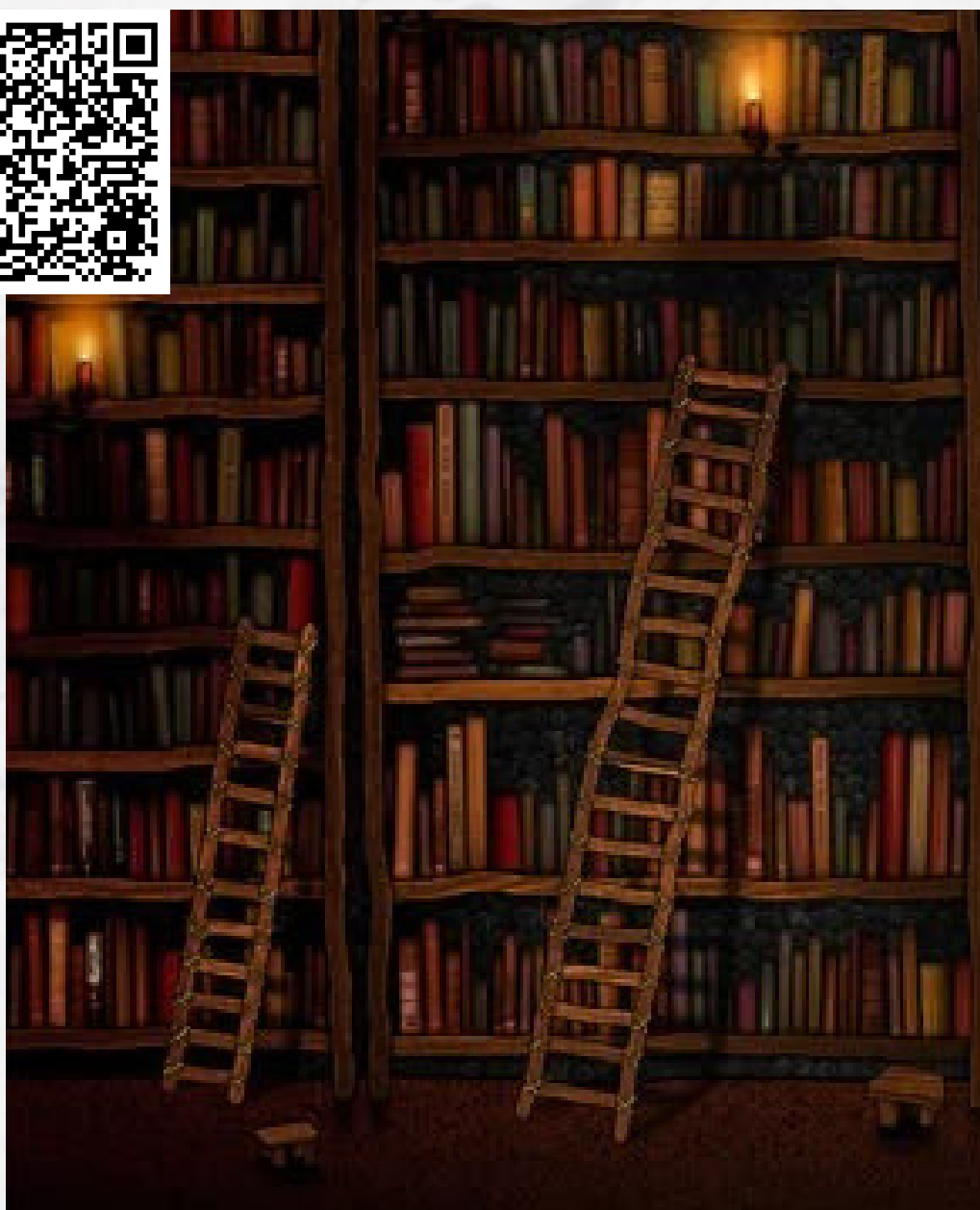


LICEENII

Colegiul Tehnic „Ana Astan”







*Când ajungi să faci mai mult decât ceilalți
într-un domeniu oarecare, ești întotdeauna
suspectat. Ți se cer din ce în ce mai multe probe
că ai avut dreptate.*

Ana Astar

*Nu regret nimic, nici lupta pe care am
avut-o, nici că sunt singură, nimic!*

Da, eu așa sunt!

Ana Astan

Esti din Ana Astan dacă... - 04

Ecologie

Homo plasticus - omul înainte și după apariția plasticului - 05
Râul Someș - hidrografie, poluare și importanță regională - 07
Departate de lumea dezlănțuită... - 10

Științele naturii

Ce spun ochii despre tine? - 11

Studii umaniste

Genă egoistă și moartea acesteia, un articol despre neodarwinism - 14
„Brain rot” - când mintea noastră obosește fără să ne dăm seama - 16
Rădăcinile filozofice ale psihologiei - 19
Opiniile personale ale oamenilor despre artă - 23
Obiective turistice culturale din Cluj-Napoca - 27
Dumnezeu intervine în viața noastră prin rugăciune sau nu? - 32

Proză scurtă:

Proză scurtă în limba română - 36
Proză scurtă în limba franceză - 39

Poeme:

Poeme în limba engleză - 48
Poeme în limba franceză - 50

Recenzie de carte

Haruki Murakami:

After Dark - 53
After the Quake - 55
Norwegian Wood - 57

Serafinski:

Blessed is the Flame - 60

Activități din liceu

Verde e noul combustibil - 63
Made for Europe, experiențe și proiecte - 66
O Floare pentru Denis - 68
Proiectul de Dragobete - 69
Cine se aseamănă se adună - 70

Erasmus

Experiența Erasmus 2025 - 72

Concursuri

Premii și mențiuni - 75
Deodorantul viitorului - când o idee devine soluție - 77
Eco Med - generația care spune STOP poluării - 78

Sport

Din sala de sport, pe podium - 79

Parteneri - 82

Ești din dacă...

COLEGIUL TEHNIC
„ANA ASLAN”
CLUJ-NAPOCA

- vii la școală cu zâmbetul pe buze;
 - asculți radioul liceului aproape în fiecare zi;
 - ești responsabil și îți pasă de cei din jur;
 - îți place cosmetica, chimia și domeniul în care înveți;
- începi diminețile cu mesajele trimise de doamna directoare, care îți fac ziua mai frumoasă;
- primești în fiecare dimineață un gând bun care te motivează;
 - ai spart măcar o dată un instrument în laborator ;
 - faci parte dintr-o comunitate care inspiră viitorul;
 - ești un elev silitor și găsești sprijin în jurul tău;
 - ai colegi și profesori valoroși;
 - trăiești momente amuzante (gen când „fugi” după o oră chiulită);
 - ai profesori care te marchează (fie că îi admiri sau te emoționează);
 - ora de istorie este printre preferatele tale;
 - recunoști profesorii tăi oriunde i-ai vedea;
 - știi că ești apreciat de colegii din jur;
 - ți se pare că școala ta este mai faină decât cea de dinainte;
 - ți se pare normal ca liftul să fie „rezervat” profesorilor ;
 - simți că este un loc primitiv;
 - știi că fiecare zi petrecută aici te apropie de viitor.



Homo plasticus - omul înainte și după apariția plasticului

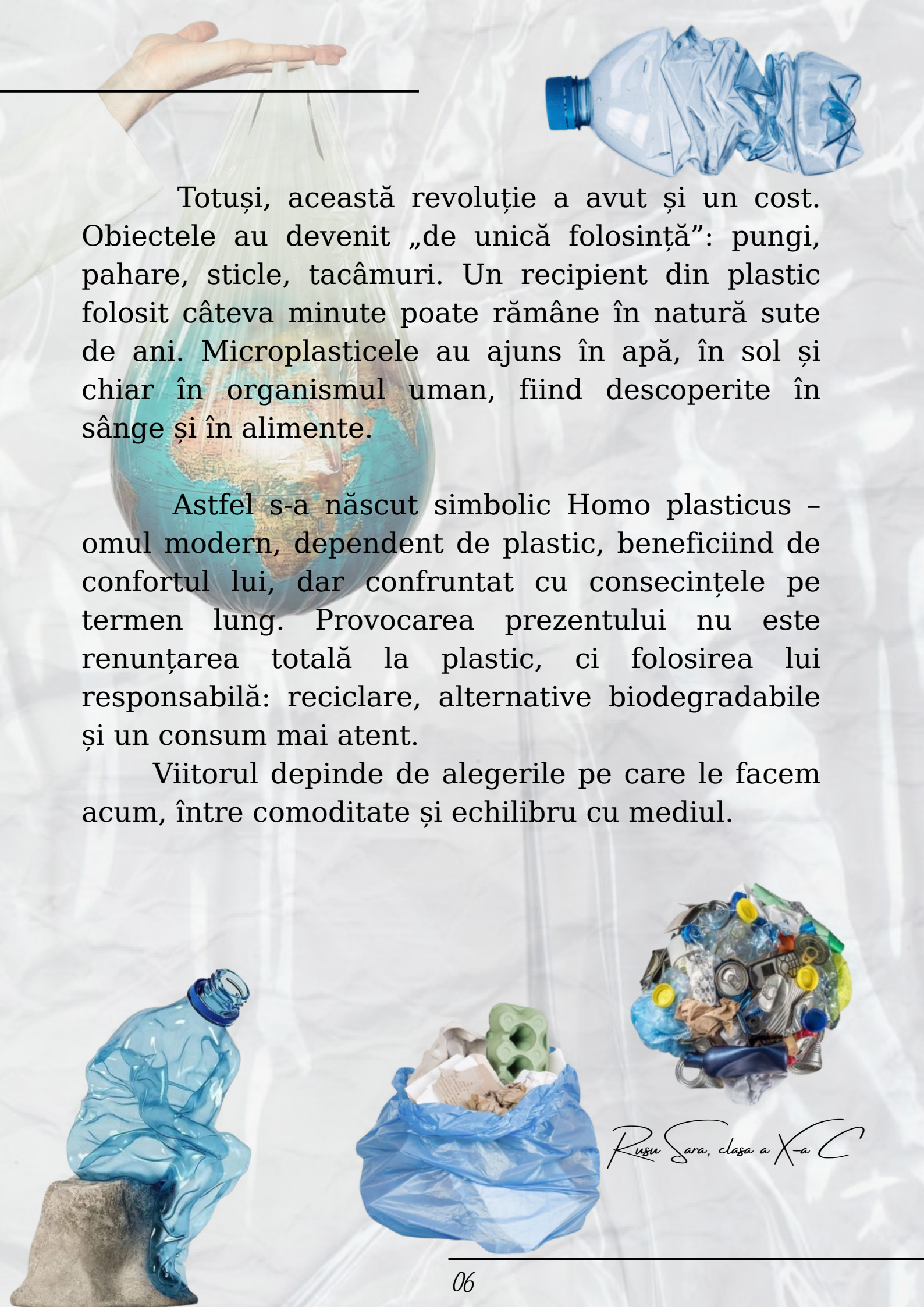
Înainte de apariția plasticului, viața omului era legată aproape exclusiv de materiale naturale: lemn, piatră, metal, sticlă, piele sau textile din fibre vegetale și animale.

Obiectele erau mai puține, mai durabile și, de cele mai multe ori, refolosite sau reparate. O sticlă de lapte se returna, o sacoșă din pânză era folosită ani la rând, iar jucăriile copiilor erau făcute din lemn sau metal.



Odată cu apariția plasticului, în secolul al XX-lea, totul s-a schimbat rapid. Plasticul era ieftin, rezistent și ușor de modelat. A intrat în aproape fiecare aspect al vieții: ambalaje, electrocasnice, haine, medicină. De exemplu, o seringă de unică folosință din plastic a redus riscul de infecții în spitale, iar ambalajele din plastic au prelungit durata de viață a alimentelor.





Totuși, această revoluție a avut și un cost. Obiectele au devenit „de unică folosință”: pungi, pahare, sticle, tacâmuri. Un recipient din plastic folosit câteva minute poate rămâne în natură sute de ani. Microplasticele au ajuns în apă, în sol și chiar în organismul uman, fiind descoperite în sânge și în alimente.

Astfel s-a născut simbolic Homo plasticus - omul modern, dependent de plastic, beneficiind de confortul lui, dar confruntat cu consecințele pe termen lung. Provocarea prezentului nu este renunțarea totală la plastic, ci folosirea lui responsabilă: reciclare, alternative biodegradabile și un consum mai atent.

Viitorul depinde de alegerile pe care le facem acum, între comoditate și echilibru cu mediul.



Rusu Sara, clasa a X-a C

Râul Someș - hidrografie, poluare și importanță regională

Râul Someș este unul dintre cele mai importante cursuri de apă din nord-vestul României și face parte din sistemul hidrografic european, fiind afluent al râului Tisa, care se varsă în Dunăre, fluviu ce traversează mai multe state europene și ajunge în Marea Neagră. Astfel, Someșul este integrat într-un lanț hidrografic de importanță continentală.

Someșul are o lungime totală de aproximativ 465 km, dintre care aproximativ 376 km se află pe teritoriul României, restul cursului continuând pe teritoriul Ungariei, unde se varsă în râul Tisa. Din punct de vedere hidrografic, Someșul ocupă locul al cincilea ca mărime în România.

Râul se formează prin unirea a două cursuri principale:

- Someșul Mare, care izvorăște din Munții Rodnei (Carpații Orientali);
- Someșul Mic, format din confluența Someșului Cald și Someșului Rece, cu izvoare în Munții Apuseni.
- Cele două ramuri se unesc în zona orașului Dej, de unde râul continuă sub numele de Someș.

Pe teritoriul României, Someșul traversează mai multe regiuni istorice și județe din Transilvania, printre care:

- Județul Cluj - unde străbate localități precum Gilău, Florești, Cluj-Napoca, Apahida și Dej;
- Județul Sălaj - prin zona orașului Jibou;
- Județul Maramureș;
- Județul Satu Mare - unde traversează municipiul Satu Mare.



Poluarea râului Someș

Ca multe râuri care traversează zone urbane, Someșul este afectat de poluare, mai ales pe sectorul care străbate municipiul Cluj-Napoca. Principalele surse de poluare sunt deșeurile aruncate de oameni, apele uzate insuficient filtrate, resturile menajere și microplasticul, care ajunge în apă din ambalaje, textile sau produse de igienă.

În urma analizelor realizate pe Someșul Mic, s-au observat variații ale calității apei, influențate de activitatea umană și de zonele intens populate. Deși în multe porțiuni apa se încadrează în limite acceptabile, poluarea rămâne o problemă reală, mai ales în aval de oraș, unde se acumulează mai multe substanțe nocive.



Râul Someș în Cluj

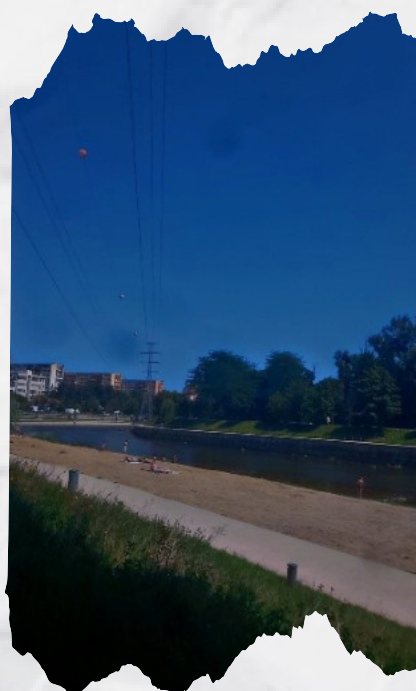
Râul Someș (în special brațul său de sud-vest, Someșul Mic) este o prezență definitorie în județul Cluj și în orașul Cluj-Napoca, unde traversează centrul urban și oferă locuitorilor atât resurse naturale, cât și spații de recreere.

Rol geografic și recreativ

În Cluj-Napoca, Someșul curge pe o distanță de aproximativ 15 km prin oraș, devenind o arteră naturală integrată în viața urbană. Malurile sale sunt locuri frecventate pentru plimbări, sport, relaxare și întâlniri sociale de către clujeni, mai ales în zonele confortabile amenajate recent.

Râul nu este doar element decorativ, ci și o resursă urbană: proiectele de transformare a malurilor – inclusiv piste pietonale și de biciclete, spații verzi și locuri de socializare – au în vedere revitalizarea Someșului ca un „coridor verde-albastru” ce conectează comunitatea de pe ambele maluri.

„Plaja” din Grigorescu



Ciocerlie Amalia, clasa a X-a C



Departe de lumea dezlănțuită...

Într-o lume în care orașele devin tot mai aglomerate, iar tehnologia ne ocupă fiecare moment al zilei, viața la țară poate fi o alternativă excelentă pentru relaxare și liniște.

Viața rurală, la fel ca cea urbană, a evoluat în timp. Deși, deseori, considerăm că este demodată și departe de confortul personal, ea aduce numeroase beneficii în viața de zi cu zi. Acestea sunt, de multe ori, greu de observat atunci când privim în ansamblu, însă, dacă am locui la țară, cu siguranță perspectiva noastră ar fi diferită.

Imaginează-ți că ai propria grădină de legume și fructe, unde poți planta tot ceea ce îți dorești și de care să ai grijă după bunul plac. Acolo, plantele ar fi ferite de aerul poluat din orașe, care poate avea un impact negativ asupra creșterii și dezvoltării lor. Chiar dacă am avea o casă la oraș și am proceda la fel, diferența ar fi semnificativă.

Liniștea este un alt mare beneficiu al vieții la țară. Mașinile, zgomotele puternice și aglomerația din oraș sunt departe. Chiar dacă și acolo există, nu sunt în număr atât de mare, ceea ce înseamnă că liniștea este prezentă mai des și pe perioade mai lungi. Aceasta aduce beneficii și sănătății noastre: reduce stresul și ne ajută să fim mai relaxați.

Te-ai întrebat vreodată câți oameni cunoști din orașul tău? Ei bine, la țară, oamenii se cunosc aproape toți. Astfel, se formează legături mai strânse, care durează în timp și creează stabilitate și încredere. Probabil, de aceea, atunci când mergi la bunici, poarta este mereu deschisă.

La țară vei găsi întotdeauna peisaje spectaculoase: apusuri, răsărituri, dealuri, poate chiar munți, dar și animale precum căprioare, iepuri sau păsări. Toate acestea creează imagini și amintiri memorabile.

Viața la țară încurajează, în special, munca. Lucrurile funcționează, în mare parte, pe principiul „ce îți faci, aceea ai”. Chiar dacă vecinii, prietenii și familia se ajută între ei, fiecare trebuie să depună efort și, la rândul său, să îi sprijine pe ceilalți atunci când au nevoie.

Disciplina este, de asemenea, foarte importantă când trăiești la țară. Cum ar arăta o zi în care ai multe de făcut, dar nu te poți organiza sau pur și simplu nu ai chef? Poate părea ușor să amâni totul pe ziua următoare, însă lucrurile se complică, deoarece multe activități necesită responsabilitate zilnică. Ai putea să nu îți hrănești găinile o zi întreagă sau să nu te ocupi de grădină într-o zi călduroasă? Să nu pregătești lemnele pentru foc, știind că iarna se apropie? Probabil că nu, pentru că toate acestea cer disciplină și implicare.

Aș alege viața la țară nu neapărat pentru traiul zilnic, ci mai degrabă ca un loc de refugiu, atunci când totul devine stresant și simt nevoia de o evadare din aglomerația orașului!



Ce spun ochii despre tine?

Ochii sunt unele dintre cele mai importante organe de simț și joacă un rol esențial în modul în care percepem lumea. Deși se spune adesea că „ochii spun totul despre o persoană”, în realitate ei oferă mai ales indicii despre starea emoțională și despre modul în care funcționează organismul nostru.

Ochiul este un organ de simț care face parte din sistemul vizual și are rolul de a percepe lumina și imaginile din mediul înconjurător. Acesta transformă lumina în semnale nervoase, care sunt transmise prin nervul optic către creier, unde sunt interpretate și transformate în imagini.

Ce pot transmite ochii?

