“, în romînește „a plăti la calendele grecești“, adică „niciodată“, întrucît calendele grecești nu existau ! Interesant este însă că expresia veche de peste două mii de ani s-a păstrat pînă-n zilele noastre !

DIN PILDELE LUI SOLOMON !

*Ca norii și vîntul fără ploaie,
așa este un om care se laudă pe
nedrept cu dărniciile lui.*

*Vîntul de miazănoapte aduce ploia,
și limba clevețitoare aduce o față mîhnită.*

*Dacă dai peste miere, nu mînca
decît atît cît îți ajunge,
ca să nu ți se scîrbească și s-o verși
din gură.*

*Mai bine să locuiești într-un
colț pe acoperiș,
decît să locuiești într-o casă mare
cu o nevastă gîlcevitoare.*

*Calcă rar în casa aproapelui tău,
ca să nu se sature de tine și să te urască.*

*Omul care nu este stăpîn pe sine,
este ca o cetate surpată și fără ziduri.*

*Ca apa proaspătă pentru un om obosit,
așa este o veste bună venită dintr-o
țară depărtată.*



REGRETUL FAȚĂ DE PĂCAT

Vorbind despre regretul față de păcat, apostolul Pavel îl identifică cu părerea de rău, întristarea, care este după voia lui Dumnezeu, produsă de regretarea credinciosului care păcătuiind își dă seama de greșeala lui, și această stare îl duce la pocăință spre mântuire. 2 Cor. 7, 10.

Isus identifică pe acești credincioși în cuvântarea Sa de pe munte cu cei care-și deplîng păcatul; zicînd: „Fericiți cei ce plîng (în acest fel, pentru aceste considerente) căci ei vor fi mîngîiați“. Cei ce-și regretă cu sinceritate greșelile pe care și le recunosc fac un mare pas spre o temeinică îndreptare.

A ști că ești iertat cînd te apasă o vină este un lucru mare, dar a ști că ești iertat de vina păcatului care dacă n-ar fi iertat ar rămîne, este o mare biruință și fericire. Pentru acesta însă trebuia să intervină două lucruri de seamă:

a. Recunoașterea vinei, greșelii, a păcatului.

b. Regretul sincer, deplîngerea și mărturisirea.

Intreaga această lucrare este apoi legată de părăsirea stării de păcat, de îndepărtarea de

păcat, pentru a putea fi pe deplin iertat.

Cei ce-și regretă greșeala, încep să dea pe față un suflet nobil.

Această stare de lucruri, de parte de a diminua bărbăția cu care trebuie să facem față împrejurărilor vieții, ci ea începe să ridice pe credincios la starea unei vieți noi, fără de păcat, făcînd pași hotărîți spre progres, spre desăvîrșire, spre adevărata bărbăție, care ne va da hotărîrea și puterea de a sta împotriva păcatului și a ne putea în mod neegoist dărui pentru binele altora.

Sensul dat de eruditul Teoclit Farmachides acestui fel de respect, sau de plîns, în special provocat de regretul păcatului, este nu numai cel justificat, dar e și cel mai recomandat. El dă ca exemplu de acest gen, plînsul de căință al sfintului Petru, care după ce s-a lepădat de Hristos, „a plîns cu amar“. Un astfel de plîns implică și regretul păcatului făcut și deci hotărîrea de a nu-l mai repeta.

Regretul sau plîngerea despre care e vorba aici, deci, este sincera întristare a păcătosului din cauza păcatului.

Un astfel de regret sincer, un astfel de plîns va fi mîngîiat. După ce prin Duhul Sfînt ne-am recunoscut păcatul, în sinceră pocăință putem să venim la picioarele crucii și acolo să depunem poverile inimii noastre, și dacă vom veni în acest fel, vom fi mîngîiați, vom primi liniștea și pacea atît de necesară inimii.

Cuvintele Sfintelor Scripturi ne spun că Dumnezeu nu dorește ca noi să rămînem apăsați sub povara durerii produsă de păcat, cu inima obosită, apăsată, rănită, ci să ne îndreptăm, să ne îndepărtăm de păcat pentru a fi vindecați.

Intr-un astfel de regret, într-o astfel de hotărîre, într-un astfel de plîns, nu este amestecat nici un fel de gînd egoist.

În toate timpurile păcatul odată săvîrșit n-a adus decît neliniște, suferință și neînțelegeri. Egoismul feroce care a dus la nedreptăți și asupriri își are rădăcina în el, îndepărtarea de la el însă cu sinceritate ne redă pacea în inimă și armonia între oameni.

E drept că nu e ușor să-ți recunoști păcatul, vina, greșeala odată săvîrșită. Ba de multe ori ești împins mai degrabă a mai săvîrși alt păcat,

pentru a-l acoperi pe primul, dar aceasta nu e decît povirnişul pe care ne împinge Satana. Recunoaşterea păcatului, a greşelilor însă, cînd e făcută nu de circumstanţă, din ipocrizie, ci cu hotărîrea de a-l părăsi, de a pleca pe calea îndreptării şi a îndepărtării de la păcat, nu numai că nu este o slăbiciune, ci ea este o forţă. O astfel de mărturisire este foarte aproape de nevinovăţie. Mahomed zicea că: „cel care se căieşte în felul acesta, e întocmai ca cel care n-a păcătuit“. Acesta a cîştigat o mare biruinţă sufletească. J. J. Rousseau zicea: „Roşeşte cînd faci o greşeală, iar nu cînd o îndrepti“, cînd îţi ceri iertare, cînd îţi-o mărturiseşti, căci de prima dată ai fost un biruit, iar pe urmă doar un biruitor, dar greşeala devine îndoit de mare cînd nu te ruşinezi de ea“.

