

la lampiro



Evitindaj kaj evitendaj manĝaĵoj

Quer aprender **ESPERANTO?**

PROGRAMO MIA AMIKO



Esperanto-Asocio de San-Paŭlo

pma.brazilo.org

Enhavo

- 4 | **Vortoj de la redaktanto**
Bunta idearo
- 5 | **Kino kaj aliaj artoj**
Pago
- 7 | **Kuriozaĵo**
Brazila simbolo
- 8 | **Kovrilartikolo**
Evitindaj kaj evitendaj manĝaĵoj
- 11 | **Iom da poezio**
Vekiĝo
- 12 | **Rakonto**
La poljuda okulkuracisto
- 15 | **El mia vidpunkto**
Cerbumado
- 16 | **Recenzo**
Jesa
- 18 | **Edukado**
Memoro k rezisto: la venka signifo de "Mi daŭre estas ĉi tie" ĉe Oskaro
- 20 | **Iom da Filozofio**
Admirante la sincerecon de Diogeno la cinika
- 20 | **Iom da gramatiko**
Lingvaj Respondoj



66-a jaro n-ro 192 2025:2

Organo de Esperanto-Asocio de San-Paŭlo

Redaktanto: Paulo Sergio Viana
(psviana@terra.com.br)

Enpaĝigo: José Roberto Tenório

*La redaktanto ne respondecas
pri la subskribitaj artikoloj*



Esperanto-Asocio de San-Paŭlo

Fondita en la 29-a de marto 1937

Propra sidejo

Rua Faustolo, 124 - Água Branca
05041-000 São Paulo, SP - Brazilo
easp.org.br | contato@easp.org.br

Estraro

Prezidanto: Esmeraldo A. Alencar de Lima
Vicprezidentino: Cristina de Claudia Graaf
Sekretariino: Maria Conceição Rodrigues
Kasisto: José R. Tenorio da Silvas

Konsilantaro

Paulo Sergio Viana
José Mauro Progiante

Anstataŭanto

Audino Castelo Branco

Jarkotizo por 2025

Simpla Membro R\$ 200,00
Subtena Membro R\$ 400,00
Ŝtatinterna Membro R\$ 100,00

Bunta idearo

Paulo Sergio Viana

Ĉi tiu numero de nia revuo enhavas variajn tekstojn por pluraj interesoj: oni proponas filozofion, arton, lingvajn problemojn, rakonton, recenzon. Tio montras la diversecon de ideoj en nia movado, konekte kun la ekstera mondo. Bela sinteno.

Mi tamen volas elstarigi unu artikolon, de nia kontribuanto Patrícia Guerra Radsack, kiu temas pri filmo, kiu nuntempe furoras en Brazilo — fakte ne nur en Brazilo. La filmo de Walter Salles “Mi ankoraŭ estas ĉi tie” fariĝis turnopunkto en la arta panoramo de nia lando.

Ĝi montras la gravecon de homaj rajtoj kaj de demokratio. Estas tute trafe, ke Esperantistoj pensu pri tio. Ankaŭ Esperantistoj estis persekutitaj dum la diktatura brazila reĝimo, kiu okazis dum 20 jaroj, meze de la pasinta jarcento.

Kaj la tuta idealo de Esperanto kongruas kun la ideo, ke estas ĉies devo vigle batali kontraŭ tiaj absurdaĵoj. Ne temas do pri rompo de la ideo de politika neŭ-traleco, sed pri pledado por respekto al ĉies vidpunktoj, sen risko de perforto.

Bonan legadon!

Celanta interesatojn kiuj deziras akiri parolo-fluecon.

Ĉiun sabaton matene,
de la 9h ĝis 11h,
en la sidejo de EASP.