Ochii pot reflecta anumite stări emoționale și reacții ale organismului. De exemplu, dimensiunea pupilei se modifică în funcție de lumină, dar și de emoții precum surpriza, interesul sau frica. De asemenea, contactul vizual, clipitul sau expresia ochilor pot sugera dacă o persoană este atentă, obosită sau concentrată.

Este important de menționat că, deși există multe idei populare, nu există dovezi științifice clare că forma sau culoarea ochilor determină personalitatea umană.

Culoarea ochilor

Culoarea ochilor este determinată de cantitatea și tipul de pigmenți (în special melanina) din iris și de modul în care lumina se reflectă în acesta. Diferențele genetice fac ca unele culori să fie foarte răspândite, iar altele mai rare.

Ochii căprui - cei mai răspândiți

- Origine și genetică: nivel ridicat de melanină.
- Răspândire: aproximativ 70-80% din populația globală.
- Sensibilitate la lumină: redusă (ochii sunt mai bine protejați).
- Percepție socială: adesea asociați cu seriozitatea și încrederea.



Ochii albaștri - mai rar întâlniți

- Origine și genetică: rezultați dintr-o mutație genetică relativ recentă.
- Răspândire: aproximativ 8-10% din populație, mai ales în Europa de Nord.
- Sensibilitate la lumină: ridicată.
- Percepție socială: frecvent asociați cu blândețea sau sinceritatea.



Ochii verzi - printre cei mai rari

- Origine și genetică: combinație rară de melanină și modul de reflectare a luminii.
- Răspândire: aproximativ 2% din populație.
- Sensibilitate la lumină: medie spre ridicată.
- Percepție socială: considerați adesea neobișnuiți sau atractivi.



Ochii gri - tonuri rare

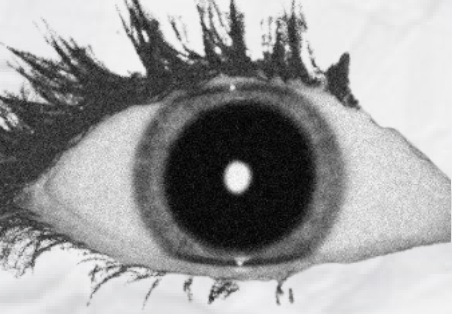
- Origine și genetică: variație a ochilor albaștri.
- Răspândire: foarte rară, mai ales în Europa de Est și de Nord.
- Sensibilitate la lumină: ridicată.
- Percepție socială: uneori percepuți ca reci sau misterioși.



Ochii hazel (căprui-verzui) - combinații unice

- Origine și genetică: combinație variabilă de pigmenți.
- Răspândire: relativ rară.
- Sensibilitate la lumină: medie.
- Particularitate: culoarea poate părea diferită în funcție de lumină.





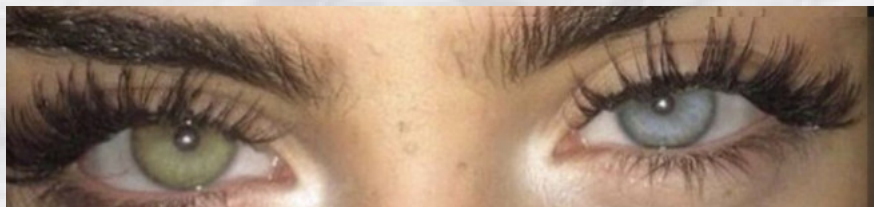
Curiozități despre ochiul uman

- Unele persoane au heterocromie, adică ochi de culori diferite sau un iris cu mai multe nuanțe.
- Ochiul uman poate distinge aproximativ 10 milioane de culori.
- Oamenii clipesc, în medie, de 15-20 de ori pe minut, pentru a menține ochii umezi și protejați.
- Ochii se pot adapta la întuneric în aproximativ 20-30 de minute.
- Pupila se mărește în întuneric și se micșorează în lumină puternică.
- Expunerea îndelungată la ecrane poate duce la oboseală oculară.
- Ochiul este capabil să detecteze mișcări foarte fine.

Importanța ochilor în viața de zi cu zi

Ochii sunt esențiali pentru majoritatea activităților zilnice. Ei ne ajută să citim, să scriem și să învățăm, să ne orientăm în spațiu și să evităm obstacolele. De asemenea, joacă un rol important în comunicare, prin contact vizual și expresii faciale.

Prin intermediul vederii putem aprecia culorile, natura, arta și lumea din jurul nostru, ceea ce contribuie semnificativ la calitatea vieții.



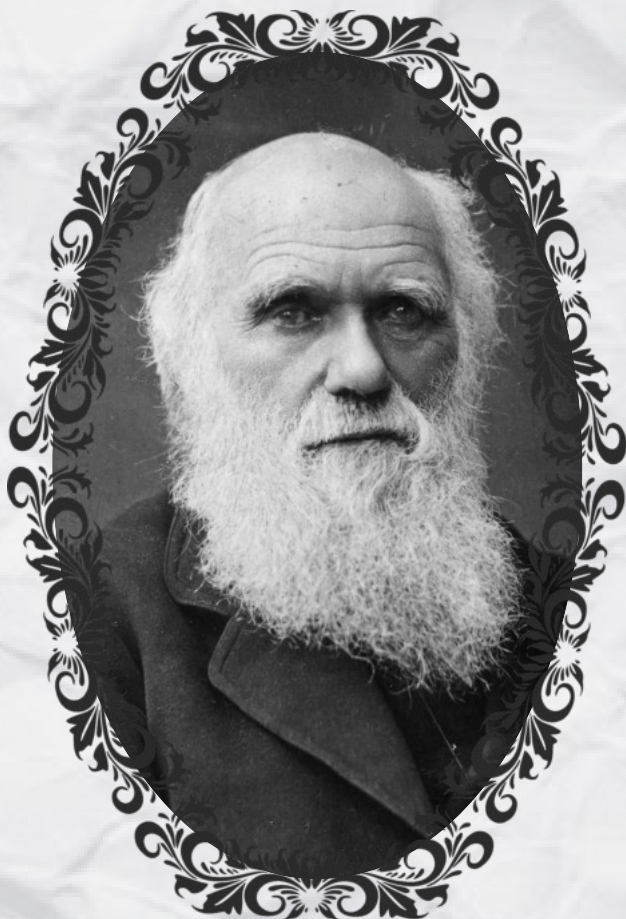
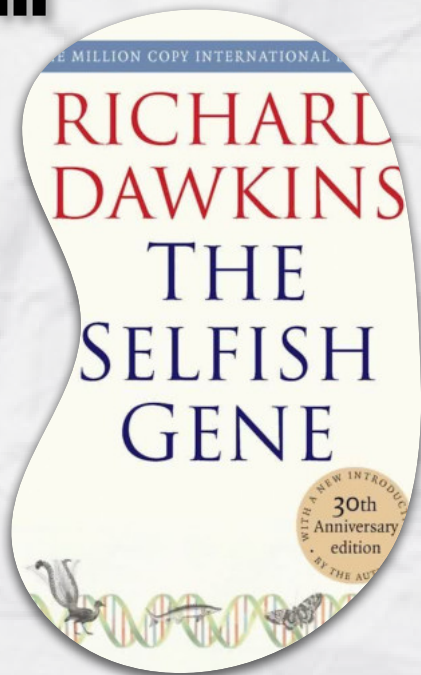
Ciocirliu Amalia, clasa a X-a C

Gena egoistă și moartea acesteia, un articol despre Neodarwinism

Conceptul de „genă egoistă” a fost popularizat de Richard Dawkins în cartea sa *The Selfish Gene*, publicată în 1976.

Ideea centrală a lucrării este dezvoltarea principiului genei egoiste, formulat inițial de W. D. Hamilton în anii 1960. Pe scurt, acest principiu sugerează că comportamentele organismelor pot fi înțelese prin prisma genelor, care „favorizează” reproducerea lor. Astfel, indivizii tind să manifeste comportamente de cooperare sau altruism mai ales față de cei cu care împărtășesc o proporție mai mare de material genetic (de exemplu, rude apropiate). Cu cât apropierea genetică este mai mare, cu atât crește probabilitatea apariției comportamentelor de ajutor reciproc.

Această perspectivă stă la baza unei interpretări a evoluției centrate pe gene, conform căreia evoluția poate fi privită ca schimbarea frecvenței genelor în populații de-a lungul timpului, prin mecanisme precum selecția naturală. Totuși, este important de menționat că aceasta este o perspectivă teoretică specifică, nu o descriere exhaustivă a tuturor proceselor evolutive.



Neodarwinismul este un termen folosit inițial pentru a descrie sinteza dintre teoria evoluției prin selecție naturală formulată de Charles Darwin și teoria plasmei germinale propusă de August Weismann.

În timp, sensul termenului s-a extins. Astăzi, el este adesea utilizat pentru a desemna ceea ce se numește „sinteza modernă a evoluției” (modern synthesis), care integrează genetica mendeliană cu teoria selecției naturale și include contribuțiile multor alți oameni de știință din domeniul biologiei. Astfel, *neodarwinismul* nu mai reprezintă doar o combinație inițială de idei, ci un cadru teoretic mai larg, dezvoltat și rafinat de-a lungul secolului XX.

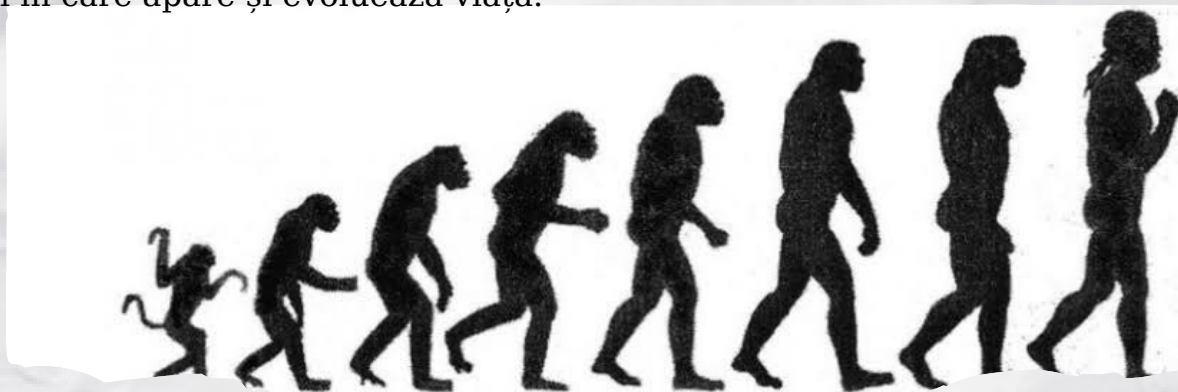
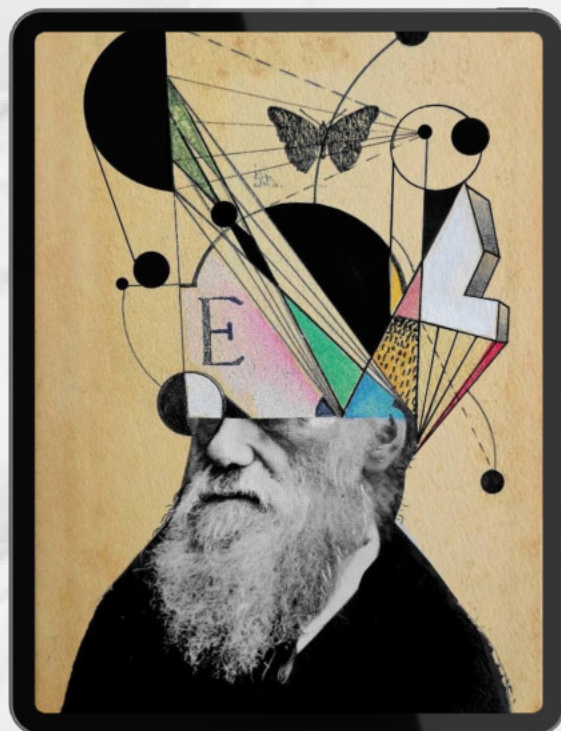
Denis Noble, biolog la Universitatea Oxford, a declarat într-un interviu din iunie 2024 că, în opinia sa, *neodarwinismul* este depășit, iar conceptul *genei egoiste* este problematic.

Noble susține că omul nu este determinat exclusiv de genele sale, așa cum sugerează unele interpretări ale *neodarwinismului*, ci și de factori care nu sunt direct codificați în ADN — precum procesele celulare, mediul și interacțiunile dintre niveluri biologice diferite.

El afirmă că „părțile” și „întregul” se influențează reciproc: componentele unui organism contribuie la formarea întregului, dar sunt, la rândul lor, modelate de acesta. Această perspectivă descrie mai degrabă un sistem biologic complex și interdependent, nu neapărat unul „construit inteligent” în sens intențional.

Întrebat care este baza acestui proces, Noble sugerează că viața se dezvoltă prin continuitate — „viața creează viață” — subliniind că organismele provin din structuri biologice preexistente. Totuși, el nu neagă posibilitatea unei origini naturale a vieții, ci face referire la ipoteze științifice despre apariția acesteia din sisteme chimice primitive, cum ar fi structuri de tip membranar capabile de auto-organizare și reacții autocatalitice.

Astfel, poziția sa nu respinge explicațiile naturale, ci propune o înțelegere mai amplă și mai integrată a modului în care apare și evoluează viața.



Nobel susține că este firesc ca viața să fie creată cu un scop, fiind rezultatul unei construcții intenționate realizate de un sistem. Acest sistem își folosește toate resursele pentru a crea un agent inteligent capabil să îndeplinească scopul propus.

Evoluția reprezintă procesul prin care sistemul ajustează și transformă acest agent, pentru a-l apropia de atingerea scopului.

În același timp, scopul însuși nu este fix, ci evoluează continuu. Astfel, se creează un mecanism dinamic de schimbare, în care atât obiectivele, cât și metodele se modifică treptat. În această perspectivă, evoluția nu există doar pentru simpla supraviețuire, ci pentru o supraviețuire continuă, adaptată permanent la noi condiții.

În ansamblu, teoriile moderne ale evoluției evidențiază complexitatea relației dintre gene, organism și mediu, depășind explicațiile strict genetice. Perspectivile contemporane sugerează că evoluția este un proces dinamic, rezultat din interacțiunea continuă dintre multiple niveluri biologice.

„Brain rot” sau diminuarea capacității intelectuale



Imaginează-ți că îți verifici telefonul „doar pentru 5 minute”, iar când te uiți din nou, au trecut deja două ore. Nu ai învățat nimic nou, nu îți aduci aminte exact ce ai văzut, dar te simți obosit, plictisit și fără energie. Acesta nu e doar un obicei rău, ci un lucru real numit *putregaiul creierului*. Deși pare o exagerare, termenul indică înspre consumul prea mare de conținut superficial. Acesta ne afectează atenția, modul de gândire și chiar emoțiile, făcând ca mintea noastră să fie aglomerată, dar totodată goală.

În ultimii ani, pe rețelele de socializare a apărut tot mai des expresia *brain rot*, tradusă literal prin *putregaiul creierului*. Deși sună exagerat sau chiar amuzant, termenul descrie o problemă reală a generației noastre: supraîncărcarea minții cu informații inutile și conținut de slabă calitate.

Conceptul de *brain rot* nu este o afecțiune medicală, ci o expresie folosită pentru a descrie impactul negativ al vizionării prea multor clipuri scurte, meme-uri care se repetă, tendințe fără scop și informare rapidă. Acestea nu ne ajută să gândim profund, ci ne mențin doar ocupați.

Cum apare „brain rot”-ul?

Majoritatea petrecem ore întregi cu ochii în telefon, derulând postările de pe TikTok, Instagram sau YouTube. Fiecare videoclip durează câteva secunde și ne oferă o doză rapidă de distracție. Problema apare atunci când creierul se obișnuiește doar cu acest tip de conținut.

În loc să citim, să analizăm sau să ne concentrăm pe o activitate mai lungă, care să ne aducă beneficii, mintea noastră caută mereu ceva rapid și ușor. Astfel, ajungem să ne plictisim repede, să nu mai avem răbdare și să ne fie greu să ne concentrăm la ore sau când învățăm.



Efectele „brain rot”-ului asupra elevilor

Deși pare inofensiv, *brain rot*-ul poate avea mai multe efecte negative, mai ales asupra elevilor:

- Scăderea capacității de concentrare - ne este tot mai greu să fim atenți 45-50 de minute la o oră.
- Probleme de memorie - informațiile nu mai sunt reținute la fel de ușor.
- Lipsa motivației - activitățile care necesită efort (cititul, teme, învățatul) par plictisitoare.
- Oboseală mentală - chiar dacă nu facem nimic „greu”, ne simțim epuizați.
- Dificultăți în gândirea critică - acceptăm rapid informații fără să le analizăm.

De ce este atât de greu să ne desprindem?

Aplicațiile sunt create special pentru a ne ține cât mai mult timp online. Algoritmii ne arată exact ce ne place, iar creierul primește constant mici „recompense” sub formă de like-uri, clipuri amuzante sau sunete atractive. Astfel, telefonul devine o obișnuință.



Ce putem face pentru a evita „putregaiul creierului”?

Nu este nevoie să renunțăm complet la social media, ci să o folosim mai responsabil. Iată câteva soluții simple:

- să ne limităm timpul petrecut pe aplicații;
- să alegem conținut educativ sau care chiar ne ajută;
- să citim cărți, articole sau reviste;
- să ne implicăm în activități offline: sport, plimbări, hobby-uri;
- să ne oferim pauze fără telefon, mai ales înainte de somn.



În final, „putregaiul mental” nu pare un personaj rău dintr-un basm, dar s-ar putea transforma într-unul real dacă-i permitem să ne fure timpul și atenția. Telefonul nu este inamicul nostru, dar creierul nu este creat să funcționeze doar cu clipuri de 10 secunde și glume repetitive. Poate că nu ne vom despărți de internet (și nici nu ar trebui), dar putem învăța să-l folosim fără să ne afectăm gândirea. Așa că data viitoare când te simți că dai scroll fără să te oprești, ia o pauză, respiră și amintește-ți: creierul tău merită mai mult decât un meme pe care l-ai văzut de sute de ori. Cine știe? Poate reușești să-i protejezi câteva celule... și asta ar fi deja o victorie.



Fiterău Diana, clasa a XA-a B 18



Rădăcinile filozofice ale psihologiei.

Începuturile psihologiei s-au înrudit inițial cu domeniul filozofiei (etimologic termenul provine din grecescul *philos*, tradus prin iubire și *sophos*, tradus prin înțelepciune).

În acest articol, voi oferi câteva exemple de filozofi din Grecia Antică care au abordat probleme psihologice și voi arăta cum acestea au influențat modul în care ne raportăm și ne vom raporta în continuare la psihologie ca știință.

Psihologia umană, domeniul de interes al marilor gânditori

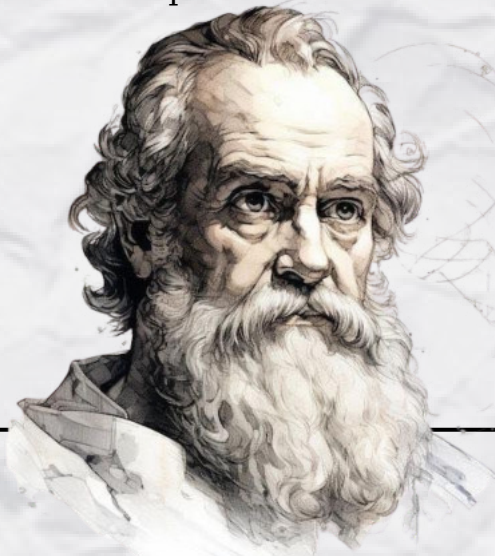
Încă din cele mai vechi timpuri, oamenii au fost preocupați de minte, suflet sau spirit. Cuvântul din greaca veche care definește aceste preocupări este *ψυχή* (*psyche*). Cuvântul *psihologie* este compus, așadar, din două cuvinte: *psihe* (suflet) și *logos* (știință) și înseamnă, dacă e să o luăm mot-a-mot, știința sau studierea sufletului.