Isocrate zicea: „Niciodată să nu crezi că poţi tăinuî o faptă ruşinoasă, chiar dacă o vei putea ascunde de alţii, ea nu se va şterge din cugetul tău. Iată de ce zicea David: „Cîtă vreme am tăcut şi mi-am ascuns fărădelegea mi se topeau oasele înăuntrul meu,... atunci Ţi-am mărturisit păcatul meu, şi nu mi-am ascuns fărădelegea şi Tu ai iertat vina mea“.

Aristotel zicea: „Nu stă departe de nevinovăţie, cel ce şi-a mărturisit cu sinceritate păcatul, greşeala. Şi lucrul este cu adevărat aşa. E drept să-ţi pleci capul cînd ai făcut o greşeală, dar nu e bine să rămii

acolo“. De la această stare trebuie să ne smulgem, căci nu e de ajuns să tot încerci a te scuza, a tot cere iertare şi a tot greşi şi păcătui, fără a face totul pentru a te ridica la o clară viziune. Să nu uităm că urmaşii lui Hristos trebuie să fie nişte epistole vii, cunoscute şi citite de toţi oamenii.

Cel ce ajunge a se birui pe sine şi a avea puterea să-şi recunoască sincer vina şi să-şi facă o sinceră şi cinstită cercetare este mai puternic decît acela care supune o cetate, zice Schiller.

Da, păcatul trebuie biruit, el este răul sufletului şi sufletul răului din noi.

Un gînditor zice că păcatul e primit rîzînd, dar pleacă numai plîngînd, şi acest lucru se potriveşte cu învăţătura lui Isus de mai sus. Fiecare păcat ne suride la început, se pare că ne luminează faţa şi... pare că poartă miere pe buze, dar, dacă în anii maturi, acela care a păcătuit nu-şi schimbă calea, el va ajunge la bătrîneţe cu neli-nişte în inima sa, căci nu se

poate aduce nici un fel de dezvinovăţire pentru păcat.

Se spune despre romani că ei socoteau că păcate vrednice de moarte următoarele vicii: desfrîu, invidia, îngînfarea, mîndria, avariţia, lăcomia stomacului şi lenea. Şi toate aceste păcate, din cauză că nu au fost părăsite şi regretate au adus ruina nu numai a multor inimi ci a unor naţiuni întregi, a unor imperii ce se credeau veşnice în puterea lor.

Dacă am cugeta profund la acest lucru, am înţelege că păcatul aduce numai ruşine şi pagubă, dar dacă este regretat şi părăsit, sufletul pocăit se va înălţa şi va ajunge să se împărtăşească de caracterul şi de iubirea dovedită nouă de Omul Isus, Fiul lui Dumnezeu.

Pentru a putea scăpa de puterea lui, păcatul trebuie recunoscut, regretat şi cu hotărîre îndepărtat din viaţă.

Odată regretate sincer şi cerut pentru ele iertare, ele nu mai trebuie amintite mereu, dar nici făptuite din nou. Să avem convingerea că sîntem iertaţi,



să neferim de repetarea lor, și, ca niște copii ascultători să nu ne mai lăsăm tîriți în poftele pe care le aveam altădată, ci după cum Cel ce ne-a chemat este sfînt, să fim și noi sfinți în toată purtarea noastră.

Adevăratul credincios care are pe inimă dorul mîntuirii, va vedea păcatul întotdeauna în adevăratul său caracter. Cazul lui Acan și al altora ne stă ca învățătură. Un păcat neregretat la timp și tolerat în ascuns în inimă va duce cu siguranță la naufragiu ca și pe Acan. La fiii lui Eli, Dumnezeu a condamnat neglijența în tratarea păcatului. Păcatul cu cît rămîne nemărturisit împietrește inima și o face tot mai insensibilă față de alte păcate. Dar făgăduințele Domnului Hristos sînt mai sigure pentru păcătosul cu păcatul regretat, mărturisit și părăsit. Muștrînd pe farisei, Domnul le zicea: „Vameși și păcătoși, vor merge înaintea voastră în împărăția lui Dumnezeu“.

Se așteaptă din partea păcătosului hotărîrea de a părăsi păcatul. Pentru el este făgăduit ajutor prețios de către Hristos care este izvorul puterii împotriva a tot ce este păcătos.

Este adevărat că uneori, unii încep să se rușineze de căile lor păcătoase și să se lase de unele din obiceiurile lor rele, dar acest lucru nu l-au făcut singuri. O putere necunoscută lucrează asupra sufletului lor, de pe urma căreia conștiința se deșteaptă, iar purtarea se face mai bună.

Poate că ar zice că ei n-au păcat, dar ca și Nicodim altădată, poate și noi ne mărginim la ideea că viața noastră este dreaptă, iar caracterul nostru perfect moral, drept care noi n-am avea nevoie să umilim inimile noastre înaintea lui Dumnezeu la fel ca păcătoșii de rînd. Cînd însă, Hristos luminează cu lumina Sa lăuntru nostru, numai atunci vedem cît de necurați sîntem.

Lucrarea de părăsire și de regret a păcatului nu trebuie lăsată pe o lungă așteptare. În aceasta au greșit mii și mii de credincioși, spre propria lor pierzare veșnică, și să nu uităm că ceea ce noi nu vom birui, lucrul acela (păcatul acela) ne va birui pe noi.

Nepărăsirea păcatului, neregretîndu-l este singurul motiv pentru care atîta timp nu am dobîndit iertarea necesară.