Pagu

Anna Lobo de Carvalho

Hodiaŭ mi rakontos pri la vivo de Patrícia Rehder Galvão – pli konata kiel “Pagu”. Ŝi naskiĝis en la brazila urbo São João da Boa Vista, je la 9-a de julio 1910. Poeto, verkisto, tradukisto, ĵurnalistino, desegnisto kaj kartunisto, Pagu havis elstaran partoprenon en la Modernisma Movado, malgraŭ ke ŝi ne partoprenis en la Semajno de la Moderna Arto pro tio, ke en tiu tempo ŝi havis apenaŭ dek du jarojn.

Tria filino el la kvar gefiloj de la advokato kaj ĵurnalistino Thiers Galvão França kaj la germana dommastrino Adélia Rehder. Antaŭ ol Raul Bopp donis al Patrícia la kromnomon “Pagu”, ŝi estis konata kiel “Zaza” inter familianoj. Ĉiam ŝi sintenis je maniero konsiderata iom groteska por la epoko kaj defendadis feminismajn interesojn. Ŝi kutime fumis kaj drinkadis publike, uzis striktajn kaj travideblajn vestaĵojn, uzis mallongajn hararojn kaj blasfemis. Treege malsama sinteno rilate al ŝia konservema kaj tradiciema familio.



Ŝi translokiĝis al la ĉefurbo San Paŭlo, kie ŝi trovis laboron kiel redaktoro kaj ekverkis kritikaĵojn kontraŭ la registaro kaj kontraŭ la sociaj maljustecoj, subskribante la kromnomon “Patsy” ĉe la revuo Bras Jornal. Kiam poste ŝi dek-ok-jariĝis, ŝi eniris en la “Antropofagian Movadon”, sub influo de Oswald de Andrade kaj Tarsila do Amaral. Poste, Oswald kaj Tarsila disiĝis, kiam oni malkovris la sekretan rilaton inter Pagu kaj Oswald. Ja estis vera skandalo en tiu tempo, kiam ambaŭ oficiale geedziĝis, kiam Pagu estis graveda de ses monatoj. Ilia filo, Rudá de Andrade naskiĝis je la 25-a de septembro 1930.

La paro eniĝis en la Brazilan komunisman partion, fondante kune la revuon “O Homem do Povo”, kiu daŭris ĝis 1945, kiam Oswald rompis rilatojn kun la partio. Fine, pro la oftaj perfidoj de Oswald, Pagu eliris el la hejmo kun sia filo por loĝi sola, kio iĝis alia granda socia skandalo de la paro.

En 1931 okazis aresto de Pagu fare de la policaro de Getúlio Vargas. Tiu estis la unua el la 23 fojoj, dum ŝia vivo. En tiu jaro ŝi ekis vojaĝon tra la mondo por fuĝi de la registaro, sed en 1935 ŝi estis kaptita en Parizo kiel eksterlanda komunistino, kaj estis revenigita al Brazilo. Tiam, ŝi denove eniĝis en ĵurnalismon ade kritikante sub kromnomo, sed ŝi denove estis malkovrita kaj torturita dum kvin jaroj.

Kiam ŝi eliris el la prizono, en 1940, ŝi ekdefendis socialismon kaj kreis alian ĵurnalon “Vanguarda Socialista” kun Geraldo Ferraz kaj aliaj. Geraldo edziĝis kun Pagu, kaj tiu interrilato daŭris la ceteron de ŝia vivo. El tiu



interrilato, naskiĝis ŝia dua filo Geraldo Galvão Ferraz, en la 18-a de junio 1941. Kaj tiam ankaŭ ŝia pli maljuna filo ekloĝis kune. En 1953, ĉiuj translokiĝis al la urbo Santos, kie ŝi multe aktivis en teatroj. Post provo resaniĝi de pulma kancero dum iom da tempo en Parizo kun sia edzo, ŝi revenis al Santos kaj forpasis je 12-a de decembro 1962 kun kvindek du jaroj.

La kultura kontribuo de Pagu estas tre valora kun multaj libroj de ŝiaj verkoj kaj artaĵoj. Eĉ filmojn oni faris, kiuj rilatas al ŝia vivo, kiel “Pagu Eterne/Eternamente Pagu” kaj aliaj. Ĉu vi jam konis pri ŝi? Mi esperas ke mi instigis vin pli esplori pri ĉi tiu granda brazila artisto! Ĝis la sekva fojo!