Printre cei mai importanți filozofi ai Greciei Antice se numără Platon, Aristotel și Hipocrate (părintele medicinei). Aceștia, așa cum mă voi strădui să arăt pe parcursul articolului, au pus bazele domeniului care avea să se numească "psihologie", ideile acestora fiind esențiale în formularea mai multor teorii despre psihicul uman.

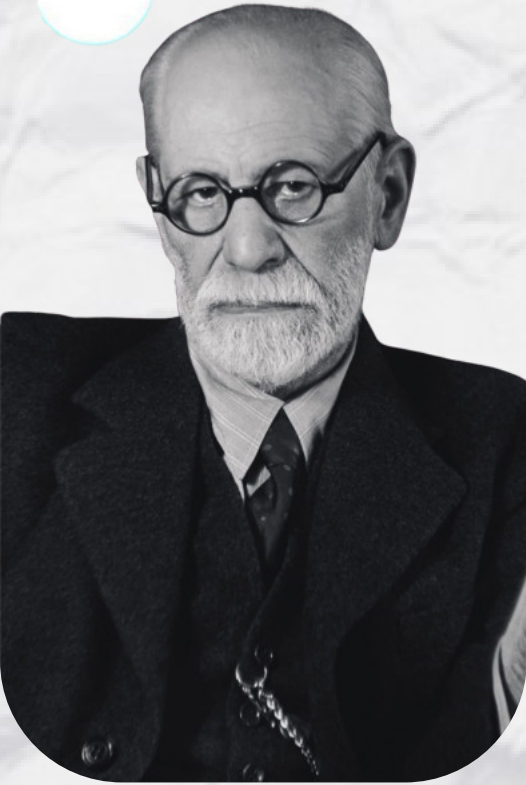
Substraturile minții: Platon vs. Jung

Un bun exemplu de filozof al Greciei antice care conceptualiză aceste întrebări despre viață este Platon. Acesta dezvoltă ideea conform căreia *psihe-ul* este nemuritor și are trei părți componente: rațională, volitivă (curajoasă) și apetitivă (dorințele).

Deși depinde de școală filozofică urmărești și cărei teorii îi dai crezare, noțiunea de substraturi ale minții umane s-a împământenit în psihologia *mainstream* datorită marilor gânditori și pionieri în acest domeniu, printre care Carl Jung și Sigmund Freud. Putem aprecia astfel că, la mai bine de două milenii înainte de aparițiile *The Interpretation of Dreams* (1900) și *The Ego and the Id* (1923) ale lui Sigmund Freud, respectiv *The Archetypes and the Collective Unconscious* (1959) a lui Carl Jung, cineva s-a gândit și a conceptualizat substraturile minții umane.



Freud credea că psihicul uman este compus din trei astfel de straturi. În 1900, când și-a publicat lucrarea *Die Traumdeutung (Interpretarea viselor)*, le-a definit și numit pe câteva dintre ele (conștient, subconștient și inconștient), iar în 1923 (*Das Ich und das Es*), acesta își rafinează teoria. Psihicul uman este, spunea el, compus din **Id** (instinctual și inconștient), **Ego** (rațional și parțial conștient) și **Superego** (unde se situează normele morale, parțial inconștient).



Carl G. Jung a conceptualizat aceste substraturi în 1959, atunci când a împărțit psihicul uman în trei mari categorii:

- **Conștientul** - fiind partea rațională, activă și prezentă a psihicului și locul unde operează ego-ul (imaginea de sine, gândurile și deciziile).
- **Inconștientul personal** - este specific fiecărei persoane și include amintiri reprimare, traume, dorințe uitate sau complexe psihice. Se formează din experiențele proprii, dar nu este accesibil direct.
- **Inconștientul colectiv** - strat psihic universal moștenit, comun tuturor ființelor umane. Conține arhetipuri: forme simbolice fundamentale care structurează experiența umană (ex: mama, eroul, umbra, anima, animus, sinele, etc.). Nu provine din viața personală, ci dintr-un fond ancestral, mitologic și biologic.

Similaritatea dintre aceste teorii (cea a lui Platon și cea a lui Jung) este evidentă. Mai mult, în aceeași carte publicată la sfârșitul anilor '50 (fiind însă preponderent compusă din manuscrise scrise între 1930-1950) Jung spunea:

Platon era convins că în om există o lume a ideilor autonome, născute nu din simțuri, ci din suflet însuși. Această concepție este extrem de apropiată de ideea de arhetip. [...] Ideile platoniciene sunt, de fapt, arhetipuri ale sufletului.



Studiul personalităților. Epoca modernă vs Antichitate

Hipocrate, părintele medicinei, și-a adus, în mod surprinzător pentru unii, aportul și în ceea ce privește psihologia, dezvoltând astfel *Teoria umorilor*.

Astfel, acesta credea că sănătatea și comportamentul uman sunt influențate de echilibrul a patru fluide corporale:

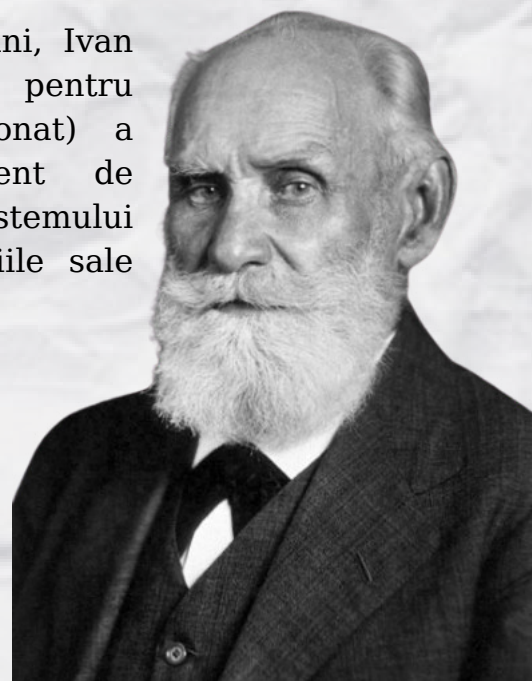
- **Sângele** → temperament sangvinic (energic, sociabil, optimist);
- **Flegma** → temperament flegmatic (calm, liniștit, pasiv);
- **Bilă galbenă** → temperament coleric (impulsiv, agresiv, activ);
- **Bilă neagră** → temperament melancolic (introspectiv, trist, creativ).

Hipocrate spunea în lucrarea *Peri Physeōs* (Despre Natura), atribuită școlii hipocratice:

Corpul omului conține sânge, flegmă, bilă galbenă și bilă neagră. Sănătatea este menținută de echilibrul acestor umori. Boala apare când una dintre ele domină sau este eliminată în exces ori insuficient.

— *Corpus Hippocraticum, De Natura Hominis, cap. 4*

Peste aproape 2500 de ani, Ivan Pavlov (cunoscut în special pentru descoperirea reflexului condiționat) a legat tipurile de temperament de caracteristicile fiziologice ale sistemului nervos (pornind de la observațiile sale despre sistemul nervos canin).



Astfel, în lucrarea sa *Tipurile superioare de activitate nervoasă*, acesta a corelat tipurile de temperament clasice teoretizate de Hipocrate cu caracteristicile sistemului nervos: forța, echilibrul, mobilitatea proceselor de excitație și inhibiție.



Temperament	Tip nervos	Caracteristici
Sanguinic	Puternic, echilibrat, mobil	Optimist, sociabil, adaptabil
Coleric	Puternic, dezechilibrat, mobil	Impulsiv, energic, reactiv
Flegmatic	Puternic, echilibrat, lent	Calm, stabil, greu de influențat
Melancolic	Slab (inhibiții frecvente)	Sensibil, retras, ușor de rănit

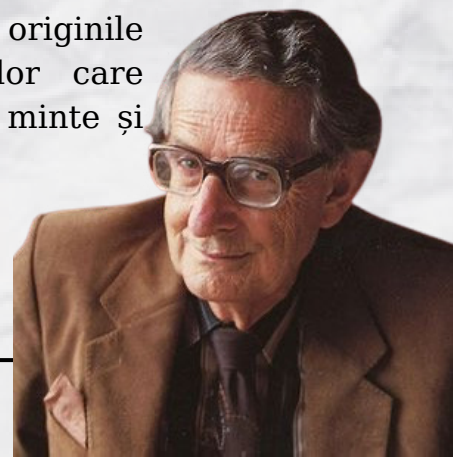
Peste câteva decenii, va veni rândul lui Jung și Eysenck să-și facă apariția, pentru a rafina aceste categorii sau a introduce unele noi. Mă voi opri însă aici, nevrând să vă plictisesc în mod excesiv. Ce e important de reținut este însă altceva: conceptualizările lui Hipocrate au jucat un rol important în psihologia temperamentului și au fost precursorile teoriilor formulate de Pavlov, Jung și Eysenck.

Concluzie

Rădăcinile psihologiei moderne se regăsesc adânc în filosofia antică, unde gânditori precum Platon, Aristotel sau Hipocrate au pus bazele reflecției asupra sufletului, rațiunii și comportamentului uman. Deși limbajul și metodele științifice s-au rafinat de-a lungul timpului, marile întrebări despre natura umană, identitate și cunoaștere rămân în esență aceleași. Studiarea influenței filozofiei antice asupra psihologiei ne ajută nu doar să înțelegem originile acestei științe, ci și să apreciem continuitatea ideilor care modelează, chiar și astăzi, modul în care gândim despre minte și comportament.



Bucur Tudor, clasa a XI-a A





Importanța artei

Arta a fost dintotdeauna un spațiu al libertății de exprimare, unde emoțiile, experiențele și perspectivele individuale se întâlnesc și se transformă în interpretări unice. Dincolo de reguli, tehnici sau curente artistice, arta prinde viață prin felul în care este percepută de fiecare privitor. Pentru unii, un tablou poate trezi nostalgie, pentru alții revoltă sau admirație, iar aceste reacții subiective dau sens și valoare operei. În acest articol vom explora modul în care oamenii își formează opiniile despre artă și cum experiențele personale influențează felul în care aceasta este înțeleasă și apreciată.

Primul interviu

Reporter: Aveți un tablou sau un desen care vă place în mod deosebit?

Participantul: Da, *The Waves* de Katsushika Hokusai, deoarece redă perfect contrastul dintre haosul vieții și liniștea interioară. Admir cum ghearele de spumă amenință bărcile, în timp ce muntele Fuji rămâne nemișcat.

Reporter: Credeți că ați putea deveni pictor sau critic de artă?

Participantul: Nu, nu am timpul necesar pentru asta.

Reporter: Considerați că arta are importanță în viața de zi cu zi?

Participantul: Da, pentru că ne ajută să ne dezvoltăm creativitatea și ne oferă un limbaj când cuvintele eșuează.

Reporter: Credeți că există ceva ce nu ar trebui să existe în lumea artei?

Participantul: Nu, consider că nimic nu ar trebui să dispară din lumea artei.



Participantul: Florea Sorina, clasa a X-a B

Al doilea interviu

Reporter: Aveți un tablou sau un desen care vă place în mod deosebit?

Participantul: Da, un tablou cu rechini care se învârt în jurul unui cerc, reprezentând modul în care oamenii se străduiesc să obțină un anumit lucru.

Reporter: Credeți că ați putea deveni pictor sau critic de artă?

Participantul: Nu cred că aș putea în mod profesionist, dar între prieteni, da.

Reporter: Considerați că arta are importanță în viața de zi cu zi?

Participantul: Participantul 5: Da, arta este importantă în viața de zi cu zi, deoarece ne ajută să ne înțelegem mai bine emoțiile și modul în care gândim, oferindu-ne ocazia să reflectăm asupra propriilor trăiri

Reporter: Credeți că există ceva ce nu ar trebui să existe în lumea artei?

Participantul: În opinia mea, orice are legătură cu arta ar trebui să existe.



Participantul: Roșu Delia, clasa a X-a B

Al treilea interviu:

Reporter: Aveți un tablou sau un desen care vă place în mod deosebit?

Participantul: Nu am preferințe personale, dar îmi place tabloul *The Persistence of Memory* de Salvador Dali, pentru stilul sau neobișnuit.

Reporter: Credeți că ați putea deveni pictor sau critic de artă?

Participantul: Nu, doresc să devin inginer.

Reporter: Considerați că arta are importanță în viața de zi cu zi?

Participantul: Da, are importanța ei, deoarece ne ajută să ne exprimăm emoțiile, să ne relaxăm și să vedem lumea din perspective diferite.

Reporter: Credeți că există ceva ce nu ar trebui să apară în lumea artei?

Participantul: Statuile.



Participantul: Oltean David, clasa a X-a B

Al patrulea interviu:

Reporter: Aveți un tablou sau un desen care vă place în mod deosebit? Si de ce?

Participantul: Da, *Noaptea înstelată* de Vincent van Gogh, pentru că transmite foarte bine emoție și neliniște prin culori și mișcare.

Reporter: Credeți că ați putea deveni pictor sau critic de artă?

Participantul: Nu, nu cred că aș putea deveni așa ceva.

Reporter: Considerați că arta are importanță în viața de zi cu zi?

Participantul: Da, deoarece ne deschide viziunea și ne dezvoltă creativitatea.

Reporter: Credeți că există ceva ce nu ar trebui să apară în lumea artei?

Participantul: Nu, nu cred.



Participantul: Tămaș Matei, clasa a X-a B

Al cincilea interviu

Reporter: Aveți un tablou sau un desen care vă place în mod deosebit? Si de ce?

Participantul: Da. Tabloul meu preferat este unul pictat de mine, în care am reprezentat un lac cu doi crabi japonezi care se învârt unul în jurul celuilalt.

Reporter: Credeți că ați putea deveni pictor sau critic de artă?

Participantul: Când eram mică voiam să devin pictoriță, dar acum nu mai cred că vreau asta.

Reporter: Considerați că arta are importanță în viața de zi cu zi?

Participantul: Da, cred că arta este foarte importantă, deoarece arta îți permite să exprimi sentimente complexe, cum ar fi dualitatea sau căutarea echilibrului, pe care uneori este greu să le pui în cuvinte.

Reporter: Ce ați dori să nu existe în lumea artei?

Participantul: Mi se pare că galeriile de artă create cu AI nu ar trebui să existe, deoarece nu au suflet în spatele lor.



Participantul: Mihu Denisa, a X-a B

Ascultând fiecare răspuns despre artă, am înțeles că adevărul nu se află într-o singură voce, ci în întâlnirea dintre ele. Fiecare perspectivă reflectă o experiență, o emoție, o teamă sau un vis diferit. În artă, aceste viziuni nu sunt doar opinii separate, ci părți ale unei imagini mai profunde despre felul în care oamenii simt și înțeleg lumea. Poate că nu există un răspuns absolut despre ce este arta, dar tocmai diversitatea ideilor ne apropie mai mult de adevărul ei.

Bufla Sigismund, clasa a X-a B



Obiective turistice culturale din Cluj-Napoca

Cluj-Napoca este unul dintre cele mai importante centre culturale și academice din România, situat în inima Transilvaniei. Orașul are o istorie foarte veche, care începe încă din perioada romană, când se numea Napoca. Clădirile vechi, construite în stil gotic sau baroc, arată influențele diferitelor culturi care au trăit aici de-a lungul timpului, cum ar fi românii, maghiarii și germanii.



Teatrul din Cluj-Napoca este un loc foarte important pentru viața culturală a orașului. Una dintre cele mai cunoscute instituții este Teatrul Național Cluj-Napoca, unde au loc spectacole variate, de la piese clasice românești și universale până la producții moderne. Primul spectacol în limba română pe această scenă a avut loc în anul 1919. De atunci și până astăzi, aici au avut loc numeroase prestații ale unor personalități de renume.

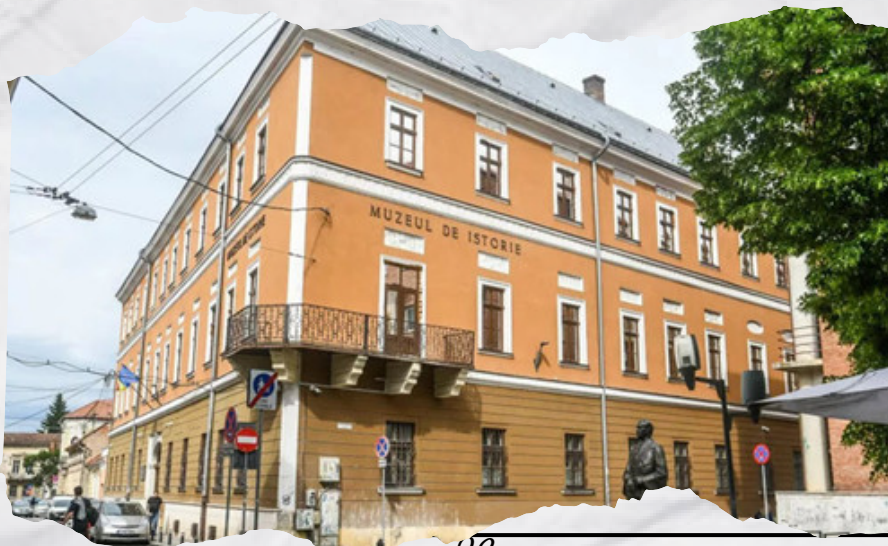


Muzeul de Artă din Cluj-Napoca funcționează în frumosul Palat Bánffy, o clădire barocă construită în secolul al XVIII-lea. Palatul este considerat una dintre cele mai importante clădiri baroce din Transilvania și se află în Piața Unirii, în centrul orașului. Deține o colecție valoroasă de artă națională și universală. Poți admira peste 10.000 de opere de artă veche și contemporană. Există aici numeroase exponate: picturi, sculpturi, artă decorativă, arte plastice, fotografie și multe altele.



Muzeul Național de Istorie a Transilvaniei este unul dintre cele mai importante muzee din Cluj-Napoca. Acesta prezintă istoria regiunii Transilvania din cele mai vechi timpuri până în perioada modernă.

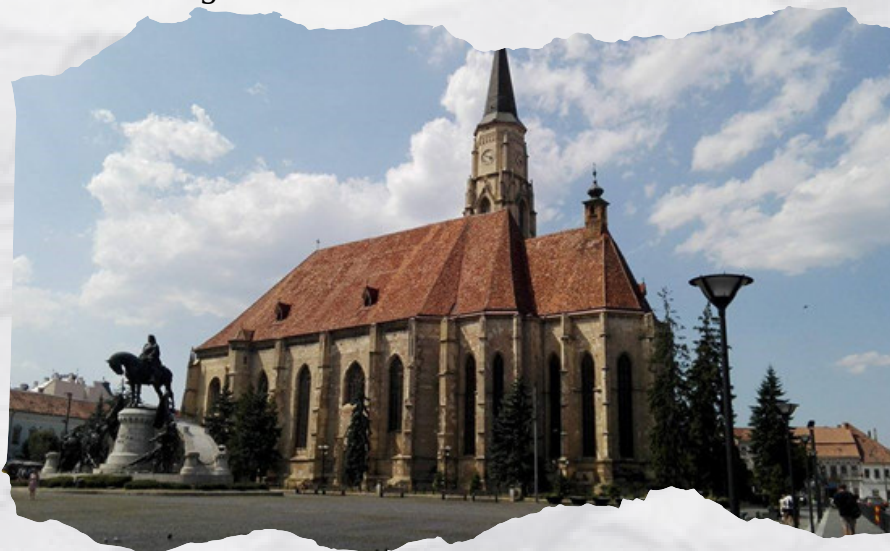
În muzeu pot fi văzute obiecte arheologice, unelte, arme, monede, ceramică și documente vechi care arată cum au trăit oamenii în trecut. O parte importantă a expoziției este dedicată perioadei dacice și romane, când orașul se numea Napoca. De asemenea, sunt prezentate informații despre Evul Mediu și despre evoluția orașelor din Transilvania.



Clădirea muzeului este monument istoric și se află în centrul orașului, ceea ce îl face ușor de vizitat. Muzeul are un rol important în păstrarea și promovarea istoriei și îi ajută pe vizitatori să înțeleagă mai bine trecutul acestei regiuni.