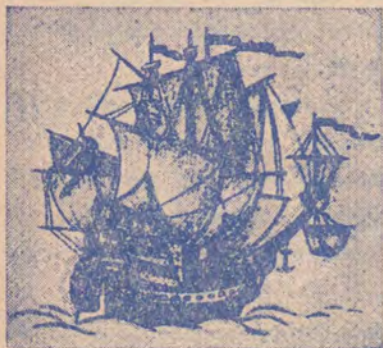
Mărturisirea păcatelor nu este primită de Domnul, dacă nu este însoțită de căință și de îndreptare. Viața noastră trebuie să fie în mod hotărît schimbată cu totul și orice lucru neplăcut lui Dumnezeu, păcătos, trebuie lepădat. Să nu lăsăm ca păcatul săucidă în noi simțul moral, căci atunci nu vom mai putea vedea defectele caracterului său păcătos, într-o astfel de stare rămînem orbi față de păcat și atunci, chiar mărturisirea păcatelor, nu mai este sinceră și serioasă.

I. V.



PITCAIRN

SIMBOL AL LUPTEI PENTRU LIBERTATE



VI — Familia Pitcairnului crește

Umbrele nopții se întindeau în liniște peste țărnul singuratic al Pitcairnului. Grupe mici de câte doi și trei localnici se îndreptau către locuința lui Thursday Oct. Christian. Toată după amiaza aceea ei au urmărit cele două vase care se pierdeau încet departe la orizont, și acum se adunau pentru a povesti Suzanei, soția lui Thursday, toate cele ce se întâmplase în ziua aceea. Soția sa, care era cu 16 ani mai mare decât el, cu câteva zile mai înainte dădu naștere lui Pally, cel de-al patrulea copil al lor.

Sir Thomas Staines fusese foarte bun cu ei toți, și chiar în momentul în care tinerii erau gata să plece de pe vas, el le dădu daruri și îmbrăcăminte de tot felul. Thursday avea pe toți prietenii săi cu el în timp ce venea spre casă și în seara aceea avu loc o nevinovată petrecere, când tinerii se plimbară îmbrăcați în uniforme

de ofițeri sau de marinari, în hazul tuturor celor de față. Binefacerile civilizației le-au deschis noi perspective minunate și zorii unei noi zile apăru deodată în fața lor și le-a adus o foarte mare bucurie. În acel timp erau 46 de persoane ce trăiau pe insulă, în marea majoritate tineri, deși erau și puțini copii. Căpitanul Staines însemna că: „tinerii erau foarte atletici și aveau niște forme sculpturale, înfățișarea și privirea lor era deschisă și plăcută, dând pe față multă bunăvoință și o inimă plină de bunățate. Tineretele femei erau înalte, robuste și bine formate, fețele lor radiau de zîmbete și de un umor nesticat, dar avînd un foarte mare grad de modestie și pudoare, care ar onora pe cele mai virtuose națiuni ale acestui pămînt. Dinții lor, asemenea fildeşului, erau regulați și foarte frumoși, fără nici o singură excepție.

Iată raportul Căpitanului Phipson care descrie viața așa cum se desfășura atunci în tînăra comunitate insulară. „Femeile purtau scufițe sau bonete pen-

tru cap, în modul cel mai cu gust, pentru a apăra fața de razele soarelui; și deși ele nu aveau decît instrucțiunile și sfaturile mamelor lor Tahitiene, croitoresele noastre ar fi încântate de simplitatea și totuși eleganta și cu gust îmbrăcăminte a acestor femei neînvățate.

„Modestia lor indigenă, ajutată și asistată de moralitatea cea mare insuflată minților lor tinere de către John Adams, au păstrat acești oameni curății și necorupți“.

„Toți muncesc, cît sînt tineri, la cultivarea pămîntului, și atunci cînd ajung să aibă o bucată suficientă de pămînt defrișată cum și posibilitatea de a întreține o familie, li se îngăduie să se căsătorească, dar totdeauna numai cu știrea lui Adams“.

„Cea mai mare armonie și bună înțelegere domnește în insulă; singura lor ceartă fiind, după propria lor mărturie, cearta gurii. Ei sînt sinceri în relațiile lor, care constau în a schimba reciproc lucruri de strictă necesitate“.

„Locuințele lor sînt extrem de curate. Micul sat al insulei Pitcairn, formează un pătrat foarte simpatic, casele de la capătul de sus sînt ocupate de patriarhul John Adams și familia sa. În partea opusă se află locuința lui Thursday Oct. Christian, iar în centru se află o pajiște liniștită și verde. Tot ceea ce s-a făcut, s-a desfășurat după un plan bine pus la punct cu totul deosebit de felul în care se întilnește în alte insule“.

„În casele lor, ei au o mulțime de mobilă rudimentară, constînd din paturi de lemn și învelitori curate; au de asemenea mese și cuferuri mari, care conțin lucrurile mai de valoare ale lor și îmbrăcămintea, care este confecționată din scoarța unui anumit copac, pregătită în mod special de către bătrînele tahitiene. Casa lui Adams constă din două camere și geamurile aveau un fel de obloane care erau lăsate seara“.

„În cultivarea pămîntului, ei produc nuci de cocos, banane, arbore de piine, Jam, un soi de cartofi dulci, și un fel de napi (cunoscuți astăzi ca fiind renumita plantă din Pacificul de Sud — numită TARO), ca fiind cele mai principale. Ei aveau de asemenea o mulțime de porci și capre; iar din apele din jurul coastelor insulei, adunau tot felul de pești buni de mîncat“.