<https://easp.org.br/butiko>

Kurba kaj aliaj noveloj

12 rakontoj originale verkitaj en Esperanto

Brazila simbolo

Paulo S. Viana

“Brazil-Ligno” estas unu el la simboloj de nia lando. En la portugala lingvo: “Pau-brasil”. Ĝi originis en la Apudatlantika Arbaro, kiu situas proksime al la brazila orienta marbordo. Ĝia scienca nomo estas “Paubrasilia echinata”. Tiu ligno havas ruĝecan koloron, iom similan al la koloro de braĝo (en la portugala lingvo: “brasa”). Eble de tio rezultis la nomo “Brasil”.



Ĝi estis la unua loka ekonomia valoraĵo dum la unuaj jaroj de la 16-a jarcento, post la alveno de portugaloj al nia lando. El tiu ligno oni elprenis rezinon por uzado kiel tinkturo por kolorigi luksajn vestaĵojn. Laŭleĝa kaj kontrabanda komercado per tiu materialo fariĝis tre forta. Ankaŭ meblojn kaj muzikinstrumentojn oni faris per ĝia ligno.

La troa faligado de tiuj belaj arboj metis ĝin en riskon de estingiĝo. Dum la sekvaj jarcentoj, la senarbarigo de tiu regiono igis tiun riskon eĉ pli granda. Estis tempo, kiam oni konsideris la Brazil-Lignon tute estingiĝinta. Nun-

tempe, la postvivado de tiu brazila valoraĵo dependas de urbaj iniciatoj, eĉ en hejmaj ĝardenoj. En la jaro 2020 oni trovis en la brazila ŝtato Bahia unu individuon de tiu specio, kiun oni konsideras la plej maljuna: ĝi naskiĝis antaŭ 500 jaroj, kaj ĝia trunko havas diametron de 7 metroj. En la ŝtato Pernambuco, loka universitato plantis 50 mil idojn de Brazil-Ligno.

En la urbo Lorena/SP troviĝas unu el la plej grandaj urbaj boskoj de Brazil-Ligno. Ĝi situas en la ĝardeno de ŝtata lernejo “Gabriel Prestes”, ĉe Strato Duque de Caxias, 189, en la urbocentro.

Evitindaj kaj evitendaj manĝaĵoj

James Rezende Piton

Iuj manĝaĵoj, malgraŭ sia popular-eco, povas esti treege malbonfaraj al nia sano se tro manĝataj. Ema Harris (Kalifornio, US) listigis kaj prikomentis la diversajn kategoriojn de manĝaĵoj evitindaj por konservi bonfarton kaj preventi san-problemojn. Ni ĉiuj pli-malpli jam scias pri tio, sed indas rememorigi al ni mem:

1. Refreŝigaĵoj kaj dolĉigitaj trinkaĵoj



Kial eviti ilin?

✗ Suker-riĉaj pro aldono, ili kaŭzas superperzon, diabeton kaj kariojn.

✗ Ili enhavas artefaritajn dolĉigilojn kaj kolorigilojn, kiuj perturbas la metabolismon.

✗ Ili kreskigas la riskon de kormalsanoj.

💡 **Alternativoj:** elekti akvon odorigitan de fruktoj aŭ naturajn infuzaĵojn.

2. La Kolbasoj kaj Procezitaj Viandaĵoj



Kial eviti ilin?

✗ Riĉaj je salo, nitratoj kaj konserviloj, kiuj povas esti kancerigaj.

✗ Ili kreskigas la riskojn de hipertensio kaj kormalsanoj.

✗ Ili enhavas saturitajn grasojn, kiuj altigas la LDL-kolesterolon (kiu estas konata kiel "malbona kolesterolo").