Biserica Sfântul Mihail este unul dintre cele mai importante monumente istorice din Cluj-Napoca. Ea se află în Piața Unirii, chiar în centrul orașului, și este un simbol al acestuia. Construită în stil gotic, biserica datează din secolele XIV-XV și impresionează prin dimensiunea sa și prin turnul înalt, care domină centrul orașului. Este una dintre cele mai reprezentative clădiri gotice din Transilvania.



Interiorul bisericii este simplu, dar elegant, cu vitralii frumoase și elemente arhitecturale specifice stilului gotic. De-a lungul timpului, aici au avut loc evenimente importante, iar biserica este legată și de personalitatea lui Matei Corvin, care s-a născut la Cluj.

Turnul croitorilor

Cu o vechime de mai bine de jumătate de mileniu, Turnul Croitorilor este un reper istoric important. A fost unul dintre bastioanele de apărare ale vechii cetăți a Clujului și unicul care a rezistat de-a lungul timpului. În urma unor ample lucrări de restaurare, efectuate acum mai bine de un deceniu, Turnul Croitorilor a devenit sediul Centrului de Cultură Urbană. Vizitatorii pot asista la diverse evenimente, expoziții sau se pot relaxa la cafeneaua din incinta turnului.

În apropiere se află statuia lui Baba Novac, datând din anul 1975, căpitanul oștii de haiduci a lui Mihai Viteazul. La începutul secolului al XVII-lea, acesta a fost arestat și ars pe rug în Cetatea Clujului. Trupul său neînsuflețit a fost tras în țeapă și expus în fața fortăreței, lângă Turnul Croitorilor.



Biserica Reformată este o altă construcție din Cluj, cu o vechime de peste jumătate de mileniu. A fost construită între anii 1486 și 1516, suferind mai multe modificări de-a lungul timpului. Biserica Reformată este un edificiu grandios, considerat o capodoperă a stilului arhitectural. Datorită măreției și istoriei sale îndelungate, se numără printre cele mai frumoase și atractive obiective turistice din Cluj. O găsești la doar 3 minute de mers pe jos de Turnul Croitorilor, pe strada Mihail Kogălniceanu. Merită să treci pe aici pentru a o vizita, fiind considerată cea mai mare de acest gen din Transilvania. În interior vei putea remarca mobilierul vechi de secole și o impresionantă orgă care datează din anul 1766.



Parcul Cetățuia este o zonă de verdeață și relaxare, situată pe un deal în apropiere de Parcul Central „Simion Bărnuțiu”, pe malul celălalt al Someșului Mic. Pe dealul Cetățuia se află ruinele unei vechi fortărețe de apărare, construite în prima jumătate a secolului al XVIII-lea. Zona este renumită în special pentru priveliștea panoramică asupra orașului pe care o oferă atât ziua, cât și noaptea. Este frecventată atât de localnici, cât și de turiști care vin aici să exploreze zona sau să se relaxeze, în timpul sezonului cald, la terasele din apropiere. Tot aici se află Turnul Parașutiștilor, Hotelul Belvedere și Crucea Eroilor Cetățuia.



Printre cele mai frumoase și interesante atracții turistice din Cluj se numără și **Grădina Botanică „Alexandru Borza”**. O plimbare prin această oază de verdeață luxuriantă, care datează din anul 1920, îți va oferi un moment de liniște și contemplare chiar în mijlocul orașului.

Grădina Botanică „Alexandru Borza” se întinde pe o suprafață de aproximativ 14 hectare și deține numeroase specii de plante din flora autohtonă și din întreaga lume. Acestea sunt organizate tematic, astfel încât vei putea vizita grădina cu plante ornamentale, medicinale, alimentare și grădina japoneză.

Serele cu plante tropicale, palmieri, plante suculente, orhidee, plante mediteraneene, acvatice, ferigi și multe altele sunt prezente aici. Este o încântare să o vizitezi primăvara, când înfloresc narcisele, zambilele și lalelele. De asemenea, numeroasele specii de trandafiri sunt o splendoare pe timpul verii. Pentru o experiență completă, vizitează și Muzeul Grădinii Botanice din incinta acesteia!



Dumnezeu intervine în viața noastră prin rugăciune sau nu ?

De-a lungul istoriei, rugăciunea a fost considerată centrul vieții spirituale, fiind văzută ca un mod de a răspunde la întrebări și de a cere ajutor de la divinitate. Deși este o practică veche, ea nu este văzută la fel de către toți. Unii consideră că rugăciunea este un dialog cu Dumnezeu, alții o privesc ca pe o practică morală și socială, iar alții ca pe un mecanism biologic de echilibrare interioară. Astfel, influența rugăciunii poate fi privită diferit și poate fi analizată din mai multe perspective, fiecare oferind o înțelegere diferită asupra relației dintre om și divinitate.

1. *Perspectiva creștină*

Perspectiva religioasă, numită și teism, susține că lumea nu este un mecanism autonom. Această viziune afirmă că existența și funcționarea lumii depind în mod constant de voința lui Dumnezeu, care nu este doar creatorul universului, ci și susținătorul și conducătorul acestuia. Dumnezeu controlează cursul istoriei și destinele vieții individuale, așa cum este menționat în Psalmul 103:19: „Domnul Și-a așezat scaunul de domnie în ceruri și domnia Lui stăpânește peste toate” și în Matei 5:45: „...ca să fiți fiii Tatălui vostru care este în ceruri; căci El face să răsară soarele Său peste cei răi și peste cei buni și dă ploaie peste cei drepti și peste cei nedrepti.” În anumite situații, Dumnezeu suspendă legile naturale pentru a-și îndeplini scopurile, exemple relevante fiind despărțirea Mării Roșii și Învierea lui Isus. Totodată, Dumnezeu intervine în lume fără a anula libertatea de alegere a omului, lăsând consecințele acțiunilor umane să se desfășoare. O metaforă sugestivă este aceea a unui meci de șah, în care omul are libertatea de a face orice mutare, însă Dumnezeu, asemenea unui maestru, poate integra orice alegere într-un plan final.

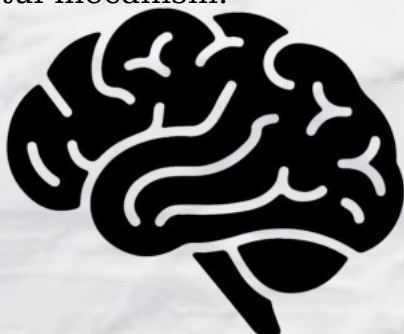
2. *Perspectiva iluministă*

Perspectiva iluministă, cunoscută și sub numele de deism, a fost un curent politic și cultural apărut în Europa în jurul secolului al XVIII-lea. Câțiva dintre acești filosofi au fost Voltaire, John Locke, Immanuel Kant, Denis Diderot. Ei au fost cei care au definit deismul ca fiind o perspectivă ce susține că lumea funcționează ca un mecanism, asemenea unui ceas, iar Dumnezeu este ceasornicarul. Ilumiștii consideră că realitatea este guvernată de legi matematice și fizice. Ei credeau că lumea poate fi prezisă, dar acest lucru este imposibil, fapt ilustrat prin două exemple celebre: *efectul fluturelui și mișcarea haotică a particulelor*.

Efectul fluturelui este un concept din teoria haosului care afirmă că o schimbare foarte mică într-un sistem complex poate produce, în timp, efecte foarte mari și imprevizibile. *Mișcarea haotică a particulelor* se referă la faptul că particulele foarte mici (atomi, molecule) se mișcă continuu, neregulat și imprevizibil, chiar și atunci când nu pare să existe o cauză vizibilă. Rugăciunea este privită critic, deoarece ar sugera ideea potrivit căreia creația nu a fost realizată perfect și ar avea nevoie de corecturi. În această viziune, viitorul este asemănat cu un puzzle matematic pe care omul trebuie să îl rezolve prin rațiune.

3. *Perspectiva biologică*

Perspectiva biologică, numită și neurobiologică, analizează rugăciunea din punct de vedere științific. Conform acestei perspective, rugăciunea poate determina scăderea nivelului de cortizol, hormon asociat stresului. De asemenea, în urma rugăciunii, în organism se eliberează oxitocină, serotonină și dopamină, substanțe cunoscute drept hormonii stării de bine. Susținătorii acestei viziuni consideră că sentimentul de protecție oferit de rugăciune reprezintă un efect placebo. Unii cercetători afirmă că Dumnezeu este un nume atribuit mecanismului nostru de apărare, în timp ce alții susțin că Dumnezeu ne-a creat în acest mod, iar rugăciunea este cheia activării acestui mecanism.



Analiza celor trei perspective asupra rugăciunii arată că influența acestora asupra vieții omului nu poate fi redusă la un adevăr absolut și universal. Fiecare perspectivă pornește de la premise diferite și oferă o interpretare proprie asupra relației dintre om, divinitate și realitate. Perspectiva religioasă vede rugăciunea ca pe o formă reală de intervenție divină, perspectiva iluministă o interpretează prin prisma rațiunii și a legilor naturale, iar perspectiva biologică explică efectele rugăciunii prin mecanisme ale creierului uman. Astfel, ceea ce este considerat „adevăr” depinde de cadrul de gândire, experiența personală și valorile fiecărui individ. În acest sens, rugăciunea nu reprezintă un adevăr pur, **obiectiv**, ci un fenomen cu semnificație subiectivă, a cărui valoare diferă de la o persoană la alta.



Spăți Sandu, clasa a X-a C





Proză scurtă



Proză scurtă
in limba română



Teleportarea

„Orașul care nu există pe hartă”

Ciocirlică Amălia Valeria, clasa a X-a C

Într-o zi lucrăm în laboratorul meu de fizică-chimie; aveam de realizat un proiect de teleportare. Eram un grup de specialiști în chimie și fizică, format de trei ani, și suntem cinci persoane implicate. Facem diferite proiecte împreună, cum ar fi: acum câteva luni am realizat un vulcan cu dicromat de amoniu (un experiment cu o reacție chimică ce erupe la aprindere, imitând un vulcan), zăpadă artificială cu poliacrilat de sodiu (atunci când această substanță se amestecă cu apa, se formează o „zăpadă” care pare foarte reală), experimente în care am studiat gravitația și multe altele.

Dintre toate experimentele efectuate, acesta era cel mai complex și cel mai dificil de realizat, fiindcă dura mult timp până să descoperim cum putem forma portalul. Până la urmă, după multă muncă, am găsit formulele potrivite și l-am creat. Totuși, exista o problemă: unde ducea acest portal?

Curioși, l-am încercat și am ajuns într-un orașel pe care nu-l mai văzusem niciodată. Erau mulți copaci care creșteau ondulat, cu niște fructe mari, roșii, și plante de toate culorile posibile. Am început să căutăm indicii pentru a ne da seama unde suntem, dar a fost în zadar: telefoanele erau blocate, iar pe harta pe care o port mereu cu mine nu apărea niciun oraș care să corespundă cu cel în care ne aflăm. Acum trebuia să găsim o cale să ne întoarcem acasă.

Între timp, ne-am dus să explorăm orașelul și să găsim un loc unde să dormim, fiindcă se lăsa noaptea și nu mai puteam căuta soluții pentru întoarcere din cauza întunericului.

Am mers și am tot mers, iar după aproximativ treizeci de minute am ajuns înapoi de unde am pornit. Astfel, ne-am dat seama că este un orașel mic, de doar câțiva kilometri. Până la urmă, am cules niște frunze din care am improvizat niște „așternuturi” și ne-am așezat la somn.

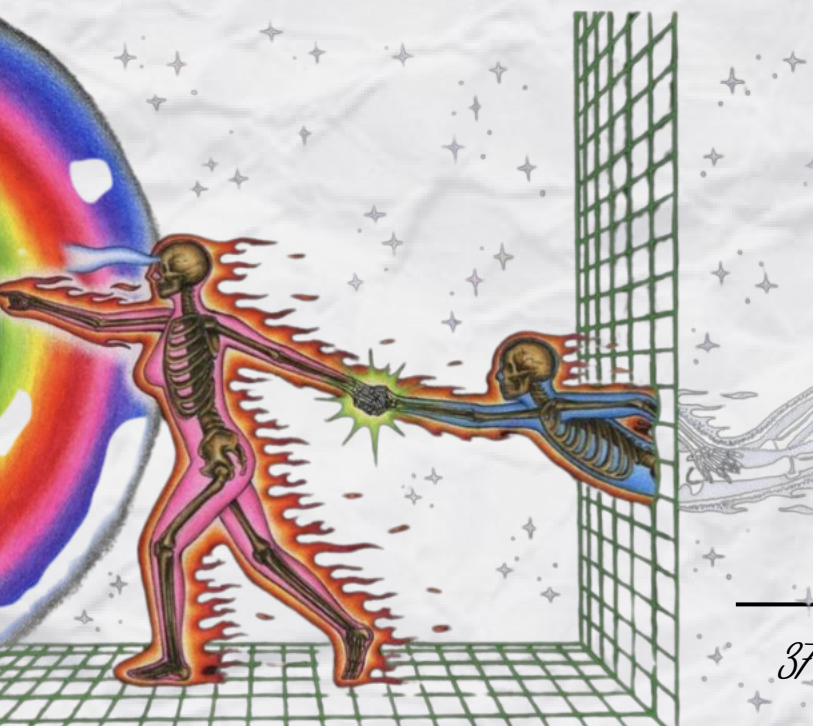
A doua zi, când ne-am trezit, am găsit foarte multe urme de animale. Noi credeam că sunt urme de urși, așa că am decis să mergem să căutăm ceva de mâncare și de băut, iar apoi să investigăm urmele găsite. Am luat-o din nou la pas, ca aseară, și am găsit niște fructe care arătau ca niște mere, dar erau gigantice și aveau gust de pepene roșu, precum și alte fructe albastre, cu un gust foarte dulce. După ce am mâncat din toate fructele ciudate pe care le-am găsit, am pornit să căutăm un râu.

În timp ce căutam apă, ne-am întâlnit cu niște creaturi care vorbeau și arătau ca niște pisici ce mergeau pe două picioare și aveau o înălțime destul de mare. Am încercat să ne împrietenim cu ele, sperând că ne vor putea ajuta.

Până la urmă, ne-am împrietenit, iar ele ne-au spus că orășelul în care am ajuns nu are nici ieșire, nici intrare, ci este o insulă mică în care te învârti în cerc continuu. Noi le-am explicat că am ajuns acolo printr-un portal, iar ele erau confuze, așa că le-am explicat ce este unul. Atunci ne-am dat seama că ar trebui să formăm un alt portal pentru a ajunge acasă.

Am pornit în căutarea elementelor de care aveam nevoie și le-am găsit, dar arătau complet diferit față de cele din lumea noastră. Toate elementele chimice le-am descoperit într-o rocă.

Apoi am început să formăm din nou portalul și, în cele din urmă, am reușit. Eram recunoscători creaturilor cu care ne-am întâlnit, așa că le-am luat cu noi și am făcut investigații. Am aflat că sunt pisici din viitor și că așa va arăta locul în care vom trăi dacă nu ne oprim din poluare. Nu ne-am oprit aici cu cercetarea aceluor orășel: am mai revenit acolo pentru a afla cum putem preveni acest viitor și cum să facem lumea mai bună, pentru a nu ajunge să locuim într-un astfel de loc.





Tistis.
 mauris
 dui accum
 donec ultric
 vulputate mi
 nulla malesuad
 licitudin ac orci
 mbh venenatis. Do
 dales neque sodales
 egestas congue quisque egestas
 cibus vifae aliquet
 neque sodales ut etiam. Neque volutpat ac tincidunt
 vitae semper quis. In dictum non consectetur a erat.
 Vestibulum lorem sed risus ultricies tristique. Quis i
 perdiet massa tincidunt nunc pulvinar sapien
 pharetra vel turpis nunc mauris
 est ullamcorper

*Proză scurtă
în limba franceză*



Proză scurtă în limba franceză

L'histoire d'un sapin de Noël

Apostol Bianca-Ionela, a K-a D

D'habitude, je me réveillais auprès de mes frères, de grands sapins, enveloppé par la neige sur mes branches touffues, mais un matin, tout a changé.

Ce matin-là, je me suis réveillé complètement sèche, avec une douleur immense dans tout mon tronc, et mes branches étaient couvertes de sphères colorées et de petites lumières. Au début, je ne comprenais pas ce qui m'était arrivé. L'air ne sentait plus la forêt et la terre gelée, mais quelque chose d'étranger, de chaud et, légèrement, quelque chose de sucré. Je n'entendais plus le vent faire bouger doucement mes branches.

À la place, autour de moi, il y avait des voix, des rires et des pas pressés. Les petites lumières sur mes branches scintillaient doucement, comme si elles comprenaient ma douleur. Je me suis alors souvenue du jour où les hommes sont venus dans la forêt. Ils m'ont choisie. J'avais senti mes racines être arrachées de la terre qui m'avait nourrie pendant des années. J'ai voulu crier, mais les arbres ne peuvent pleurer qu'en silence.

Plus tard, je me tenais droit dans un coin de la pièce, appuyée contre un support froid, loin de ma véritable maison. Pourtant, au fil de la journée, j'ai commencé à remarquer autre chose. Les enfants se rassemblaient autour de moi, les yeux grands ouverts, remplis de joie. De petites mains accrochaient des boules colorées à mes branches, et chaque contact était doux, presque reconnaissant. Sous moi sont apparues des boîtes joliment emballées, et la pièce s'est remplie de chaleur et d'espoir. Ce soir-là, lorsque mes lumières se sont allumés, j'ai ressenti pour la première fois que je n'étais pas une perte. Bien que je ne fasse plus partie de la forêt, j'étais devenue le centre d'une joie sincère. Les gens se rassemblaient autour de moi, se confiaient leurs souhaits, riaient et s'embrassaient. J'ai alors compris que mon sacrifice apportait de la lumière dans leurs âmes.

Même si mes aiguilles se dessècheront et que je disparaîtrai lentement, une partie de moi restera toujours vivante dans les souvenirs de cet hiver. Et peut-être, quelque part, mes frères, les sapins, continueront à grandir, portant plus loin notre beauté.



Proză scurtă în limba franceză

La fille qui a sauvé le village

Chiorean Zinuta - Justina, a K-a D

Il était une fois, dans un village reculé, une jeune fille nommée Zara. Elle était particulière car son toucher était mortel. Par un seul contact elle pouvait tuer quiconque. Les hivers étaient rigoureux dans ce village. Un jour, tout le village se rassemble chez le voyant, car il avait un message important pour eux.

- Chers villageois, dit-il, cet hiver sera fatal si personne ne trouvera pas la fleur de la paix.

Les villageois ont longuement cherché cette fleur mais en vain car elle est cachée dans les endroits les plus sombres et les plus dangereux. Espérant sauver le village, Zara décide de partir à sa recherche, elle aussi. Elle rassemble toutes ses affaires et se met en route. À la recherche de la fleur, le chemin est difficile et semé d'embûches. Elle gravit les montagnes, traverse le désert et des grottes, et atteint en fin le cœur de la forêt. Épuisée et couverte de blessures elle s'effondre dans l'herbe verte. Soudainelle est réveillée par l'esprit de la forêt :

- Que fais-tu dans ma forêt ?

- Je suis venu chercher la fleur de la paix.

- Comment oses-tu prendre ce que j'ai de plus précieux ?

- Je t'en prie, je dois sauver mon village.

- Comment ça ?

- Cet hiver sera fatal pour le village sans cette fleur. Personne ne veut quitter le village, ils préfèrent tout simplement périr que quitter leurs racines, quitter le lieu qu'ils appellent leur foyer.

- Alors, j'ai remarqué que tu portes les marques de la méduse. Sais-tu que cette fleur peut te guérir ? Elle peut te donner une chance de vivre une vie normale, elle peut te donner tout ce que tu désiras. La voilà !

- Je ne suis pas venu ici que pour sauver mon village.

- D'accord, je vais te donner cette fleur, mais il faut savoir qu'elle est magique à cause d'un sacrifice.

- Quel sacrifice ?

- Tout dépend de ce que tu veux. Si tu veux être fort, quelqu'un d'autre sera faible, si tu veux la richesse, quelqu'un d'autre deviendra pauvre, si tu veux sauver des vies, d'autres devront périr. Tout a un prix. Alors que feras-tu ?