Comunitatea insulei Pitcairn reintră acum în viața ei zilnică, și puțin se cunoaște despre întîmplările și viața ei în urmă-

torii nouă ani. În acest timp numai un singur vas apărui în fața insulei, și acest eveniment avu loc în anul 1819, cînd căpitanul Henderson de pe vasul „Hercule“ coborî și dădu oamenilor prețioase daruri. Erau unelte de tîmplărie, oale de fier care s-au dovedit a fi bune pentru fierberea apei de mare și procurarea în felul acesta a sării.

În octombrie 1823 o balenieră engleză „Cyprus“, sub comanda căpitanului Hall a vizitat insula Pitcairn, cu venirea căruia istoria insulei ia o altă turnură.

John Adams, și-a exprimat față de căpitanul Hall marea sa dorință de a avea pe cineva care să-l ajute în programul de educație a insulei, cerînd și întrebînd dacă este cineva pe vasul „Cyprus“ din echipajul său, care să fie binevoitor a rămîne pe insulă. Mai tîrziu, cînd pe vas căpitanul a chemat tot echipajul pe punte, căpitanul făcu cunoscut echipajului dorința lui Adams. John Buffett,

un tînr de 26 de ani s-a oferit voluntar și a fost aprobat de către Adams.

Acest nou eveniment a mișcat foarte mult pe camaradul și prietenul lui John, Evans, care s-a hotărît în secret să rămînă împreună cu prietenul său pe insulă. Nimeni nu-i cunoștea planul său, și de aceea nu l-au suspectat. Cînd s-a prezentat ocazia ca să viziteze insula împreună cu ceilalți membri ai echipajului, el dispăru și se ascunse în scorbura unui copac. Toate eforturile depuse pentru a găsi pe tînrul marinar, au fost zadarnice, și în cele din urmă, vasul fu nevoit a-și continua drumul fără el.

Amîndoi acești tineri, au fost imediat acceptați în viața comunității insulei, și după trecerea a cîtorva luni, amîndoi Buffett și Evans s-au îndrăgostit de două din tinerele Pitcairiene. Buffett nu a întîmpinat nici o opoziție și la timpul potrivit el se căsătorii cu Dorothy una din fiecele lui Eduard Joung.

Evans își luă inima în dinți și ceru lui John Adams mîna fetei sale Rachela, dar bătrînul, nu se învoia la aceasta. Evans deabia avea 19 ani, în timp ce fîca lui era cu mulți ani mai în etate decît acesta și Adams consideră că diferența de vîrstă era prea mare. Totuși în cele din urmă problema a fost lăsată în seama fetei, ca ea să decidă asupra acestei probleme. Rachela se întoarse către tatăl său cu sclipiri în ochi și răspunse cu îndrăzneală: „În-





cearcă totuși tătucule“. Astfel Adams consimți în cele din urmă, avînd însă unele presentimente cu privire la fericirea ei viitoare. Cînd cei doi au stat în fața lui pentru a se căsători, el le dete totuși binecuvîntarea lui părintească.

Adams avea conducerea spirituală a comunității, avînd pe Thursday ca ajutor al lui. Prima zi a săptămîinii era recunoscută ca fiind ziua în care se ținea serviciul divin. Mîncarea era pregătită cu o zi mai înainte. Imediat după sosirea lui Buffett, el fu numit cu răspunderea de a citi serviciul divin pe care Adams îl pregătea. Uneori acesta repeta anumite fraze de mai multe ori pentru a scoate în evidență însemnătatea lor și pentru a se imprima în memorie. Buffett luă de asemenea conducerea școlii și îi găsi pe copii nu numai binevoitori, ci și școlari silitori.

Toți tinerii din Pitcairn erau obligați a primi încuviîntarea lui Adams, mai înainte de a se

logodi și mai înainte de a se uni prin căsătorie. Totuși doi tineri, Arthur Quintal și Daniel McCoy, dădură pe față ceva din tendințele părinților lor, și într-o zi ei au înotat departe către o stîncă la o considerabilă distanță de țarm. Acolo ei au constatat că ei nu sînt sub controlul influenței lui Adams, astfel că fiecare a căzut de acord să-și ia de soție pe sora celuilalt fără permisiunea bătrînului Adams.

Cele două fete Katherine McCoy și Sarah Quintal, s-au căsătorit în cele din urmă cu băieții, dar nu mai înainte de a determina pe cei doi răzleți Arthur și Daniel să meargă la Adams și să primească de la el aprobarea și părinteasca binecuvîntare. Ei au dat acelei stînci un nume Tahitian „Tani Mia“, care înseamnă „Locul înțelegerii oamenilor“. Stîncă poartă pînă astăzi acest nume.

Venirea căpitanului Beechy pe torpilorul — Blossom — în decembrie 1825 a produs din nou turburare în insulă. La început, comunitatea ce număra acum 61 de persoane era extrem de tulburată de faptul că acesta a venit să ia pe Adams ca prizonier. Temerile lor au fost împrăstiate de căpitan, care le-a spus că Bligh a murit. Atunci Adams a fost invitat pe puntea vasului ca să mai vadă vasul. El răspunse la această invitație. Pe cînd el urca încet pe punte și puse piciorul pe ea, el privi în jur și își șterse liniștit și emoționat o lacrimă ce i se prelingea agale pe obraji.

Pentru un moment nu zise nimic. Fără îndoială că o sumedenie de amintiri îl năpădeau în acele clipe, căci erau 36 de ani de cînd nu mai călcase pe puntea vreunui vas. Era acum privilegiul lui de a mai simți încă odată mișcările unui vas.