Alternativoj: neprocezitaj malgrasaj viandoj, kokidaĵoj kaj fiŝaĵoj.

3. La Produktoj Superprocesitaj



Kial eviti ilin?

✗ Plenaj je aldonaĵoj, kolorigiloj, forigiloj de gusto kaj konserviloj, kiuj perturbas la organismon.

✗ Riĉaj je transgraso kaj kaŝitaj sukeroj, kiuj faciligas inflammon kaj grasiĝon.

 Malmultnutraj, ili eĉ ne donas verajn gajnojn al la korpo.

 **Alternativo:** Hejme kuiri freŝajn kaj naturajn ingrediencojn.

4. La Industriaĵoj kaj Granolo-bastonetoj



Kial eviti ilin?

 Trompaj: ili ŝajnas sanaj sed ofte estas tre sukerigitaj.

 Ili enhavas hidrogenitajn oleojn kaj arterfaritajn aldonaĵojn.

 Ili povas kaŭzi glukemiajn tujaltiĝojn kaj okazigi manĝavidon.

 **Alternativo:** Prepari muslion hejme el avenflokoj, grenoj kaj sekigitaj fruktoj.

5. Pomfritoj



Kial eviti ilin?

 Tre riĉaj je transgrasoj kaj akrilamido, potenciale kanceriga substanco.

 Ili faciligas la tropeziĝon, la kolesterolon kaj korproblemojn.

 Ili malriĉas je nutraĵoj kaj estas multkaloriaj.

 **Alternativo:** Anstataŭigi ilin per fornrostitaj legomoj kun iom da olivoleo.

6. La Pastaĵoj



Kial eviti ilin?

 Ege riĉaj je sukero, butero kaj rafinitaj farunoj, kiu faciligas rapidan tropeziĝon.

 Ili povas krei insulin-reziston kaj kreskigi la riskon je diabeto.

 Ili ofte enhavas palm-oleojn nocajn al la sano kaj al la medio.

 **Alternativo:** Pretigu desertojn hejme el plenfarunoj kaj natura dolĉigilo kiel mielo aŭ sukeracera siropo.

7. La Bombonoj kaj Konfitaĵoj



Kial eviti ilin?

 Konsistantaj el preskaŭ nur rafinita sukero kaj kemiaj kolorigiloj.

 Ili altigas la riskon je karioj, diabeto kaj tropeziĝo.

 Ili povas krei suker-dependon.

 **Alternativo:** Meti freŝajn aŭ sekigitajn fruktojn kiel daktiliojn aŭ figojn por ĝui iom da natura sukero.

8. La Rapidmanĝoj kaj Hamburgeroj



Kial eviti ilin?

 Ili enhavas saturitajn grasojn, kun saŭcoj riĉaj je aldonaj kaj procezitaj viandoj.

 Ili faciligas la inflamon, la tropeziĝon kaj kormalsanojn.

 Ili malriĉas je fibroj kaj esencaj nutraĵoj.



Alternativo: Pretigi la proprajn hamburgerojn hejme, faritajn el sanaj ingrediencoj.

Konkludo: Survoje al pli Sana Nutriĝo

-  Preferu uzi krudajn kaj naturajn manĝaĵojn, kiel la fruktoj, legomojn, leguminozojn, plencerealojn kaj bonajn proteinojn.
-  Evitu tro da sukero, salo kaj transformitaj graso.
-  Pli kuiru hejme por esti certa pri la ingrediencoj kaj maksimumigi la nutrajn okazojn.
-  Eta ŝanĝo en la nutriĝo hodiaŭ povas venigi signifan profiton al la sano tra la jardekoj!