- Je sauverai le village. Elle se met en route vers la maison. Les animaux ne l'attaquent plus, les orages se sont calmés. La fleur semblait la protéger. Toutefois, on dirait que tout le monde sait que sa fin, la fin de Zara, est proche.

Elle arrive au village et dit devant tous :

- Chers villageois, je suis partie à la recherche de cette fleur pour vous aider espérant que vous m'accepteriez. J'ai réussi à la rapporter mais comme cette fleur demande aussi un sacrifice, moi j'en suis prête !

Et ce fut ses derniers mots. Elle laissât la fleur et s'en alla pour toujours. Depuis lors, personne ne l'avait jamais vu, mais elle est restée dans la mémoire des villageois comme la fille qui a sauvé le village.



Proza scurtă în limba franceză

Un chat pour Noël

Zangari Teodora, a X-a G

C'était une journée froide de Noël. Il neigeait dehors et les sapins étaient couverts d'un manteau blanc. Il faisait chaud dans la maison du petit Niko et des chants de Noël résonnaient en fond sonore. Le petit Niko était un garçon de huit ans qui rêvait de recevoir un chat pour Noël. Ce garçon savait bien qu'il avait été sage toute l'année.

Il avait aidé sa mère à plier le linge, son père à réparer son vélo et sa petite sœur à faire ses devoirs. Le petit Niko était très fier de lui.

Très ému, il écrit et réécrit des milliers de fois la lettre adressée au Père Noël, il y fit aussi un très joli dessin. Tout cela pour en faire la lettre parfaite : « Cher Père Noël, je veux infiniment... S'il vous plaît, S'il vous plaît, S'il vous plaît! Je veux un chat! ». Le soir venu, le petit Niko déposa la lettre à la fenêtre, en espérant que le Père Noël la prendra.

Le lendemain matin, dès qu'il se réveilla.... surprise! La lettre adressée au Père Noël est disparue! Il resta une seconde sans souffle. « C'était le Père Noël qui avait pris la lettre ou c'était quelqu'un d'autre ou même le vent ou un oiseau ? » Dans son cerveau lui apparaissaient plein de pensées négatives. Il croyait au Père Noël, il savait bien qu'il méritait ce cadeau, mais il avait toujours des doutes. Très timidement, ses pas le portaient vers le sapin. Il n'osait même pas regarder dessous. Soudain, quand il leva les yeux, devant lui ...une grande boîte est apparue sous le sapin. Tout excité, le petit Niko courut vers l'arbre et ouvrit le cadeau. Dans la boîte?

Une boule de fourrure, toute moelleuse. Niko n'osait pas croire, c'était un chaton. Un petit chat blanc au nez rose. Le petit Niko, tout content, enleva le chat de la boîte et commença à le caresser. « Flocon, le nom du petit chat est Flocon » pensa Niko, c'était grâce à la couleur de son pelage.

Le reste de la famille s'est réveillé et est allé voir le petit Niko. Eux aussi, ils caressèrent le chat nouvellement arrivé avec beaucoup d'amour. Avec de nombreux "awww!" et "mignon!", le chat a été accepté dans la famille. Aujourd'hui aussi, ce chat est toujours aimé. Il est devenu le tout petit cadet de la famille.



Proza scurtă în limba franceză

La danse des flocons de neige

Ondrei Ionela, a X^T-a F

Comme on le sait, l'hiver est la saison de l'amour. C'est la saison où les mains se cherchent, où les regards se réchauffent, où une simple tasse de chocolat chaud peut apaiser une âme fatiguée et faire fondre un cœur, comme la neige sous un souffle tiède.

C'est dans ce décor de glace et de silence que commence l'histoire de deux étoiles : Elle et Ramon, deux patineurs d'exception, réunis par le destin sur une surface aussi belle que dangereuse. Pour eux, la glace n'était pas seulement un lieu d'entraînement. Celle-ci était leur refuge, leur épreuve, leur langage secret. Chaque pas dessinait une promesse invisible, chaque chute laissait une trace dans leurs cœurs, chaque réussite renforçait un lien qu'ils n'osaient pas encore nommer.

Deux années plus tard. La veille de la compétition, alors que le monde semblait retenir son souffle, Elle se rendit seule au lac. Elle savait que le moment était venu. Elle voulait être prête, parfaite, irréprochable. La nuit tombait lentement, enveloppant le lac d'un calme presque irréel. Seul le bruit de ses patins fendait le silence, régulier, précis, presque apaisant.

Soudain, une silhouette apparut au loin. C'était Ramon. Il ne parlait pas. Il observait simplement, conscient que certaines présences rassurent plus que mille paroles. Mais le destin, imprévisible et cruel, frappa sans avertissement. La glace céda sous le poids d'Elle. En une seconde, tout bascula. L'eau glacée l'engloutit, coupant son souffle et paralysant ses mouvements.

Elle tenta de crier, mais sa voix se perdit dans le froid. Sans réfléchir, Ramon se jeta à l'eau. Il ne pensa ni au danger, ni au froid, ni à sa propre vie. Seule Elle comptait. Avec une force née de la peur de la perdre, il brisa la glace et plongea vers elle. Les secondes devinrent des minutes interminables... puis enfin, il la ramena à la surface. Ils restèrent immobiles, enlacés, tremblants. Dans le silence glacé, Elle comprit ce qu'elle avait toujours refusé d'admettre: Ramon n'était pas seulement un partenaire d'entraînement. Il était celui qui la sauvait, encore et encore. Celui en qui elle pouvait avoir une confiance absolue.

Le jour de la compétition arrive. Le matin apporta une nouvelle déchirante. Elle était désormais sans partenaire. Il ne restait que cinq heures avant la compétition de ses rêves. Le cœur lourd, Elle retourna au lac. Impossible d'abandonner cet endroit qui avait vu naître ses espoirs. Seule, debout sur la glace, perdue... Elle patinait sans but, laissant ses larmes se mêler à la glace. Puis, des pas familiers rompirent le silence. Ramon était là. Le temps s'arrêta. Il n'y eut ni longues explications ni promesses inutiles. Seulement une certitude profonde : il leur restait deux heures. Deux heures pour tout reconstruire. Ils commencèrent à patiner ensemble. Leurs mouvements s'accordaient naturellement, comme s'ils ne s'étaient jamais quittés. Ils glissaient sur la glace tout comme deux flocons de neige, heureux et libres. Et les étoiles semblaient danser avec eux, portés par une confiance sincère et silencieuse.

Le jour de la compétition, le public retint son souffle. Leur danse n'était pas parfaite — elle était vraie. Chaque geste racontait leur histoire, chaque regard révélait leur lien. La glace ne semblait plus froide : elle vibrait sous leurs pas. Le monde entier semblait sentir leur joie et danser avec leurs âmes.



Proză scurtă în limba franceză

Un jour d'hiver

Paradis Alexia, a X^e-a F

Tout a commencé ainsi. Il y avait une fille nommée Jane, elle avait 14 ans, c'était la benjamine de la famille. Sa sœur avait quitté la maison à 18 ans, depuis il y a presque deux ans. Leur vie n'était pas si agréable, à tel point que même son frère prévoyait de partir, de sorte que Jane se retrouverait seule. Seulement à tout traverser, jusqu'à ce qu'il arrive, pour elle aussi, le moment de partir. Elle aimait beaucoup sa sœur, elles étaient comme des meilleures amies, mais une fois partie, sa sœur oubliât Jane. La relation de Jane avec son frère... n'existait même pas. Ils se saluaient seulement en se croisant, et c'est tout.

Jane était une fille comme les autres, mais elle ne s'est jamais vraiment considérée comme telle, simplement parce qu'elle était différente des autres : son état d'esprit était différent, elle se sentait différente du reste du monde. Certains l'insultaient, la traitait de bizarre et de laide. Autrefois, elle y était habituée, elle avait appris à gérer la situation, à faire face et à essayer de survivre. Pourtant, depuis un moment, elle avait commencé à tout ressentir : chaque petite insulte, chaque remarque désobligeante sur son apparence, chaque boutade sur ses centres d'intérêt, absolument tout avait commencé à peser lourd sur elle.

Elle avait néanmoins quelques amis et une meilleure amie aussi. Elle sortait le week-end avec son petit groupe d'amis avec qui elle partageaient presque tout, des centres d'intérêt aux habitudes. Toutefois, à présent elle parlait rarement à sa meilleure amie, car celle-ci avait déménagé à la fin de la troisième. Elles étaient allées dans des lycées différents. Elles étaient restées en contact malgré tout, même si elles se parlaient maintenant très peu, elles étaient toujours là l'une pour l'autre et se disaient tout. Mais pour Jane, ce n'était pas facile. Jane cachait beaucoup de choses à sa meilleure amie, car elle avait peur de sa réaction si celle-ci avait découvert ce qu'elle faisait.

Jane n'en pouvait plus, elle était tout à fait lasse. Elle n'allait presque plus à l'école, elle restait juste à la maison... pour gérer le désordre ambiant, en espérant que son tour viendrait enfin... le moment de partir et de ne jamais revenir dans ce chaos, d'oublier tout et de recommencer à zéro... de disparaître et de vivre la vie dont elle avait toujours rêvé.

Deux ans passent et le frère de Jane part lui aussi... Elle se retrouve seule avec ses parents et cela ne fait que tout empirer. Elle essaie même de leur en parler, mais ils ne l'écoutent pas. Ils lui répètent sans cesse : « Tu es adolescente, tu ne devrais pas avoir ce genre de problèmes, c'est juste une phase.

Prends-toi et tais-toi. » « Une phase », disent-ils... Mais leur fille est toujours au bord de l'impasse, sans avenir, sans même un lendemain.

Un jour, Jane décida de fuguer... pendant la nuit. Tout était devenu trop lourd à porter, elle n'en pouvait plus, elle ne savait plus quoi faire pour surmonter tout ça. Alors voilà sa décision : ne plus attendre, tu vas mal finir, il faut fuir. La nuit tomba, ses parents dormaient, elle préparait ses affaires pour partir. Une fois ses affaires emballées, elle regarda une dernière fois sa chambre en pensant : « Ces murs connaîtront à jamais mes luttes et ils resteront avec eux, ils ne verront jamais la petite Jane heureuse. » Et elle sauta par la fenêtre et courut.

Elle pensait avoir échappé à tout, à chaque lutte, à chaque cicatrice, et pensait qu'elle serait enfin heureuse, tout seule, et qu'elle aurait probablement une famille... avec deux enfants et un mari attentionné qui la traiterait bien. Mais le destin peut changer les plans, n'est-ce pas ?

Elle s'est enfuie loin de chez elle et elle ne savait pas quoi faire. Tout d'un coup, elle est tombée sur une station-service et elle vit une voiture ouverte... Sa première pensée ? « La voler etcourir. » Elle l'a fait, mais elle n'était pas douée pour conduire... elle savait à peine comment fonctionnait une voiture. Malheureusement, son bonheur et sa route n'était pas si longue... car à environ 5 km de là, puisqu'il neigeait et il grêlait, et qu'elle traversait un pont haut et long... elle avait perdu le contrôle de la voiture, et la voiture a été projetée par-dessus le bord... directement sur le gros rocher sous le pont.

Elle avait enfin un but et une idée de son avenir pour la première fois de sa vie, mais... il ne lui restait que son imagination car le destin peut changer, parfois dramatiquement. Ses parents ne l'ont retrouvée que deux ans plus tard. Sous le pont, il n'avait resté plus rien, seulement la voiture... et les rêves de Jane.

C'était l'histoire tragique d'une journée d'hiver, non, d'une demi-journée d'hiver normale, qui peut se transformer en dernière histoire pour quelqu'un qui avait enfin des rêves qu'il voulait réaliser, mais qui n'en a jamais eu l'occasion.



Courte histoire d'un monde de givre éternel

Marie Robert, a X-a F

Caleb naquit dans un monde de givre éternel, un hiver sans fin, sombre et glacial. Ses ancêtres avaient bâti des fourneaux immenses, alimentés par la chaleur des arbres et le compost de ceux qui les faisaient brûler. À 24 ans, Caleb était un homme, engagé dans les Scouts de la ville, une organisation fondée par les grands inventeurs d'antan. Sa mission était simple, mais loin d'être sans danger: explorer les ruines de l'ancien monde à la recherche de technologies perdues.

C'est un de ces jours-là qu'il fit une découverte. Ni tout à fait un homme, ni tout à fait une bête. Un être de métal, se prélassant au soleil. Caleb fut envoyé seul pour s'approcher de la créature. De cette distance, il pouvait voir qu'elle ressemblait à un chien.

Cependant, elle était bien plus imposante que n'importe quel animal errant. Elle se dandina à son approche, le scrutant de ses yeux, faits de caméras.

Ceux du Scout n'étaient pas faits pour le combat. Malgré le froid, Caleb courut vers l'abri le plus proche, fuyant les pas lourds de la créature mécanique. Caleb parvint à se glisser sous les ruines d'un bâtiment. Les grognements électriques du chien l'assourdirent presque. À bout de souffle, il chercha sa radio et signala sa découverte, espérant une réponse de son chef d'escouade.

Sa chance, pourtant abondante, le trahit. Le chien avait brouillé le signal. Il allait devoir endurer le froid glacial, ou lutter contre lui. Caleb n'était pas courageux. Il choisit d'attendre que le chien s'en aille. Il supporta le froid pendant une heure et demie, jusqu'à ce que la bête disparaisse.

Il appela son chef d'escouade par radio et obtint enfin une réponse. Il entendit des coups de feu qui se rapprochaient. L'équipe de secours était arrivée. Caleb n'avait jamais été aussi soulagé. Tout va bien qui finit bien.





Poezie în limba engleză



Poezie in limba engleza

The bells used to mean sanctuary, now they count down to something I cannot put my finger on.

The end? The long promised demise of the rotten fruit we've refused to nurture into abundance of harvest, spreading like infection, from what once could've fed all our spirits.

There's a soft hope, somebody humming to the sound, like they've not seen the destruction, only the seeds in the soil.

Maybe the rot can be used as fertilizer.

Do I listen in awe, or envy, to that dreaded, sorrowful, yet hopeful tune? I am not sure.

The bells haven't stopped ringing.

Neither has their singing. Maybe it's the beginning. Is hope gone, or is it just no longer allowed?

Pintilie Denisa, clasa a XI-a E



FRANCE
Paris



*Poezii în
limba franceză*



Poezii în limba franceză

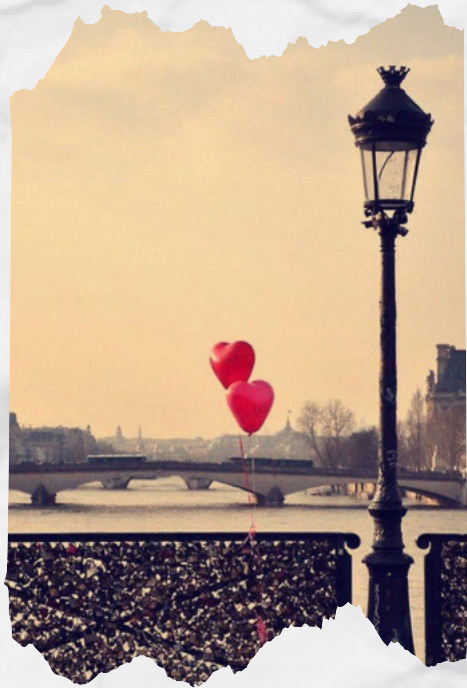
Le souffle des adieux

Toader-Plesa Daria-Giulia Andreea, clasa a IX-a D

Des nuits entières de chagrin
Ont lentement passées devant mes yeux
Et nous sommes restées éloignés
Et cela me tue...

Reviens vers moi, mon amour,
Restons encore nous deux,
Raconte-moi des histoires tristes et douces
Comme les nuits sereines et claires.

Le cruel désir m'écrase
Et m'enivre d'amour,
Je pense toujours à toi
Depuis que tu m'as dit : « Je t'adore ».



Toi, métaphore bleue,

Toader-Plesa Daria-Giulia Andreea, clasa a IX-a D

Toi, métaphore bleue,
Enveloppée de parfum doux,
Tu reste là à attendre que je te dise
Ton trésor écouté doucement.

Depuis un temps, tu n'en es plus venu,
Peut-être que tu m'as quitté.
Tu m'as laissé des contes muets,
Des yeux fragiles et milles rêves.

Depuis que je ne t'ai plus trouvé
Sans cesse je t'ai cherchée,
Par les nuits, les rêves et la peine,
J'ai passé car tu m'as laissé.

Je t'entends toujours sans fin,
Peut-être seulement dans mon esprit,
Quand tu murmures encore « adieu »
Et je pense que c'est peut-être vrai.



L'amour

Poezii în limba franceză

Juf. Nicoleta Andrada, clasa a X-a D

L'amour est un sentiment,
Ce n'est pas un événement
Dès que tu le rencontres,
Tu as l'impression de tomber amoureux.

Quand tu te sens fatigué,
Tu as besoin de te sentir aimé.
Cela te donne confiance et force,
Mais surtout ça te met de bonne humeur.

Tu as des papillons dans le ventre,
Tu as l'impression d'être ailleurs.
C'est comme si tu étais dans un autre monde,
Où tout est parfait.



Je le répète

David Stefania-Gabriela, clasa a X-a G

Je m'en souviens encore
Nous deux, à travers Madrid,
Main dans la main, sans fin.

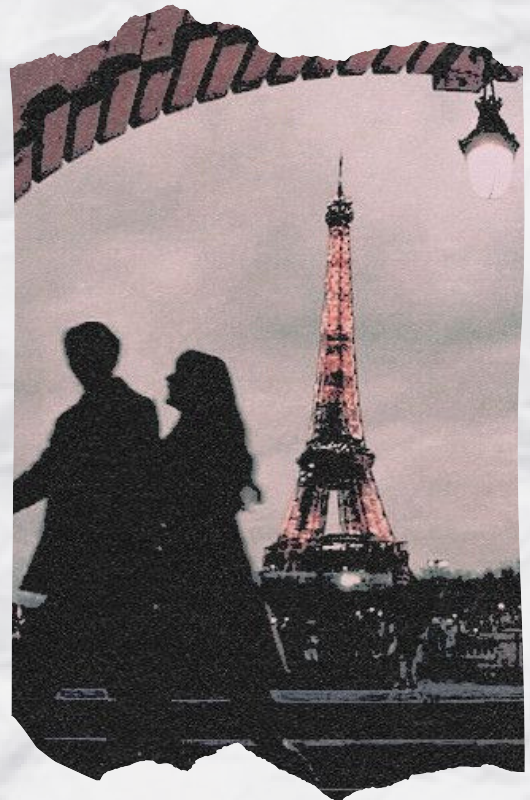
J'ai rêvé de cette même rue à Paris
Ton rire était doux et le temps s'écoulait
Si je te disais tout ce que je ferai pour toi
Les étoiles riraient de nulle part.

Nous parlions d'amour, mais seulement avec toi
J'ai appris ce que signifie ressentir pleinement
Peut-être que demain sera une erreur, je le sais,

Mais je ne changerais rien à ce qui est vivant
Car même s'il y avait de la douleur ou un nuage.
Je referai vivre notre amour encore et encore, par désir.

Certains disent que je ne suis plus la même
Mais je me suis retrouvée en toi
Depuis que je t'ai rencontré, le monde a un sens
Et le ciel semble plus proche, plus plein de bonté,
Maintenant juste nous deux, sous le même vol.

Nous cherchons un ciel pour notre amour
Et même si demain il y a un autre décor
Je recommencerai tout, sans peur, sans masque.





...at quis rursus sed vulputate odio. Sed
...ismod lacina at quis. Ut tellus elementum
...cies lacus sed turpis trincidunt id aliquet
...assa ultricies mi quis. Magna fermentum
...t amet tellus



Recenzie de carte



Recenzie de carte

After Dark

by Haruki Murakami

Short Summary of the Book

After Dark is a surreal and atmospheric novel that takes place throughout one night in Tokyo. The story primarily follows Mari Asai, a quiet and intelligent 19-year-old girl who spends her night reading in a Denny's restaurant. As the night progresses, she becomes entangled in a series of strange events involving a former female wrestler, a love hotel, a Chinese prostitute, and a mysterious man connected to a violent incident.