Pentru cei 61 de ani ai lui, el era plin de viață, activ, păstrîndu-și însă atitudinea de marinar. I se dădu în dar un Bunk (pat ce se atașează de peretele vasului) ofițeresc. Mai tîrziu Beecy însemnează în amintirile lui, că niciodată Adams nu neglija rugăciunile lui. Mai înainte de a se duce la culcare el se pleca în genuchi pentru a-și face rugăciunea și era primul în picioare dimineața pentru același scop.

Căpitanul Beechy a rămas pe insulă cam 10 zile. În însemnările sale despre călătoria sa în Pacific și strîmtoarea Behring, el povestește și despre vizita lui în insula Pitcairn. Pentru un număr de zile ei, „păstrară și se supuseră vieții obișnuite a comunității, așa cum se desfășura ea zi de zi“. Se părea căpitanului că „locuitorii erau controlați și învățați prin in-



strucțiunile citite din Biblia de pe Bounty și interpretată de John Adams". O mică înfățișare a unei părți intime și anume din viața lui Adams este de asemenea consemnată de căpitanul Beechy. Intr-o zi Adams se apropie de căpitan și-l rugă să-i citească serviciul de căsătorie din cartea de rugăciuni pentru el și soția lui. El afirmă faptul că de mult a dorit el să facă acest lucru, dar pînă acum nu a avut reprezentantul oficial imputernicit a face acest lucru. Astfel, în ziua ce a urmat, cu toată familia în jurul său, serviciul a fost îndeplinit și evenimentul a fost înregistrat de Buffett. Mi se părea, continuă Beechy, că în timp ce țineam în mână acea Biblie și citeam din ea aceluși venerabil bătrîn, care a folosit-o așa de mult și din care el a condus și îndrumat toate situațiunile comunității insulare, că am atins pagini sfinte.

Sosirea în Noiembrie 1828 a lui George Hunn Nobbs, dădui Pitcairnului, un nou sens și lumină. El era un călător englez care venea de la Valparaiso, Chile, într-un yaht mic, împreună cu un american pe nume Noah Bunker. Din fericire, în timpul celor 6 săptămîni cit a durat ca să poată parcurge 3.500 de mile, ei au avut o vreme minunată, și sosind aici ei au fost în mod cordial primiți de către Adams. Nobbs se apucă să peștească și reuși să obțină, cu unele greutăți, mina lui Sarah Christian, nepoata cea mare a lui Fletcher Christian.

Bunker nu fu așa de norocos, pentru că Peggy Christian disprețui toate încercările lui și fie din cauza dragostei lui neîmpărtășite, fie din cauza unei crize de nebunie, el încercă să

se sinucidă, aruncîndu-se cu capul în jos de pe vârful unei stînci. Din anumite considerațiuni, căderea lui fu oprită puțin, dar el muri la scurt timp după aceea. Umbrele începură să se întindă din nou peste liniștea fericită a insulei. Cam în același timp, Adams începu să delege pe Nobbs cu diferite responsabilități pe insulă pentru că acesta vedea în acest tînăr, capacități cu calificări atracționale pe care nu le avea nimeni pe insulă. Buffett, de sigur se resimțea văzînd că școala i-a fost luată din mîinile lui, dar întregul popor al Comunității aproba această schimbare, în primul rînd, din cauza unor experiențe de ordin moral ale lui Buffett.

Comportarea sa imorală a adus serioase complicații și împărțiri. Unii dintre părinți au rămas credincioși legăturii lor cu învățătorul lor care a venit prima dată în mijlocul lor și nu și-au retras copiii de sub conducerea lui, pentru că el era totuși un bun învățător și se străduia să-și ispășească viața și greșelile făcute, printr-o viață creștină.

Anumite răspunderi ca pastor au fost de asemenea trecut de către Adams asupra lui Nobbs. Se părea că în providența Sa, Dumnezeu l-a adus în insula Pitcairn chiar la timpul potrivit, pentru ca el să poată cu-



noaște personal pe bătrînul conducător, principiile lui de viațuire și astfel să fie capabil să continue controlul spiritual asupra Comunității. Înainte, stăteau zile întunecoase, atît pentru Pitcairn, cît și pentru Insulele Norfolk, și căroră Nobbs le-a fost de cel mai mare ajutor.

S-a întîmplat în octombrie 1828 că Nobbs și prietenul său a sosit în Insulă. Imediat după aceea ei au tras Jahtul în Baia și micul port Bounty și acolo au sfărîmat-o în bucăți pentru a-și face casă pentru amîndoi pe insulă. Șase luni mai tîrziu, la 5 martie 1829, John Adams, ultimul care a venit cu Bounty, s-a stîns din viață liniștit și în pace, odihnindu-se la vîrsta de 65 de ani, deplîns de întreaga familie a insulei asupra căreia el a avut o așa de mare și puternică influență. El a fost înmormîntat pe un deal, și piatra simplă, albă care marchează locul său de odihnă, are o inscripție simplă, dar plină de însemnătate: „În nădejde“.

— Va urma —

VALOAREA FRUCTELOR ȘI A POMILOR FRUCTIFERI

Se poate afirma fără primejdia de a greși că omul nu va putea renunța niciodată la alimentele vegetale, (fructe și legume), aceasta întrucât ele, împreună cu cerealele formează baza principală a alimentației și a vieții omului.