En la nuntempa vivo oni bezonas multajn antaŭpreparitajn ingrediencojn kaj manĝaĵojn. Ne ĉiuj similaj produktoj tamen estas egale (mal)bonaj. Kiu havas tempon por legi kaj taksu la liston de ingrediencoj dum aĉetado? Mi trovis senpagan aplikaĵon **Desrotulando**, kiu per poŝtelefona legado de stri-kodoj de la var-skatoloj serĉas la malfortajn punktojn de la ingrediencolisto. Per 0 ĝis 100 poentoj, ĝi aljuĝas kiom for de la natura nutrado produkto troviĝas, kaj donas komentojn kial tiuj aŭ jenaj ingrediencoj estas necesaj kaj eĉ malkonsilindaj. Ju pli simpla ingrediencaro, des pli bone. Malfavoraj ingrediencoj foje troviĝas en iuj var-markoj kaj ne en aliaj, tial la aplikaĵo faciligas elektojn.

Serĉu tiun aplikaĵon en via poŝtelefona instalilo kaj provu ĝin uzi. Pli konsciaj konsumantoj ne nur ĉerpos pli da sano el la superbazaraj bretoj sed nerekte premios tiujn produktantojn pli konsciajn pri la evito de nenecesaj kaj malbonfaraj ingrediencoj. La antaŭnelonge enkondukitaj etiketoj "Riĉa je saturita graso", "Riĉa je aldonita sukero" kaj "Riĉa je natrio", devigaj por ĉiu industriigita manĝaĵo, estas paŝo al la konsciigo. Sed ili estas nur la plej oftaj, kaj multe pli povas troviĝi malantaŭ la allogaj kaj kolorplenaj manĝaĵ-pakaĵoj.

Bonajn malkovrojn kaj nutriĝon al vi!

Vekiĝo

Paulo Nascentes

ĉu orumas, ekaperas l' aŭroro?
la venonta erao de telepatio
nur hedero ekluma.
tenu la entuziasmon,
nun la venonta
erao de telepatio,
nur marasmo, apatio.
libera de venena hedero
splendas la roza aŭroro.
la venonta erao de telepatio
ne plu prokrastebblas.
la venko de lum'
havas nomon: aŭroro nun!

La poljuda okulkuracisto

Miguel Bento

Mi estas miopa. Tre miopa. Kaj, eĉ pli malbone kaj zorgige, la miopeco pliaĉiĝas – tamen malrapide, fakte tiom malrapide, ke estas al mi facile ne rimarki tiun pliaĉiĝon, des pli, ke mi ne vere volas rimarki ĝin...

Tamen, la situacio iĝis tia, ke mi jam devis sidi sur la planko, inter la sofo kaj la televidilo, por povi legi subtekstojn. Tia, ke apenaŭ eblis sufiĉe frue distingi la ĝustan buson, aŭ legi la lumbildojn, kiujn preleganto prezentas. Nepris finfine konsulti okulkuraciston – kaj farigi novajn, ankoraŭ pli potencajn okulvitrojn.

"Ne iru denove al tiu fuŝa popolkliniko", konsilis mia patrino. "Jes, tiel estas plej malmultekoste, tamen, kion diri pri la kvalito de la servo? Almenaŭ pri via sano vi ne avaru!".

Jes, mi konsentas: almenaŭ pri mia sano mi ne avaru. Tamen, por okulkuracisto apenaŭ povas esti pli facila tasko ol preskribi iom pli fortajn lensojn, ĉu ne? Oni devas nur provigi al

la paciento plurajn lensojn, demandi, kiu sentiĝas pli bone, kaj noti la informon. Eĉ trejnita símio povus fari tion, ĉu ne? Do mi decidis iri al la popolkliniko.

Tie, ĉio iris glate. Post mallonga atendo mi estis vokita de afabla okulkuracisto, kaj mi baldaŭ sidiĝis sur la speciala seĝo. Kiel atendite, la kuracisto alproksimigis al mia vizaĝo la kutiman aparaton kaj rapide provigis al mi plurajn lensojn – demandante, kiuj plej bone taŭgas por legi la literojn sur la muro. Post eble malpli ol kvin minutoj mi havis en miaj manoj la recepton por novaj okulvitroj, kaj la sekvan tagon mi mendis ilin ĉe okulvitrejo.