Parallel to Mari's journey, we occasionally glimpse into the room where her older sister Eri Asai, a beautiful model, lies in a deep, unnatural sleep. These two narratives — one grounded and the other dreamlike — intertwine and reflect deeper themes of alienation, connection, and the blurred line between reality and the subconscious.

The novel captures the fleeting, liminal quality of nighttime life in a city that never truly sleeps, exploring how people drift in and out of each other's orbits in profound if brief, ways.

Information About the Author

Haruki Murakami is one of Japan's most celebrated contemporary authors, known for his unique blend of magical realism, pop culture references, and deep psychological insight. Born in Kyoto in 1949, Murakami studied drama at Waseda University in Tokyo and ran a jazz bar before becoming a full-time writer.

His novels, including *Norwegian Wood*, *Kafka on the Shore* and *1Q84*, often explore themes of loneliness, existential searching, and parallel realities.

Murakami's writing is deeply influenced by Western literature, jazz music, and the surreal, often earning him comparisons to writers like Franz Kafka and Raymond Chandler.





Personal Opinion

After Dark is a haunting and beautifully written novel that captures the mood and mystery of nighttime urban life, what I appreciated most was how Murakami creates an atmosphere that feels almost cinematic—quiet, introspective, and filled with subtle tension.

The shifting perspective, especially the use of a detached narrator watching Eri sleep, adds a layer of otherworldliness to the story. At times, it feels like we are not just reading about a night in Tokyo, but experiencing a dream ourselves.

While the novel is short and somewhat open-ended, I found that to be one of its strengths. It doesn't provide all the answers, but instead invites the reader to reflect on themes like isolation, connection, and the hidden layers of everyday life. It's not a book for someone looking for a conventional plot, but it is gratifying for those who enjoy mood, introspection, and poetic storytelling.

Rating: 4.5/5

After Dark is a quiet, contemplative masterpiece that lingers in the mind long after the final page.

Fictio.
mauris
dui accumsa
donec ultrices
vulputate mi s
nulla malesuada.
licitudin ac orci pha
nibh venenatis. Donec
dales neque sodales ut etia
egestas congue quisque egestas
cibus vitae aliquet nec ullamcorper. Non soc
neque sodales ut etiam. Neque volutpat ac tinc
vitae semper quis. In dictum non consectetur
Vestibulum lorem sed risus ultricies tristique.
perdiet massa tincidunt nunc pulvinar sapi
pharetra vel tur
est ullam



Recenzie de carte

After the Quake

by Haruki Murakami

Introduction:

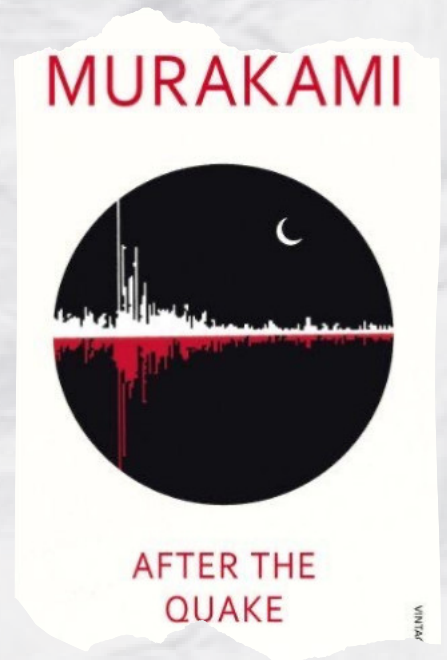
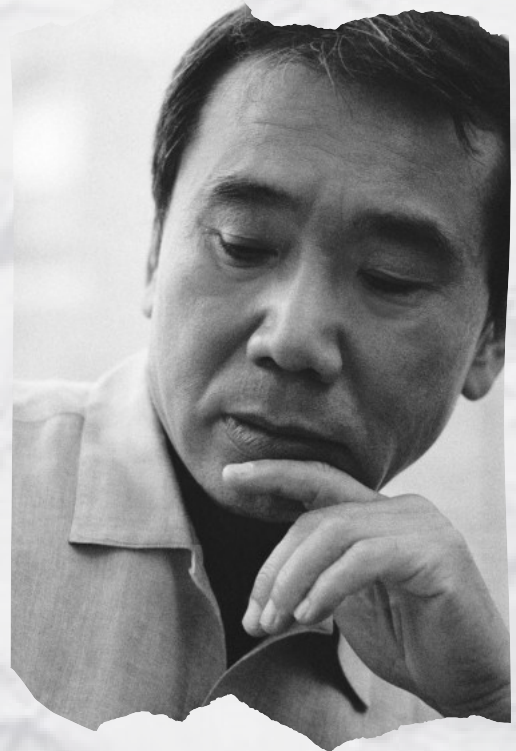
After the Quake is a short story collection written by renowned Japanese author Haruki Murakami, first published in 2000. The stories are set in the aftermath of the 1995 Kobe earthquake, one of the most devastating natural disasters in modern Japanese history. Rather than focusing on the physical destruction, Murakami explores the psychological and emotional impact of the quake on people indirectly connected to the event. Through six stories, the author delves into themes of disconnection, memory, identity, and healing.

Plot Summary:

The collection includes six distinct short stories: *UFO in Kushiro*, *Landscape with Flatiron*, *All God's Children Can Dance*, *Thailand*, *Super-Frog Saves Tokyo*, and *Honey Pie*. Each story presents a unique protagonist who is affected, either directly or tangentially, by the Kobe earthquake. In *UFO in Kushiro*, a man is abandoned by his wife after the quake and embarks on an unusual journey to deliver a mysterious box, reflecting his emotional displacement. *Landscape with Flatiron* follows a young woman haunted by suicidal thoughts, finding fleeting comfort in a bonfire ritual with a lonely painter.

All God's Children Can Dance portrays a young man grappling with the complex nature of his identity and faith.

Thailand features a doctor who travels abroad and begins to confront the bitterness she has carried since a past betrayal. *Super-Frog Saves Tokyo*, arguably the most surreal of the collection, depicts a giant talking frog recruiting an ordinary man to save Tokyo from an impending earthquake. Finally, *Honey Pie* tells the story of a writer who finally gains the courage to pursue the woman he loves after recognizing the fragility of life.



Analysis of Themes and Characters:

One of the most prominent themes in *After the Quake* is disconnection — between people, between individuals and society, and between internal and external realities. Murakami's characters are often isolated, emotionally distant, or struggling with unresolved trauma. The earthquake acts as a catalyst that stirs buried feelings and prompts a reevaluation of life.

Another central theme is existential uncertainty. Characters such as Komura in *UFO in Kushiro* and Frog in *Super-Frog Saves Tokyo* grapple with abstract ideas of purpose and meaning. Murakami blends the mundane with the surreal to suggest that reality itself is fluid, and truth is often elusive. Healing and transformation are also critical. While the characters are not physically injured by the earthquake, their emotional wounds are profound. Through introspection, symbolic acts, or fantastical encounters, many of them take steps toward recovery.

Murakami's characters are often passive and reflective individuals who find themselves on the cusp of emotional transformation. For example, in *Honey Pie*, Junpei's development from a detached observer to someone willing to act on his desires signals growth and reconnection.



Personal Opinion:

After the Quake is a powerful and introspective collection, I appreciated Murakami's ability to depict internal conflict with such subtlety and grace. The surreal elements, particularly in *Super-Frog Saves Tokyo*, added a layer of metaphor that enriched the themes rather than detracting from them. I found the emotional nuance of *Honey Pie* and *UFO in Kushiro* especially compelling. While the stories are quiet and understated, they leave a lasting impression by capturing the uncertainty and vulnerability of human life.

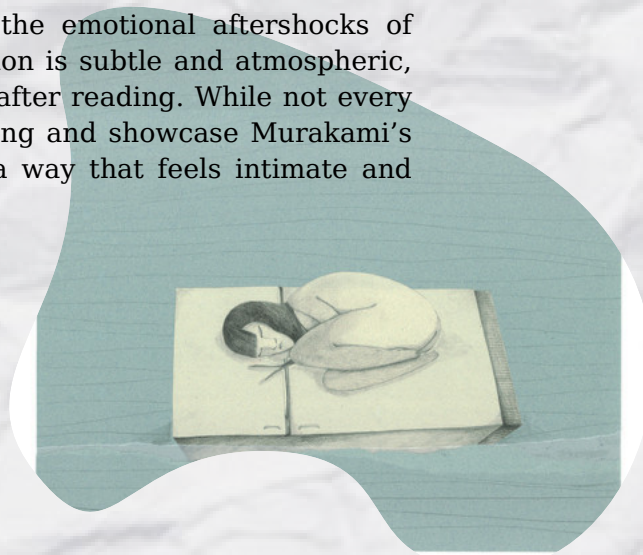
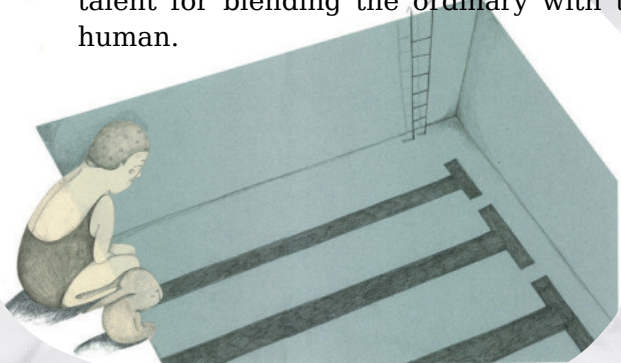
Conclusion:

Haruki Murakami's *After the Quake* is a poignant meditation on the emotional aftershocks of a disaster. Through six diverse stories, he explores how trauma reverberates through individuals' lives in unexpected ways. The collection is less about the physical destruction of the Kobe earthquake and more about the psychological landscapes it unsettled. With lyrical prose, enigmatic symbolism, and richly drawn characters, Murakami invites readers to reflect on loss, resilience, and the possibility of healing.



Rating: 4/5

Murakami's quiet, unsettling stories capture the emotional aftershocks of disaster better than the earthquake itself. The collection is subtle and atmospheric, with a haunting sense of dislocation that lingers long after reading. While not every story is equally strong, the best ones are deeply moving and showcase Murakami's talent for blending the ordinary with the surreal in a way that feels intimate and human.



Recenzie de carte

Norwegian Wood **by Haruki Murakami**

Introduction:

Norwegian Wood is a novel by acclaimed Japanese author Haruki Murakami, first published in 1987. It marked a turning point in Murakami's career, propelling him to widespread fame in Japan. Unlike many of his other works that involve surreal or fantastical elements, *Norwegian Wood* is a deeply realistic and emotionally resonant coming-of-age story. Set in 1960s Tokyo, the novel explores themes of love, loss, mental illness, and the painful process of growing up. The title is taken from a Beatles song that plays a symbolic role throughout the narrative.



Plot Summary:

The novel is narrated by Toru Watanabe, a quiet and introspective college student. The story begins in the present as Toru, now in his late 30s, hears the song *Norwegian Wood* while landing at a German airport, which triggers memories of his youth. The bulk of the novel is a flashback to his time as a university student in Tokyo.

Toru is haunted by the suicide of his best friend, Kizuki, which deeply affects both him and Kizuki's girlfriend, Naoko. Toru and Naoko reconnect and grow close, bound by shared grief. However, Naoko suffers from mental illness and eventually retreats to a sanatorium in the countryside, where Toru visits her but struggles to bridge the emotional distance between them.

Meanwhile, Toru meets Midori, an outspoken and energetic classmate who challenges his worldview and offers a more vibrant, if not chaotic, form of love. Caught between the tragic fragility of Naoko and the raw vitality of Midori, Toru is forced to confront his desires, responsibilities, and the reality of death and loss.

MURAKAMI



NORWEGIAN
WOOD

Analysis of Themes and Characters:

One of the most central themes in *Norwegian Wood* is death and its aftermath. Almost every character is dealing with some form of grief, whether from suicide, illness, or emotional abandonment. For Toru, Kizuki's death is not just a loss but a catalyst for years of introspection and emotional confusion. Naoko's inability to cope with her trauma highlights the long-lasting psychological scars that tragedy can leave behind.

Another key theme is mental illness, portrayed through Naoko and other characters at the sanatorium. Murakami treats these conditions with sensitivity, showing how deeply mental health can affect relationships and self-identity. The novel also explores the theme of sexuality, not just as a physical act but as a means of connection, escape, and sometimes confusion. For Toru, sex is often linked to vulnerability, responsibility, and emotional complexity.

Toru Watanabe is a classic Murakami protagonist: introspective, observant, and somewhat detached.

He is sincere and loyal but also uncertain and passive, often torn between competing desires. Naoko represents fragility and emotional depth, while Midori is spontaneous, alive, and refreshingly honest. Both women reflect different parts of Toru's inner world and the choices he must eventually make.

Personal Opinion:

Norwegian Wood is a beautifully written and emotionally powerful novel. I found its honest depiction of grief, depression, and young love to be incredibly moving.

Murakami's prose — simple yet lyrical — captures complex emotions with precision. While the tone is melancholic, the novel also contains moments of warmth and connection. I was more drawn to Midori's character, as she added a sense of balance and hope to an otherwise sorrowful narrative. The emotional ambiguity at the end left me reflecting on how unresolved life can often be, which is part of the novel's brilliance.



Conclusion:

Norwegian Wood stands out as one of Haruki Murakami's most accessible and emotionally grounded works. Through the story of Toru Watanabe, the novel delves into love, loss, and the struggle to find meaning in a world shadowed by death and disillusionment. With richly developed characters and themes that resonate deeply, *Norwegian Wood* remains a powerful meditation on youth, memory, and the painful beauty of growing up.

Rating: 4.5/5

Murakami delivers a deeply melancholic and intimate coming-of-age story that lingers in the mind long after the final page. The novel's strength lies in its emotional honesty, quiet beauty, and unforgettable atmosphere, even when it feels slow or heavy. Its exploration of love, loss, and loneliness is tender and painful in equal measure, making it one of Murakami's most affecting works.

Groza Mara, clasa a X-a C

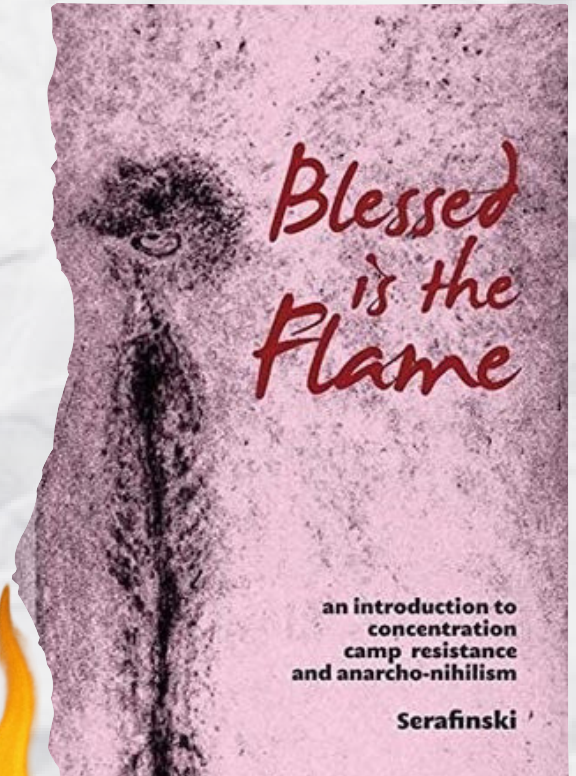
Blessed is the Flame **de Serafinski**

„Să nu ne mai consumăm viața așteptând o zi care s-ar putea să nu vină niciodată. Să facem din revolta noastră un incendiu care arde chiar acum, în prezent, fără să ne pese dacă lumina lui va fi văzută de cineva.”

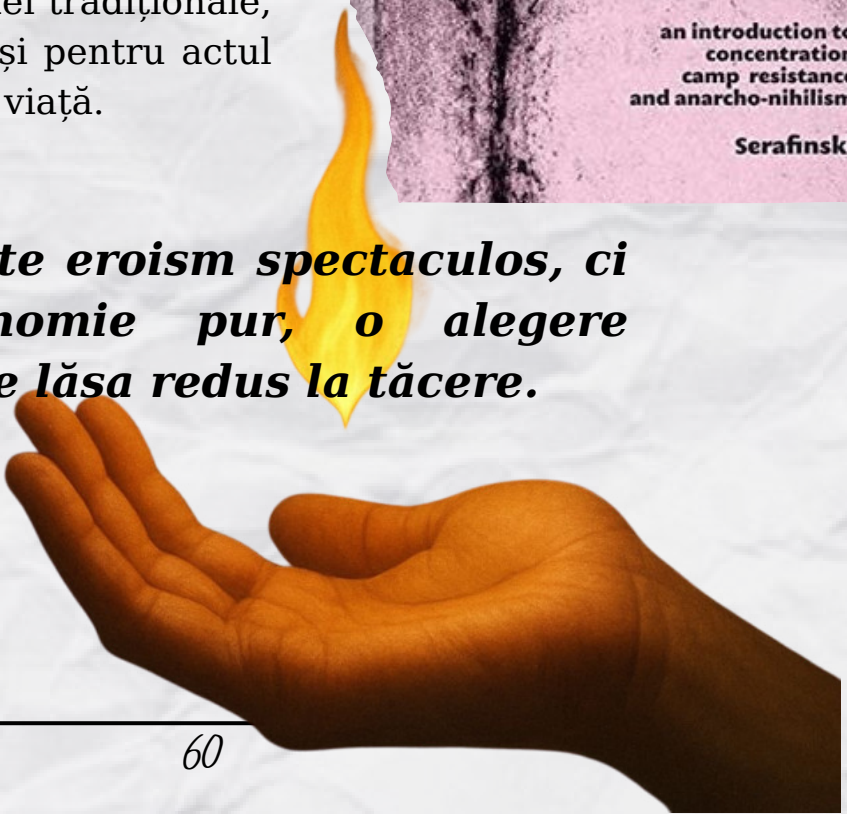


Blessed is the Flame este o carte scurtă, dar foarte interesantă. Serafinski folosește întâmplările din lagărele naziste ca metafore pentru orice formă de opresiune, arătând că adevărata rezistență nu se face doar pentru un viitor mai bun, ci și pentru ea însăși specific curentului filozofic anarcho-nihilist.

Acest curent se bazează pe faptul că oamenii ar trebui să se opună și să refuze orice tip de autoritate, nu pentru o societate mai bună, lucru specific anarhiei tradiționale, ci pentru libertatea înnăscută și pentru actul în sine care îți oferă un scop în viață.



Rezistența nu este eroism spectaculos, ci un act de autonomie pur, o alegere conștientă de a nu te lăsa redus la tăcere.



Fiecare poveste menționată în text ne arată felurile în care oamenii din lagăre se opuneau chiar dacă își riscau viața fie prin revolte, sabotaj sau chiar prin răspândirea unor cântece sau tradiții. Aceste gesturi de sfidare, oricât de mici sau lipsite de sens aparent, sunt o afirmare a libertății și un refuz de a accepta pacificarea.

Mesajul filosofic al cărții este clar: oamenii trebuie să reziste și să sfideze pasivitatea, dominarea și controlul, chiar și atunci când șansele de succes sunt nule.

În esență, *Blessed is the Flame* vorbește despre puterea de a rezista și de a refuza supunerea, ca valoare în sine, chiar în fața celor mai dificile circumstanțe.



Cine este Serafinski?

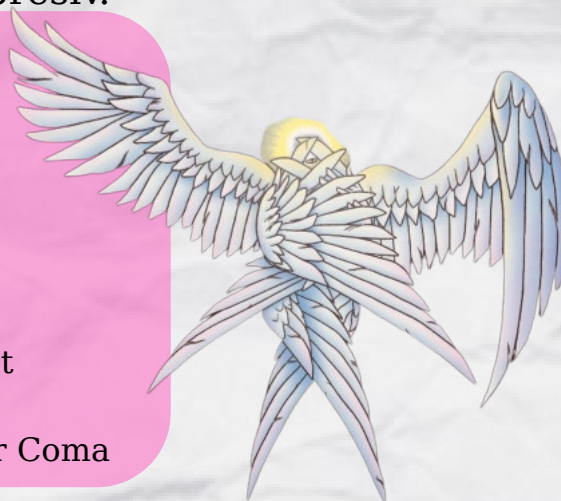
Deși identitatea sa rămâne discretă, Serafinski este o voce influentă în filozofia politică non-tradițională.