Numeroasele cercetări științifice vin să confirme încă odată că fructele și zarzavaturile conțin cu prisosință toate cele necesare hranei omului și ele îndeplinesc nevoile organismului omenesc. S-a dovedit pe bază de experiențe, că stomacul omului mistuie și asimilează mult mai ușor materiile hrănitoare din aceste produse, decât cele din cărnuri. Știința a dovedit apoi că, cele mai însemnate elemente trebuincioase organismului omenesc, numite vitamine, se găsesc în cantități îndeplătitoare în ele. Prin fierbere, cea mai mare parte din aceste vitamine se distruge; însă la fructele și legumele pe care le consumăm în stare crudă, ele rămân intacte.

Pe lângă hrana deosebit de valoroasă pe care ne-o dau fructele, ele sînt deosebit de valoroase și ca medicament în diferite boli de stomac, rinichi, ficat, inimă ș. a. Cine nu cunoaște de exemplu valoarea mărilor în bolile de stomac, în caz de obezitate, în bolile de inimă; apoi valoarea pereii, în

mistui, a cireșelor, a caiselor, a piersicii, a căpșunilor ș.a.

Cercetările științei medicale au ajuns să stabilească cu precizie că hrana ce are la bază fructe, legume și cereale are o mare înrîurire asupra duratei vieții.

O alimentație fără fructe, duce repede la deschiderea drumului diferitelor boli.

Fructele conțin o mare cantitate de zahăr natural și tot felul de substanțe hrănitoare.



Pentru munca sedentară, merele, perele și prunele, sînt de foarte mare importanță în întărirea și păstrarea sănătății stomacului.

Copiii sînt mult mai sănătoși cînd sînt hrăniți cu fructe decât cu bomboane.

După cercetările medicale, fructele sînt alimente alese pentru stomacurile delicate. Zahărul din fructe, cel mai necesar element pentru omul care muncește mult, se asimilează de către organism în proporție de 90%. Zahărul acesta este căr-

bunele (energia) mașinei omenеști, care ne susține în oboseli și eforturi.

Împreună cu cerealele și legumele, fructele constituie o bază suficientă pentru hrană. Ele au înmagazinat în timpul creșterii mari cantități de energie solară, energie pe care cu dărnicie ne-o pun la dispoziție.

Consumarea de fructe bune, coapte și bine combinate, va avea o binefăcătoare înrîurire asupra singelui. Cura de prune, de struguri, de mere, de portocale, de cireșe, de căpșuni, este de mare folos sănătății. Merele conțin mult fosfor, necesar nervilor creierului, văzului etc. Ca să conchidem: consumînd cît mai multe fructe, contribuim la prelungirea vieții noastre.

Pentru creșterea copiilor, consumul de fructe e absolut necesar, deoarece, abundența de vitamine și săruri pe care le conțin vor ajuta la dezvoltarea armonioasă a organismului lor. Le va da vigoare contra bolilor și le va dezvolta o inteligență pătrunzătoare.

Organismul nostru are nevoie de alcalinizare și orin nimic nu se poate face mai bine acest lucru ca prin consumul de fructe.

Pe drept cuvînt s-a afirmat că fructele sînt un regulator al alimentației și că atît cei sănătoși, mici sau mari, cît și cei

bolnavi, atît vara cît și iarna, găsesc în ele hrană și medicamente contra multor boli.

Fructele uscate, consumate în timpul iernii, îndeplinesc un mare rol în lupta organismului contra bolilor. În ele găsim concentrat zahărul, izvor de energie, uleiurile benefăcătoare pentru organism, precum și grăsimile cele mai fine, care trec aproape în întregime în sînge și celule.

Pe lîngă toate acestea, hrana dată de ele este ușor asimilabilă și plină de sănătate.

Dacă ne gîndim la valoarea mărului din timpul iernii trebuie să ne gîndim tot atît de mult și la pruna uscată, cunoscută din vechime și care este de un foarte mare folos, atît ca hrană, cît și ca medicament.

Cunoscînd valoarea atît de importantă a fructelor, să ne oprim puțin și asupra :

Importanței cultivării pomilor fructiferi

Pe lîngă cele arătate foarte pe scurt mai sus cu privire la valoarea fructelor, atît ca alimente cît și ca medicament, pomii roditori mai sînt și o podoabă plăcută în jurul gospodăriei. Ei dovedesc o rînduială chivernisită în gospodărie. Înveselesc cuprinsul, curăță atmosfera, înfrîng vînturile și adesea apără pămînturile de a fi șterse de ape. Pomul roditor e ca un prieten nedespărțit al casei.

Regimul nostru de democrație populară înțelegînd marea

valoare a fructelor a luat măsuri și s-au plantat suprafețe de terenuri foarte întinse, cu multe milioane de pomi fructiferi. Unii dintre aceștia au și intrat pe rod, iar alții le vor urma, an după an. Ei vor constitui din toate punctele de vedere o mare bogăție. Se cuvine însă, ca fiecare dintre noi, în măsura în care avem posibilitatea, și aceasta cu toată tragerea de inimă, să continuăm această lucrare, căutînd a folosi fiecare petec de pămînt rămas disponibil în jurul casei, în grădină sau pe lîngă drumuri, plantîndu-l cu pomi fructiferi. Vom face prin aceasta o lucrare deosebit de valoroasă, atît pentru noi înșine, pentru cei din jur, cît și pentru urmașii noștri.

Să plantăm pomi roditori mulți și buni; ei vor fi o binecuvîntare pentru sănătatea și viața noastră.

Să plantăm pomi roditori cu încrederea că săvîrșim o faptă mare și frumoasă. Acest lucru va însemna o foarte bună lucrare socială; și bine e să fim un exemplu bun pentru toți cei din jurul nostru.