Unu semajnon poste la okulvitroj estis pretaj kaj mi iris preni ilin. Tuj je surmeto – uŝ! – forta kaj stranga vertiĝo. Elirante el la butikoj, mi stumblis kaj preskaŭ falis, kaj krome ekmarŝis en malĝusta direkto. Mi baldaŭ rezignis kaj revenis hejmen surhavante la malnovajn okulvitrojn...

kompreneble, post tiom da prokrasto, estiĝis granda diferenco inter la malnovaj kaj la novaj lensoj, kaj sekve la adaptoperiodo estos pli longa kaj ĝena...

Nu, almenaŭ tion mi ripetadis al mi mem, dum en la sekvaj tagoj mi insiste provis uzi la novajn okulvitrojn... vane. Estis ĉiam same malkomforte, kaj, kiam mi legis libron aŭ komputilumis, kapdoloro aperis.

"Mi ja avertis vin", riproĉis mia patrino. "Verŝajne tiuj okulvitroj estis mise preskribitaj... konsultu Doktoron B. R., tiun mi ja povas rekomendi." Kaj fine mi ja devis koncedi, ke io misas, kaj cedi al la patrina saĝo – ankoraŭ iom malvolonte, des pli, ke la seanco-prezo de D-ro B. R. estis trioble pli granda...

Do, jen mi denove, ĉi-foje ne en ordinara popolkliniko, sed en unu el tiuj malnovaj kaj imponaj komercaj konstruaĵoj de la urbocentro, kiuj troviĝas en tiu stranga stato inter iama ŝiko kaj nekontestebla dekadenco... Tie hejmas la konsultejo de D-ro B. R. – sed ne estis multa tempo por meditado pri la diferencoj inter la du kuracejoj, ĉar mi tuj estis invitita en la konsultoĉambron.

Jen D-ro B. R., malalta kaj maljuna, ĝentile premas al mi la manon. Mi tuj



vidas mezuzon ĉe la pordo, kaj, sur breto flanke de la skribotablo, menoraon, toraon kaj aliajn librojn skribitajn en 1234 la hebrea alfabeto (ĉu en la jida, la hebrea aŭ ankoraŭ alia lingvo, mi tute ne scias). A-ha! Tial la nekutimaj persona kaj familia nomoj, kiuj estis kaptintaj mian atenton! La lokon prilumetis mildaj sukcenecaj lampoj, tiaj, kiajn oni trovas en muzeoj, kiaj lumas sufiĉe, sed ne pli... Ŝvebis etoso trankvila, sed iom mistera. Kun mia kutima avido kaj anksio mi detale rakontis mian ĝistiaman misfortunon, balbute, digresie, dum la doktoro aŭskultis kun firma atento kaj sereno... Tioma estis la kontrasto, ke mi eĉ iom embarasiĝis.

"Bone. Antaŭ ĉio mi kontrolu, ĉu la novaj okulvitroj vere laŭas la preskri-

bon de la antaŭa kuracisto." Kaj D-ro B.R. portis ilin al apuda laborĉambreto.

Li rapide revenis. "Jes, efektive la okulvitro bone faris sian laboron. Do, estas tempo ekzameni vin" – kaj li mangestis al la fundo de la konsultejo, kie troviĝis liaj diversaj aparatoj. Mi tuj stariĝis kaj paŝis al la kutima seĝo, ekipita per la prov-lensoj... ĝis la voĉo de D-ro B. R. surprizis min: "Ne, vi ne rajtas sidi tie! Mi ĵus ekkonis vin. Mi ankoraŭ ne scias, ĉu mi povas fidi vin. Vi sidas tie", kaj li fingromontris al tute ordinara seĝo... Dum mi sidis kaj miris, li surmetis al mi ridindan, rondan okulvitroframon, kaj malfermis belan, luksan valizon, certe pli aĝan ol mi mem. Unu post la alia, li prenis lensojn el la purpura veluro de la valizo kaj metis ilin en la okulvitroframon. "Jen la klasika maniero fari tion. Ĉi tiu procedo estas duflanka, estas kunlaboro inter kuracisto kaj paciento, inter mi kaj vi. Tiel, malrapide, estas tempo por ke vi parolu, kaj por ke mi aŭskultu. Jes, la moderna aparato estas oportuna, sed al multaj kuracistoj ĝi forgesigas la bezonon de atenta interago". Kaj tiel, lante sed konstante, testude sed konklude, D-ro B. R. trovis