Prin scrierile sale, el explorează „nihilismul anarhic”, nu ca pe o formă de disperare, ci ca pe o metodă de eliberare de sub așteptările societății. În *Blessed is the Flame*, el refuză viziunea clasică a „victoriei finale”, argumentând că actul de a rezista este, în sine, victoria cea mai mare pe care o poate obține un individ împotriva unui sistem opresiv.



Playlist pentru lectura

Godspeed You! Black
Emperor - East Hasting
Mogwai-Take Me Somewhere Nice
Max Richter - On the Nature of Daylight
Hauschka - Abandoned City
Explosions in the Sky-First Breath After Coma

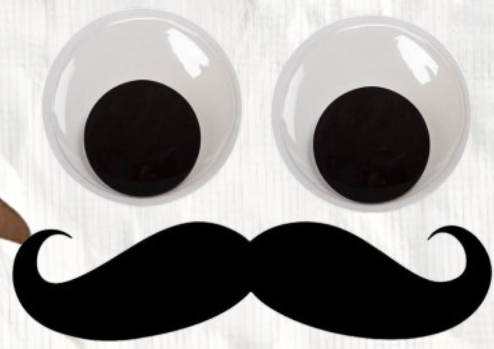




'Belles esprits inspirent les autres.'

'Beautiful minds inspire others.'

Activități care s-au desfășurat în perioada anului școlar 2025-2026



53 126.90	27 58.93	28 58.69	6 12.01
I	Co	Ni	C
Iodine	Cobalt	Nickel	Carbon



Verde e noul combustibil

Uneori, cele mai mari schimbări pornesc din locuri mici: o sală de clasă, un proiect, o idee spusă în trecere în timpul unei ore. În spatele fiecărui studiu, cercetări sau încercări, există emoții, curaj și oameni care vor ceva mai mult de la ei - să își valorifice talentul în ceva mai mult decât note. Iar asta merită o atenție specială!

În data de 20 noiembrie 2025, echipa **BioClean Fuel** ne-a prezentat un proiect vizionar: o alternativă ecologică pentru combustibil. Echipa, formată din Gabriel Pustiu (clasa a XI-a A), Tudor Chiș (clasa a XI-a C), Luca Lung (clasa a X-a A) și Patrick Bag (clasa a XI-a, Colegiul Național "George Barițiu", sub coordonarea doamnei profesoare Daniela Lung, a susținut prezentarea proiectului câștigător în cadrul concursului „Com'on Cluj”. Inițiativa lor are la bază un concept esențial pentru viitor: reciclarea uleiului uzat și transformarea acestuia în biocombustibil.



Proiectul BioClean Fuel nu prespune doar teorie, ci multă muncă practică, unde eșecul a motivat mai mult.

Aceștia au studiat amplu fiecare modalitate de a obține o idee de viitor: combustibil cu număr de emisii reduse, care să valorifice uleiul alimentar uzat. Deși procesul tehnic pare complicat, echipa a reușit să explice clar și accesibil pașii următori, captând atenția publicului.



“Totul a pornit de la o oră de fizică, unde vorbeam despre cum combustibilul petrolier este exploatat la maxim, iar atunci am făcut legătura între uleiul uzat și biocombustibil.”, spune Gabriel, liderul proiectului. **“Cea mai mare provocare pentru mine a fost să găesc persoane potrivite pentru a face parteneriate și pentru a-mi face echipa și sunt foarte mulțumit cu ceea ce am reușit să dezvoltăm până acum”**.

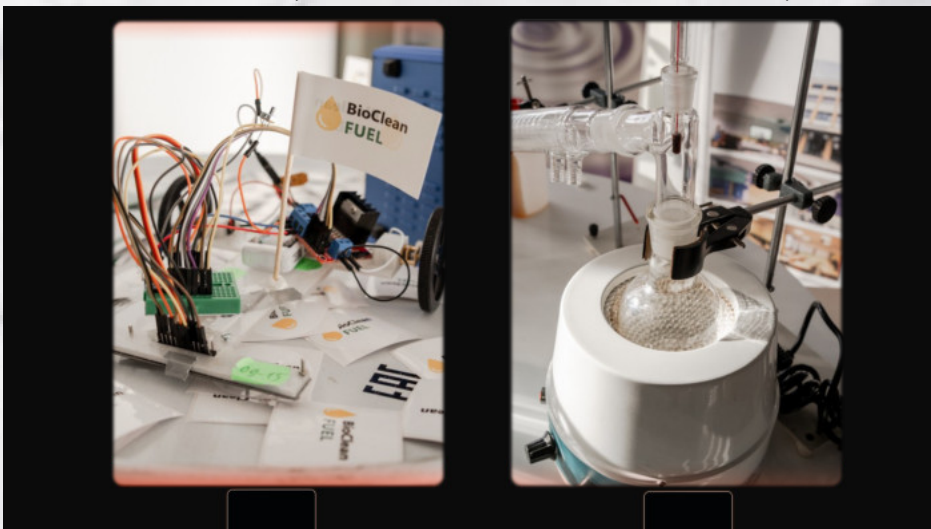
Pentru Gabriel, proiectul nu a reprezentat doar un exercițiu științific, ci și o provocare personală. A înțeles ce înseamnă să coordonezi o echipă, cât de important este să alegă cea mai bună decizie într-un timp scurt, să cauți ajutor de încredere și să transformi o idee teoretică în ceva practic.



Luca adaugă **“sincer știu că nu aveam de ce să am emoții, am fost foarte calm și foarte relaxat”**. Au oferit o prezentare fluidă, compactă, dar totuși naturală, evocând o atitudine de câștigatori și de încredere în propriile puteri.

Atmosfera din timpul prezentării a fost una entuziastă. Atât colegii lor, cât și cadrele didactice au fost acolo să îi susțină, apreciind seriozitatea și magia pe care 5 minți geniale au putut-o face dintr-un minim de resurse. Impactul proiectului a depășit însă școala: la eveniment au fost prezenți și reprezentanți ai televiziunii locale, interesați de a promova inițiativa tinerilor.

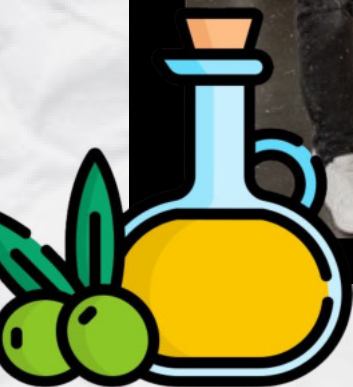
Tudor Chiș, „vocea” echipei în fața camerelor, povestește: **„Deși am mai fost în această ipostază, recunosc că un mic fior de emoție a existat; nimic nu te pregătește mai bine pentru lumina reflectoarelor decât experiența pură. Secretul stă în stăpânirea de sine: dacă știi clar ce vrei să transmiți, totul devine natural”**.



Prezența camerelor a oferit oportunitatea de a demonstra și comunității că un proiect născut la o oră de fizică, poate avea un impact pozitiv.

Ca parte a echipei, Patrick mărturisește "Experiența a fost una unică, deoarece este prima dată când abilitățile mele în electronică au fost premiate în bani și am avut ocazia să colaborez cu oameni faini dintr-un liceu total diferit de cel unde sunt elev".

Povestea celor de la BioClean Fuel nu este doar despre chimie, fizică sau electronică. Este o palmă morală dată resemnării. Este dovada că, într-o lume care ne spune des că suntem prea tineri să schimbăm ceva, se găsesc soluții chiar și în reziduurile de ieri.





Activități din liceu

Made for Europe, experiențe și proiecte

În urma desfășurării proiectelor europene de tip Erasmus, care au la bază dezvoltarea interdisciplinară a elevilor prin intermediul schimbului de experiențe cu alți elevi și cadre didactice din alte state europene, sunt create proiecte de către elevi pentru a justifica și valorifica timpul petrecut în străinătate. Aceste proiecte sunt jurizate în cadrul concursului "Made for Europe", care se organizează anual la nivel național.

În anul 2025, eu, Chirică Mihai-Ștefan, pe atunci elev în clasa a XI-a A, alături de coordonatoarea proiectului, doamna profesor farmacist Lung Daniela, am creat un produs inspirat din proiectul Erasmus la care am participat în anul precedent, desfășurat în Sevilla, în regiunea Andaluzia a Spaniei.

Proiectul nostru, intitulat „Crema Garofița”, a constat în crearea unei creme hidratante care folosește extract de garofiță pentru aroma sa distinctă. Am decis să includem această floare datorită istoriei sale, fiind utilizată în produse cosmetice încă din perioada medievală, atât în Spania, cât și în România.

Concursul se desfășoară în două etape, județeană și națională, și constă, în cadrul etapei naționale, într-o prezentare PowerPoint și realizarea unui poster. Acestea sunt susținute în contexte diferite și sunt premiate separat: prezentarea PowerPoint este recompensată cu medalie, iar posterul poate primi premiul de popularitate, acordat prin vot.

Etapa națională, la care am participat, a avut loc în Călărași, deplasarea fiind realizată cu microbuzul, ceea ce a reprezentat o aventură în sine.

Odată ajunși în Călărași, ne-am pregătit masa pentru prezentarea posterului și ne-am instalat în camerele de hotel, unde au fost cazați toți participanții. Venind din diferite părți ale țării și având fiecare câte un proiect bazat pe experiențe diverse, am avut multe povești de împărtășit.



Colegii mei de cameră, din București, au fost cei cu care am interacționat cel mai mult și pot spune că a fost o experiență deosebită. Deși proveneam parcă din „lumi diferite”, eram uniți de experiența comună prin care treceam și de asemănările dintre personalitățile noastre, astfel că ne-am înțeles foarte bine și am păstrat legătura și după finalizarea proiectului.

La masă, formarea și diversificarea micilor grupuri recent create au dus la consolidarea unor noi relații între participanți, generând prietenii - unele de scurtă durată, altele păstrate până în prezent.

Timpul liber, de obicei după mese, a reprezentat o altă oportunitate de dezvoltare. Având libertatea de a explora orașul Călărași, am reușit să îmi formez o opinie despre o zonă a țării pe care nu o mai vizitasem până atunci, experiența semănând, într-o anumită măsură, cu un mic Erasmus.

Festivitatea de premiere a fost, de asemenea, o experiență deosebită. Debutul a avut un caracter artistic, cu momente muzicale - atât populare, cât și rock - interpretate de formații locale din Călărași.

Am trăit cu emoție fiecare moment al evenimentului și m-am bucurat sincer pentru prietenii pe care mi i-am făcut pe parcurs, atunci când au fost recompensați pentru munca lor. De asemenea, am fost extrem de fericit în momentul în care am fost chemat pe scenă și premiat cu locul întâi, întorcându-mă acasă cu o medalie și premiul de popularitate.

Întregul concurs a reprezentat o experiență extraordinară, oferindu-mi oportunitatea de a realiza un proiect care mi-a pus la încercare competențele interdisciplinare, de a lega prietenii în întreaga țară și de a obține premii care își păstrează și astăzi locul, atât pe raft, cât și în amintirea mea.



Dragi colegi din 9 B,
♡♡♡♡♡

Cupidon știe că sunteți încă boboci, dar sentimentele nu țin cont de asta.
Profită de Valentine's Day și exprimă-ți sentimentele față de o persoană dragă.

Dragi colegi din 10 B,
♡♡♡♡♡

Valentine's Day e momentul perfect să spui ce simți.
Fie că e iubire, apreciere sau admirație surprinde o persoană dragă.

Dragi colegi din 12C,
♡♡♡♡♡

Fiind ultimul an, poate încă nu v-ați exprimat ce simțiți față de o persoană dragă.
Valentine's Day e ocazia perfectă să o faceți.

Dragi colegi din 11C,
♡♡♡♡♡

Valentine's Day e momentul perfect să spui ce simți.
Fie că e iubire, apreciere sau admirație surprinde o persoană dragă.

Proiectul de Dragobete

- coordonat de: Florea Sorina, Mișu Denisa, Oniga Miruna, Roșu Delia și Sinko Diana din clasa a X-a B



VALENTINE'S DAY
valentine's day

Dragi colegi,
Vă încurajăm să vă exprimați sentimentele cu ocazia zilei de Valentine's Day!
Școala noastră va fi vizitată de Cupidonii, curioși să afle care este cea mai curajoasă clasă, cea care va avea cele mai multe scrisori de apreciere.

Vă încurajăm să scrieți o scrisoare anonimă persoanei pe care o admirați (iubit/ă, prieten/ă sau cadru didactic).
Este obligatoriu ca pe scrisoare să fie precizate numele și clasa persoanei apreciate.

Scrisorile se colectează până la data de 20 februarie, în cutia de la parter (intrarea principală a școlii), iar Cupidonii le vor livra în fiecare clasă de Dragobete, pe 24 februarie.

Vă dorim o lună februarie plină de iubire, curaj de a spune lucruri frumoase și surprize plăcute!



O floare pentru Denis



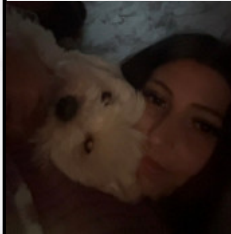



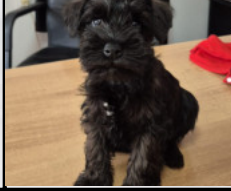
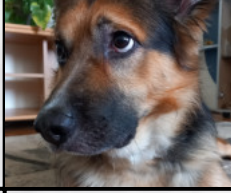

În lunile februarie și martie, Clubul Interact Cluj-Napoca SAMVS a desfășurat proiectul caritabil „O Floare pentru...”, o inițiativă care a devenit deja o tradiție în comunitatea clujeană. Printr-un gest simplu, dar plin de semnificație - oferirea unei flori în schimbul unei donații simbolice - proiectul își propune să sprijine, în fiecare an, un copil aflat într-o situație medicală dificilă. Ediția din acest an, „O Floare pentru Denis”, este dedicată unui băiat de 14 ani din Mediaș, diagnosticat cu distrofie musculară Duchenne, o boală genetică rară ce afectează progresiv musculatura. Pe lângă această afecțiune, Denis suferă și de scolioză severă, cu o curbură de 103 grade, care îi pune în pericol sănătatea și îi îngreunează semnificativ viața de zi cu zi. Pentru a avea o șansă reală la o viață mai bună, Denis are nevoie urgentă de o intervenție chirurgicală complexă în străinătate.

Pe parcursul desfășurării proiectului, membrii Interact Cluj-Napoca SAMVS au vizitat mai multe școli din Cluj-Napoca pentru a face cunoscută povestea lui Denis și pentru a încuraja implicarea tinerilor în acțiuni de voluntariat. Printre unitățile de învățământ vizitate se numără și Colegiul Tehnic „Ana Aslan”, unde elevii și profesorii au primit inițiativa cu deschidere și empatie, demonstrând că solidaritatea și dorința de a ajuta sunt valori importante în rândul comunității școlare.

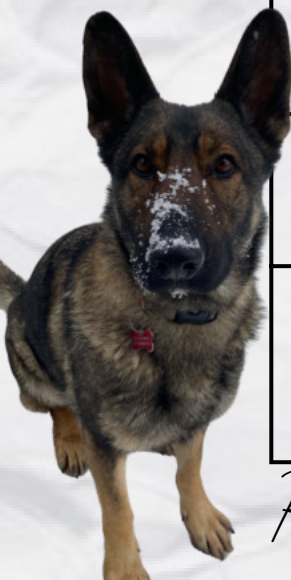
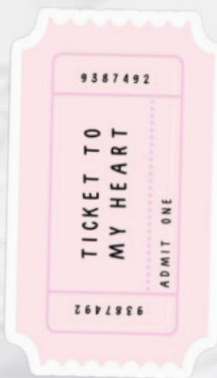
Prin acest proiect, tinerii implicați în Interact Cluj-Napoca SAMVS au demonstrat că schimbarea începe cu noi și că, împreună, putem aduce lumină în viețile celor care au cea mai mare nevoie de sprijin.



Cine se aseamănă se adună

Numele și clasa	Numele animaluțului	Asemănarea	Poza
Mureșan Patricia Daiana, a XI-a F	Maya	loialitatea	
Dobrescu Camelia, a XI-a F	Bella	lenea	
Pop Tudor Patrick, a XI-a C	Pablo	fomiști	
Roșu Delia-Andrada, a X-a B	Bluey	fițoși	
Pușcaș Luca, a X-a B	Zen	loialitatea	
Bogdana Căținean, profesoară	Dino	isterici	
Căținean Ruxandra, postliceală	Cezar	umorul	





Numele si clasa	Numele animă-luțului	Asemanarea	Poza
Daradics Alexia, a XI-a F	Lucky	curiozitatea pentru chestii noi	
Leshchyshyn Viktoriaa, a XII-a C	Loopy	sensibilitatea	
Ștefania David, a X-a G	Honey	dormim mult	
Coca Claudia, a XI-a C	Maximus	dormim prea mult	
Cozma Oana-Denisa, a XI-a A	Tom	încăpățânați	
Buțtea Darius, a XII-a A	Luna	dormim mult	
Bianca Dutca, a XI-a B	Luna	curiozitatea	
Zangari Teodora, a X-a G	Fifi	iubim puternic	
Sechernes Mihaela, sala profesorală	 Beto	lucrăm din umbră	



Roșu Delia, clasa a X-a BA



KEEP
CALM
AND
GO ON
ERASMUS

Experiența Erasmus

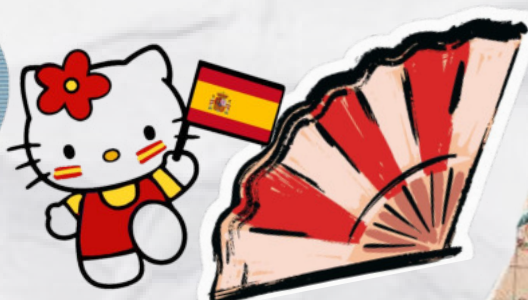


În anul școlar 2024-2025 am avut oportunitatea de a participa în proiectul Erasmus+ KA121.

Pentru a putea face parte din acest program, a trebuit mai întâi să trecem printr-o etapă de preselecție. Din fericire, aceasta nu a fost foarte solicitantă, iar noi am reușit să o promovăm cu succes.

După câteva ședințe de informare, am primit vestea că am fost acceptați în mobilitatea din acel an, care urma să aibă loc în Valencia, Spania.

Plecarea de la aeroport a avut loc pe data de 5 mai, iar după un zbor de aproximativ trei ore am ajuns în Castellón, de unde ne-am îndreptat spre locul de cazare.



Am fost cazați la un hotel B&B din localitatea Paterna, o zonă liniștită și plăcută, situată aproape de oraș. Timp de o săptămână am participat la activități la liceul „IES Dr. Peset Aleixandre”, un liceu specializat în chimie. Activitățile au fost interesante și destul de diferite față de cele cu care suntem obișnuiți la școala noastră.

Una dintre cele mai captivante experiențe a fost lucrul în laboratorul VR, unde am folosit ochelari speciali și am realizat experimente într-un mod complet diferit. Senzația era asemănătoare cu cea dintr-un joc video, dar în același timp învățam lucruri noi.



Ulterior am lucrat și într-un laborator real, alături de elevi spanioli. Am reușit să ne împrietenim destul de repede cu ei, iar împreună am măsurat volume, am învățat cum se prepară creme cosmetice și am descoperit etapele procesului de realizare. A fost o experiență foarte interesantă, iar școala lor ne-a impresionat prin dimensiuni, modernitate și dotări. De asemenea, unul dintre colegii noștri, care avea nevoie de lift pentru a ajunge la etajele superioare, s-a putut deplasa fără dificultate datorită facilităților existente.