Ori unde se răsesește un teren liber, fie în grădina de lîngă casă, pe drumul din fața porții, pe coasta rîpoasă din apropiere, plantați pomi fructiferi. Să nu se găsească locuri care să nu producă nimic.

Adevărata fîntînă a sănătății stă în primul rînd într-o hrănire rațională și fructele, cum s-a arătat pe scurt mai sus, sînt izvorul acestei fîntîni.

Pe lîngă datoria socială ce-o avem, aceea de a contribui la plantarea de cîți mai mulți pomi fructiferi, o mai avem și pe aceea de a îngriji pe cei deja plantați, fie de noi, fie de alții. Să nu uităm că un om cinstit, nobil și cu suflet ales, va lucra fără încetare pentru bucuria și fericirea celor din jur, și în această privință o va face veghind cu grijă, ca sacrificiul făcut pentru binele colectivității să nu fie făcut în zadar. Dacă chiar, în fața casei noastre, sau pe drumurile din apropiere, s-au plantat pomi fructiferi și ei necesită să fie apărați contra vitelor, contra secetei, contra iepurilor ș.a.m.d. să o facem cu toată tragerea de inimă; ne facem o datorie sfîntă.



De fructele ce vor fi produse de acești pomi, peste câțiva ani, se vor bucura copiii noștri și ai semenilor noștri, concetățenii noștri. Va fi o binecuvîntare și o valoroasă contribuție la sănătatea lor.

Mărul ca aliment și medicament

Pe lângă valoarea nutritivă pe care o are, datorită bogăției de vitamine, mărul mai este și un adevărat medicament, folositor în bolile de stomac, care în stare crudă combate enteritele (inflamația intestinului). În combaterea desinteriei cu temperaturi, în liniștirea sistemului nervos etc. Un măr mîncat seara înainte de culcare aduce un somn liniștitor.

Merele alcaline combat acrimia stomacului. Coapte slujesc contra constipației și se dau cu mult folos în stomacurile leze.

Compoziția deosebit de bogată a mărului îl face să fie un foarte bun aliment, precum este de folos și în păstrarea sănătății. Iată de exemplu, pe scurt compoziția a 100 gr. mere.

Apă	80,40	gr.
Celuloză	1,5-2	„
Grăsimi	0,50	„
Calciu	8,00	„
Potasiu	5,00	„
Sulf	6,00	„
Fosfor	13,00	„
Hidrați de carbon .	15,5	„
Fier	0,50	„
Magneziu	7,5	„
Sodiu	12,00	„
Vitamina A	114,00	U.I.
Vitamina B ₁	40,00	U.I.

Vitamina B ₂	15-45	U.I.
Vitamina C	10-15	mc. gr.
Calorii	65,00	„

Complexitatea și abundența sărurilor și vitaminelor toate acestea, fac ca mărul să fie socotit cel mai important fruct.

Sărurile de fosfor, sodiu, potasiu ș.a. îi măresc valoarea lui atât ca aliment, cât și ca medicament. Multe din aceste săruri și vitamine se găsesc în coajă și semințe, pe care din greșeală și neștiință, cei mai mulți le aruncă. Semințele sînt bogate în uleiuri. Totuși, merele trebuie bine spălate, mai înainte de a fi consumate crude, pentru ca să nu devină un mijloc de transmitere de microbi ai diferitelor boli.

Ca alimente preparate din mere se pot aminti: supe, pireuri, strudele, plăcintele cu mere, compoturi din cele mai delicioase, mere umplute, sosuri de mere, salată de mere, mere rase, cornulețe cu mere, marmelade gustoase, gemuri și mere uscate pentru iarnă. Dar, încă odată, cele mai sănătoase sînt cele consumate în stare naturală, căci din acestea vitaminele și sărurile nu au suferit nici o pierdere și nici o transformare.

Perele ca aliment și medicament

Alături de măr, zice Dr. Leclerc, perele merită să fie socotite ca fiind cele mai prețioase daruri ale naturii. Se pare, zice el „că aici natura a distribuit și curățit apa pămîntului de toate necurățiile ei și

a transformat-o prin procese chimice foarte miraculoase într-o băutură din cele mai plăcute“.

Gustul, aromele și compozițiile perelor, le arată că merită această apreciere. Proprietățile lor reînviitoare le fac să fie un balsam pentru bolnavi și o răcorire și satisfacție pentru cel sănătos.

Ceea ce e necesar, e ca perele să fie consumate coapte bine de soare, atunci sărurile din ele sînt de cel mai mare folos pentru organism. Zahărul de levuloză din pară, ce se găsește în pentosane este ușor transformat și asimilat de către organism.

Stomacurile cele mai sensibile o asimilează cu ușurință. Diabeticii nu au a se teme de zahărul din pere. Experiențele au arătat că para are o tot așa de mare valoare crudă ca și fiartă. Pe cînd crudă ajută într-un fel cu sărurile și zahărul ei, fiartă devine deosebit de valoroasă în alimentație cînd are o deosebită și binefăcătoare acțiune asupra misturii, acțiune ușor laxativă. Compoturile ei, dulcețurile ei, pastele, peltelele, mîncărurile combinate cu diferite alimente, fac din ea un fruct și aliment de o deosebită valoare. Chiar și perele uscate, pe timp de vîfor ocupă în alimentație un loc de cinste, pe care nu-l contestă nimeni.

Pină și frunzele de pe ramurile tinere de păr, ne dau un ceai bun pentru tratare în cazuri de afecțiuni urinare. Ele conțin un fel de glucoză, care

le dă proprietăți diuretice. Se folosesc în tratarea litiasei — urinare, a cistitelor și a felonefritelor. 100 gr. frunze la 1 litru apă, fierbere 20 minute.