Ceea ce ne-a bucurat cel mai mult a fost atmosfera. Elevii și profesorii au fost foarte prietenoși și primitivi, iar noi ne-am simțit bineveniți încă din prima zi. Am avut și norocul să întâlnim o profesoară româncă, care ne-a ajutat cu comunicarea și ne-a făcut să ne simțim mai relaxați. Prezența ei ne-a oferit multă încredere.

În ultima zi de școală ne-am luat rămas-bun printr-o fotografie de grup, ținând în mână sticle de apă etichetate „Erasmus”, un gest simplu, dar foarte emoționant, oferit ca semn de apreciere pentru participarea noastră la acest proiect.



Pe lângă activitățile desfășurate la școală, am profitat de timpul petrecut în Spania pentru a vizita centrul orașului Valencia, pentru a merge la cafenele, a cumpăra suveniruri și a descoperi cultura locală.

Am vizitat și una dintre cele mai mari grădini zoologice, Oceanografic, unde am văzut o varietate impresionantă de animale, de la pești și meduze până la rechini, lei de mare și crocodili. De asemenea, am avut ocazia să vizităm și Orașul Artelor și Științelor. Muzeul științei ne-a impresionat foarte mult prin expozițiile sale: animale preistorice, invențiile lui Leonardo da Vinci, aselenizarea, descoperirea grupelor de sânge și multe alte lucruri fascinante.



Am făcut și o excursie la Alicante, unde am mers la plajă, ne-am plimbat pe lângă port și chiar am testat apa mării. Totul părea ireal, ca într-un vis.

Momentul despărțirii a fost cel care ne-a emoționat cel mai mult. Ne-am atașat de experiențele trăite acolo, de oamenii pe care i-am cunoscut și de locurile vizitate. Unii dintre colegii noștri au legat prietenii frumoase, iar noi toți sperăm să mai avem ocazia de a trăi o experiență asemănătoare.

Dorim să le mulțumim profesoarelor noastre coordonatoare, Alexandrescu Cristina și Secherneș Mihaela, pentru îndrumarea și sprijinul oferit pe parcursul întregii mobilități.

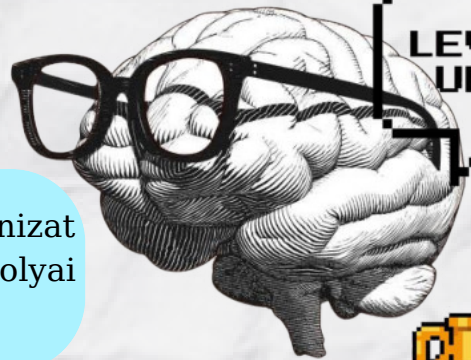
Pentru noi, Erasmus nu a fost doar o excursie, ci o experiență de viață. Am învățat să fim mai curajoși, mai deschiși și mai încrezători în propriile abilități. Suntem recunoscători tuturor celor care au făcut posibilă această oportunitate și suntem siguri că este o experiență pe care nu o vom uita niciodată.

Concursuri



Chiș Tudor, a XI-a C, Concursul de Pleoarii organizat de Facultatea de Filosofie a Universității Babeș-Bolyai în cadrul Festivalului de Filosofie, premiul I


Profesor coordonator, Chiorean Elena



LEVEL UP!



Nica Rareș, a XII-a A, premiul I etapa județeană Concurs de limba engleză - Quest

Buimaga Iarınca Alessia, a XI-a B premiul II la etapa județeană Concurs limba engleză - Quest 

Profesor coordonator, Alexandrescu Cristina



Irimaș Andreea, Bicăjan Daniel, a X-a C, Concurs Național ȘTIU ȘI APLIC - Premiul II

Iușan Raul, a XI-a B, sesiunea de comunicări științifice studentești SIMTECH, ediția a XV-a, Cluj-Napoca, mai 2025, mențiune

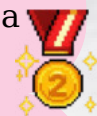
Pop Rareș- premiul I și Sârbu Ruth - premiul 2, din clasa a XI-a B concursul SIMTECH - Junior Lab - UTCN, Cluj-Napoca, aprilie 2025

Profesor coordonator, Chicinaș Raluca-Corina

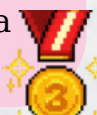
Lăpădean Paul Constantin, a IX-a D: Concursul de Matematică Adolf Haimovici - etapa județeană / mențiunea 1



Irimiaș Andreea, a XI-a C: Concursul de Matematică Adolf Haimovici - etapa județeană / mențiunea 2




Corpodean Karina, a IX-a D: Concursul de Matematică Adolf Haimovici - etapa județeană / mențiunea 3





Profesor coordonator, Copaciu Emilia




Chiș Tudor Andrei, a XI-a C: Concursul de eseuri "Școala Ardeleană și valorile europene" - 2025 - Mențiune 

Profesor coordonator,
Răzvan Adrian Frîncu

Zenko Lavinia, clasa a XI-a A - premiul I,
etapa județeană a olimpiadelor pentru
disciplinele din aria curriculară „Tehnologii”
- Protecția mediului 


Bereș Alexia, clasa a XI-a A - premiul II,
etapa județeană a olimpiadelor pentru
disciplinele din aria curriculară
„Tehnologii” - Protecția mediului 

Andrieș Ioana, clasa a XI-a A - premiul III,
etapa județeană a olimpiadelor pentru
disciplinele din aria curriculară
„Tehnologii” - Protecția mediului

Nan Ioana, clasa a XI-a A - mențiune
etapa județeană a olimpiadelor pentru
disciplinele din aria curriculară
„Tehnologii” - Protecția mediului 


Profesori coordonatori, Cătinean
Bogdana și Floarea Felicia


Chirica Mihai Stefan, Radu Codrin Elian, XII A,
loc 1 etapa județeană și etapa națională ICYS -
Conferința Internațională a tinerilor
cercetatori, etapa 32

Profesori coordonatori, Felicia
Floarea și dr. Felicia Boar 

Mihu Denisa, a X-a B, etapa
județeană locul II, *Petru Poni*

Profesor coordonator, Anca Roșian

Lung Luca, a IX-a A, împreună cu Pop Alexandru
(Liceul Teoretic Avram Iancu): concursul
Olimpiada de creativitate științifică - locul I, etapa
județeană. 

Luca Lung, a IX-a A și Bicăjan
Daniel, a X-a C: concursul
Proiecte de mediu etapa
județeană - locul II. 

Chirica Mihai, a XI-a A,
concursul Made for Europe
locul I județean și locul I
național.

Profesor coordonator, Lung Ana Daniela


*Premii și
mențiuni*



Deodorantul viitorului - când o idee devine soluție

Locul I la etapa județeană a Olimpiadei de Creativitate Științifică

Uneori, marile inovații pornesc de la întrebări simple. „Există o alternativă mai bună?” - aceasta a fost întrebarea care a stat la baza proiectului nostru. Participarea la Olimpiada de Creativitate Științifică - etapa județeană - a însemnat pentru noi mai mult decât un concurs. A fost șansa de a transforma o idee într-o soluție reală. Noi, Lung Luca, elev la Colegiul Tehnic „Ana Aslan”, și Pop Alexandru, elev la Liceul „Avram Iancu”, am obținut locul I cu proiectul „Deodorantul viitorului”, realizat sub îndrumarea prof. farmacist Lung Ana Daniela.

Ne-am dorit să creăm ceva util, ceva care să conteze. Am pornit de la o problemă reală: produsele deodorante din comerț pot conține substanțe iritante și pot afecta atât pielea, cât și mediul. Din această preocupare s-a născut ideea unui produs natural, sigur și eficient.

Drumul de la idee la rezultat nu a fost simplu, dar a fost plin de descoperiri. Am realizat un deodorant solid natural, folosind ingrediente atent alese: ceară naturală, unt de cacao, bicarbonat de sodiu și uleiuri esențiale. Fiecare ingredient a avut un rol, iar fiecare etapă ne-a adus mai aproape de obiectivul nostru.

Am testat cinci variante experimentale, fiecare diferind prin concentrația uleiurilor esențiale. A fost nevoie de răbdare, de analiză și de multe ajustări. În final, am reușit să obținem o formulă care îmbină eficiența, textura plăcută, persistența și siguranța pentru piele.

Dar, dincolo de rezultate, am câștigat ceva și mai valoros: experiența de a învăța prin experiment și bucuria de a vedea cum știința prinde viață. „Am învățat că inovația începe atunci când transformi o nevoie reală într-o soluție.”

Acest proiect ne-a arătat că știința nu este doar în manuale, ci se regăsește în jurul nostru, în alegerile pe care le facem și îndorința de a schimba lucrurile în bine.

Locul I obținut reprezintă o confirmare a muncii noastre, dar și un început, un început al dorinței de a continua, de a descoperi și de a crea soluții care să facă diferența.



Eco Med - generația care spune STOP poluării

Locul II la etapa județeană a Concursului „Proiecte de mediu”

Există momente în care nu mai poți rămâne indiferent. Momente în care alegi să nu mai fii doar un observator, ci să devii parte din schimbare.

Pentru noi, participarea la Concursul „Proiecte de mediu” nu a fost doar o competiție. A fost începutul unui drum. Noi, Lung Luca și Bicăjan Daniel, elevi ai Colegiului Tehnic „Ana Aslan”, am obținut locul II la etapa județeană cu proiectul „Eco Med - Educație pentru un viitor fără poluare farmaceutică”, realizat sub îndrumarea prof. farmacist Lung Ana Daniela. Dar, dincolo de premiu, am câștigat ceva mult mai valoros: conștientizarea faptului că fiecare acțiune contează.

Totul a pornit de la o întrebare simplă, dar apăsătoare: ce se întâmplă cu medicamentele pe care nu le mai folosim? Răspunsul ne-a tulburat. Aruncate la întâmplare, aceste produse ajung în apă, în sol, în natură, iar, în cele din urmă, înapoi la noi. Poluarea farmaceutică nu este vizibilă, dărește reală. Ea este tăcută, dar periculoasă, așa că am înțelege că nu putem ignora această problemă.

Așa s-a născut „Eco Med”. Nu doar ca proiect, ci ca promisiune. Promisiunea că vom informa, că vom educa și că vom acționa. Am vrut să arătăm că schimbarea începe cu pași mici: un gest responsabil, o alegere corectă, o voce care spune „stop”!

Pe parcurs, am descoperit mai mult decât soluții. Am descoperit puterea lucrului în echipă, curajul de a vorbi despre probleme reale și dorința de a construi un viitor mai curat. Această experiență ne-a schimbat. Ne-a făcut să înțelegem că nu trebuie să fii adult ca să faci o diferență. Trebuie doar să îți pese. „Am învățat că fiecare alegere responsabilă este un pas spre un viitor mai curat.”

Locul II nu este un final, este un început! Un început al implicării noastre continue, al ideilor care pot deveni realitate și al unei generații care refuză să rămână pasivă.

Pentru că viitorul nu se așteaptă. Se construiește.
Iar noi alegem să-l construim responsabil.



Din sala de sport, pe podium

În spatele fiecărei medalii stau ore de antrenament, sacrificii și multă ambiție. Elevii Colegiului Tehnic „Ana Aslan” nu sunt doar participanți la competiții sportive, ci adevărați campioni. Vă invităm să descoperiți poveștile lor.

Rohan Vlad-Alexandru, a XII-a C- Taekwon-do

Practic taekwon-do de la vârsta de patru ani. Acest sport m-a disciplinat și m-a ajutat să îmi controlez emoțiile, iar prin muncă și sprijinul părinților am reușit să obțin numeroase medalii.

Un moment important pentru mine a fost obținerea centurii negre, pe **02.02.2025**, un obiectiv pentru care am muncit ani de zile. În taekwon-do, aceasta marchează începutul unei înțelegeri mai profunde a sportului.

Pe **07.11.2025** am participat la Campionatul Național, unde am obținut locul I la proba de luptă. Emoțiile sunt intense înainte de meci, însă în momentul în care intru în ring mă concentrez doar pe luptă și pe indicațiile antrenorului. După fiecare confruntare, chiar dacă apare oboseala, satisfacția victoriei este mai puternică.

Consider că în acest sport nu contează doar forța fizică, ci și un psihic puternic, care face diferența în momentele decisive.



În acest sport nu contează doar forța, ci și un psihic puternic.



Pușcaș Ștefan, a IX-a B - Lupte libere

Practic lupte libere de șase ani. În data de 15.03.2026 am participat la Campionatul Național (cadeți U17), la categoria 60 kg, unde am obținut locul I.

De-a lungul timpului am participat la trei campionate europene și două mondiale, calificându-mă în urma titlurilor naționale. Și anul acesta voi reprezenta din nou România, cu obiectivul clar de a urca pe podium.

Competiția a fost intensă și solicitantă. A trebuit să slăbesc pentru a face categoria, iar meciurile au necesitat concentrare și energie maximă.

Chiar dacă am avut emoții înaintea semifinalei și finalei, în momentul începerii luptei acestea au dispărut, fiind înlocuite de dorința de a câștiga.

Pentru mine, titlul de campion național este important, dar adevărata provocare rămâne performanța la nivel internațional.

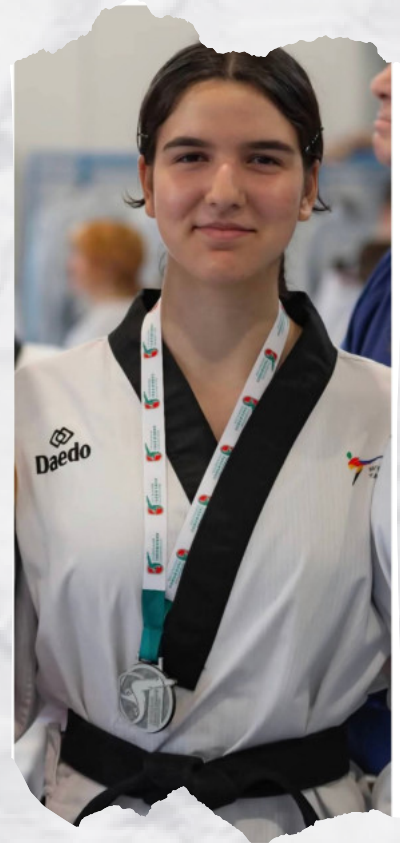
Obiectivul meu este performanța la nivel internațional.



Petrea Teodora, a IX-a C- Taekwon-do

Dacă am învățat ceva din acest sport, este că doar trăgând tare de tine la antrenament poți vedea rezultate la competiții. Am învățat că, indiferent de rezultat sau de medalie, ești câștigător, pentru că dobândești experiență. Nimeni nu se naște campion și nimeni nu ocupă mereu doar locul I.

Iubesc să particip la competiții pentru că, în primul rând, am un antrenor minunat, care mă susține întotdeauna, și colegi care mă încurajează și îmi diminuează emoțiile. În al doilea rând, iubesc sentimentul de a câștiga și de a-mi face familia și echipa mândre de mine.



Cupa României- octombrie 2025- locul I
Olympic Hopes (Ungaria)- martie 2026- două medalii de locul II și o medalie de locul III
Ilyo Open (Slovacia)-noiembrie 2025- două medalii de locul I
Imperium Open (Serbia)-noiembrie 2025- două medalii de locul I
Bulgaria Open (Bulgaria)-martie 2026-locul III

Aceste reușite nu ar fi fost posibile fără disciplină, multă muncă și ambiție!

Covaci Georgiana, a XI-a G - Lupte libere



Practic lupte libere de performanță. Acest sport m-a învățat disciplina, perseverența și dorința de a nu renunța.

Recent am participat la un concurs internațional desfășurat în Grecia, la Thessaloniki, la categoria 53 kg (U17), unde am obținut locul al II-lea, după trei meciuri disputate. Acest rezultat reprezintă pentru mine o confirmare a muncii depuse la antrenamente.

Competiția a fost solicitantă atât fizic, cât și psihic, iar în ultimul meci am suferit o ușoară accidentare la gleznă. Cu toate acestea, am continuat să lupt, demonstrând că voința poate depăși dificultățile.

Consider că luptele libere nu formează doar sportivi, ci și caractere, dezvoltând respectul, autocontrolul și curajul. Pentru mine, această experiență este o motivație de a evolua și de a obține rezultate și mai bune pe viitor.



Sportul formează nu doar performanță, ci și caracter!

Boca Bianca, a XI-a B - Taekwon-do

Practic taekwon-do de aproximativ 8 ani, iar acest sport a devenit o parte esențială din viața mea.

M-a învățat disciplina, perseverența și curajul de a merge mai departe chiar și atunci când îmi este teamă.

Una dintre cele mai importante experiențe a fost participarea la Campionatul Național Școlar de Taekwondo 2025, unde am reprezentat Colegiul Tehnic „Ana Aslan”. Deși inițial am fost înscrisă la categoria -46 kg, am fost nevoită să concurez la -55 kg, alături de adversare mai puternice. Acest lucru mi-a provocat teamă, dar și dorința de a demonstra că pot face față.

Ziua concursului a fost lungă și plină de emoții. În momentul în care am intrat pe suprafața de luptă, frica s-a transformat treptat în concentrare și adrenalină. Cu fiecare schimb de lovituri am prins mai multă încredere, iar la finalul meciului am reușit să obțin victoria.

După o pauză de câteva ore a urmat meciul decisiv. Deși emoțiile au reapărut, m-am bazat pe antrenament și pe încurajările antrenorilor. Lupta a fost echilibrată, dar am reușit să mă impun și să câștig locul I.

Momentul premierii a fost de neuitat. Medalia de aur a reprezentat răsplata muncii depuse și sprijinul celor care au fost alături de mine. Această experiență m-a învățat că, uneori, cele mai mari victorii vin atunci când îți depășești frica.



Cele mai mari victorii vin atunci când îți depășești frica.





Parteneri



Asociația "Părinți pentru elevi"





Colectivul de redacție

Redactori:

Rusu Alexia Sara, clasa a XI B
Ciocârlie Amalia, clasa a X-a C
Bogoviț Sara, clasa a XI-a B
Bambi Alexandra, clasa a XI-a B
Chirică Mihai, clasa a XII-a A
Fiterău Diana, clasa a XII-a B
Bucur Tudor, clasa a XI-a A
Bufta Sigismund, clasa X-a B
Bejenaru Daria, clasa a XI-a B
Găvan Sofia, clasa a XI-a B
Gârba Mara, clasa a XI-a B
Ipati Sandu, Clasa a X-a C
Apostol Bianca Ionela, clasa a IX-a D
Chiorean Zințuța Iustina, clas IX-a D
Zangani Teodora, clasa a X-a G
Onofrei Ionela, clasa a XI-a F
Daracdis Alexia, clasa a XI-a F
Mariș Robert, clasa a XI-a F
Pintilie Denisa, clasa a XI-a E
Toader-Pleșa Daria Giulia, clasa a IX-a D
Tufiș Nicoleta Andrada, clasa a IX-a D
David Ștefania Gabriela, clasa a IX-a G
Groza Mara, clasa a X-a C
Nica Rareș, clasa a XII-a A
Irimiaș Andreea, clasa a XI-a C
Kozak Octavian, clasa a XI-a B
Pop Daria, clasa a XI-a B
Roșu Delia-Andrada, clasa a X-a B
Lung Luca, clasa a X-a A
Pop Alexandru, clasa a X-a D, Liceul Teoretic „Avram Iancu”

Director: Pop Petronica

Colegiul Tehnic „Ana Aslan”
E-mail: aslanmedia25@gmail.com
ISSN: 3091 - 0544
ISSN-L: 3091 - 0544

Editura  Diamant

Profesori coordonatori:

dir. prof. Pop Petronica
prof. Silaghi Ioana
prof. Alixandrescu Anamaria
prof. Lung Ana
prof. dr. Alexandrescu Cristina
prof. Secherneș Mihaela
prof. dr. ing. Chicinaș Raluca Pleșa
prof. Frîncu Răzvan Adrian
prof. Marc Daniela

Coordonator redacție:

prof. dr. Chiorean Elena-Elvira

Redactor-șef:

Rusu Alexia Sara, clasa a XI-a B

Editor, tehnoredactare, grafică și design:

Roșu Delia-Andrada, clasa a X-a B