Iată pe scurt și compoziția a 100 gr. pere, în medie.

Albumine . . .	0,7 gr.
Apă . . .	75-85 „ după soi
Hidrați de	
carbon . . .	15-17 „
Celuloză . . .	3,00 „
Fosfor . . .	18,00 „
Calciu . . .	15,00 „
Potasiu . . .	135,00 „
Fier . . .	0,35 „
Clor . . .	5,5 „
Magneziu . . .	10,00 „
Sulf . . .	7,00 „
Sodiu . . .	10,00 „
Vitamina A	70,00 U.I.
Vitamina B ₁	15,00 U.I.
Vitamina C	70,00 U.I. (3 gr.)
Calorii . . .	700,00
Zahăr de	
levuloză . . .	8,00 gr.

Bogata compoziție chimică din pară o face atât de folositoare. Ea trebuie însă folosită numai la maturare și cât mai coaptă.

Compoziția prunii la 100 gr. redată pe scurt, în medie, este următoarea :

— apă	75	gr. crude, uscate	15—20 gr.
— hidrați de carbon	74	gr. uscate, crude	22 gr.
— albumină	1,5-2	„ „ „	—
— celuloză	4,00	„ „ „	4,00 gr.
— zahăr	30	„ „ „	4,00 gr.
— fosfor	80 m.	gr. „ „	28,00 mg.
— sodiu	69	„ „ „	—
— fier	3,00	„ „ „	—
— clor	15,00	„ „ „	—
— sulf	55,00	„ „ „	—
— calciu	55,00	„ „ „	20,00 mgr.
— vitamina A	3500	U.I. „ „	2800 U.I.
— vitamina B ₂	150	U.I. „ „	70 U.I.
— vitamina C	150	U.I. „ „	75 U.I.
— glucide	13,6	gr. „ „	—
— calorii	59,00		

Coaja pereii este foarte bogată în tanante; de aceea nu trebuie aruncată, ci spălată și consumată, afară de cazul că stomacul nu o suportă.

Datorită levulozei ce o conține, para e folositoare stomacurilor celor mai delicate, cât și în bolile de diabet.

Din pere se pot prepara următoarele: marmelade de pere, mâncare cu orez, pere cu smântină, pere sos, mâncare de pere la cuptor, compoturi, sucuri, pere coapte, pere rase, pere rase cu lămiie, peltele, jeleuri, gemuri ș.a.

Valoarea prunii ca aliment și medicament

Un alt fruct deosebit de valoros este pruna. Cunoscută de toți, de soiuri și calități multiple, pruna este totodată un foarte economic și sănătos aliment și un valoros medicament, mai ales în constipații, stomacuri leneșe și misturi întârziate, cronice.

Dat fiind faptul că în compoziția acestui fruct albumina

este aproape inexistentă, aceasta îl face propice pentru a fi cu succes folosit de către cei cu reumatism cronic, de arterioscleroși, și de către cei cu rinichii bolnavi. Celor bolnavi de ficat (hepatită), prunele le sînt un potrivit fruct, fie în stare crudă, fie uscate. Ceea ce e de observat, la prună, este ca ea să fie bine coaptă, iar cea uscată să nu fie uscată la fum, căci conține urme de gudroane, dăunătoare sănătății. Uscarea sistematică, la cuptoare moderne, fără fum sau opăritul și uscatul la soare sau la cuptoare electrice, sînt cele mai bune.

Marea cantitate de zahăr natural face din prună un aliment deosebit de prețios, căci, unit cu hidrocarburanții ce-i conține, aduc organismului cele două elemente așa de necesare pentru arderile în organism.

Foarte eficace în tratarea constipațiilor, fie că sînt folosite sub formă de compoturi, infuzii, sau chiar prunele bine spălate, mestecate destul de mult în gură, pînă ce se topesc în salivă, devin laxativul cel mai bun și natural.

Dispepticilor, celor a căror stomac mistuie greu, li se recomandă să folosească prune uscate muiate de cu seară în apă de temperatura laptelui. Se pun 10—15 prune la un pahar de apă.

Ca alimente prunele se folosesc ca: marmelade, ca prune uscate, prune uscate preparate cu orez, preparate cu carne, cu sosuri, supe de prune, pilaf de prune, magiunuri, prăjituri, cor-

nulețe cu prune, găluște, dulcețuri, jeleuri, peltea ș.a.m.d.

Iată deci pe scurt, valoarea nespus de mare numai a câtorva feluri de fructe. Dar celelalte de care ne putem folosi din belșug?

Pentru a ne putea bucura de o cât mai mare abundență de

fructe însă, văzînd mai ales cît sînt ele de folositoare, atît ca alimente cît și ca medicamente, atît pentru cei sănătoși, cît și pentru cei bolnavi, fie ei mari sau mici, e nevoie să facem ca nici un petec de pămînt pe care ar putea crește un pom fructifer să nu mai rămînă sterp.

Iubind, cultivînd și îngrijind cu drag pomii roditori ne vom bucura pe drept de binefacerile binecuvîntatelor lor fructe.

Plantați pomi roditori, îngrijiți-i cu drag, consumați-le din plin fructele, iată o chemare și o bucurie a vieții.

I. DĂNEȚIU





- CURIERUL ADVENTIST -

REDACȚIA ȘI AD-ȚIA : BUCUREȘTI, RAIONUL T.VLADIM. STR. MITROP. GHEN. PETRESCU 116
APARE SUB CONDUCEREA UNUI COMITET