la ĝustajn mezurojn por miaj novaj okulvitroj. Ne nur tion: li ankaŭ poio, ĉiam post mia sincera reago al ĉiu lenso, majstre senvualigis detalojn de la proceduro, lecionis pri la neeviteblaj diferencoj inter la dekstra kaj maldekstra okuloj, komparigis al mi la lensojn de miaj antaŭaj okulvitroj, de tiuj preskribitaj de la antaŭa doktoro, kaj tiuj preskribotaj de li... "La alia kuracisto certe estis trejnita laŭ la usona skolo de oftalmologio. Ni ne tro kulpigu la usonanojn, ili ja devis trovi manieron elturniĝi, por servi rapide al amaso da homoj. Tamen, mi estas maljunulo edukita laŭ la eŭropa skolo... Li preskribis al vi iom tro fortajn lensojn, kaj krome tute forgesis korekti vian etan astigmatismen".

Mi estis ravita, kaj plene certa, ke ĉi-foje la okulvitroj taŭgos. Certe sciante, ke lia seancoprezo estas pli alta ol averaĝe – kaj eble rimarkinte, kiom impresis min la tuta afero – la maljuna kuracisto petolis antaŭ la ĝiso:

— Ĉu do indis veni ĉi tien?

Poste, lia preskribo ja montriĝis perfekta. Kompreneble. Mi devus scii jam de la konsilo de mia patrino...



Cerbumado

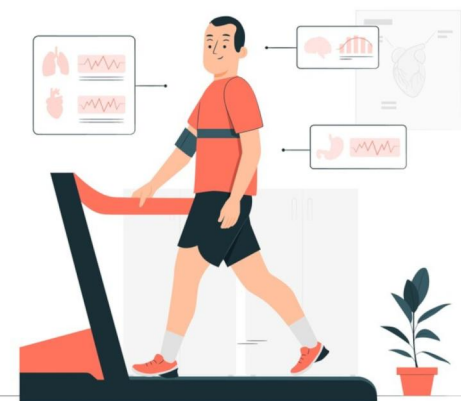
João Otávio Veiga Rodrigues

Post labortago, mia korpo ripozas, lulate de la tamburetado de pluvo, rememorante la sekvadon de kulpoj kaj venkoj, realigoj kaj fiaskoj, dum la obstina deziro ne plu erari... La prirevitaj gefiloj stariĝis sendependaj malgraŭ mia volo. Aliaj ne volas forflugi kaj restas en la gepatra hejmo; sed, ĉiuj ne akceptis la patrajn moralajn valorojn. Ĉiuj! La celon servi aliulojn, direktantan la vivon, kiu fluas rapide, pli rapide ol ni volus! La muskoloj perdas forton kaj la sento ne lasi almenaŭ unu heredaĵon por posteularo, desegnas estontecon de soleco kaj ĉagreno.

Sed alvenis la horo por iri al muskolfortigejo! Mi levas la rezisteman korpon. Mi surmetas la tenisŝuon kaj iras al korp-ekzercoj. Je ĉiu ekzerco aperas nova defio! Superiĝi estas la ordono! Starigi la skeleton estas prioritato! Ekzistas naturaj limoj, sed ekzistas superado kaj senti la korpan ŝviton, senti la rekompencan post la klopodoj estas netaksebla plezuro! Serĉi ĉiam la plej bonan elvolviĝadon por ĉiu ekzercoserio, senti la korpon, klopodante

dum la devigita streso, tiel estas la rutino de muskolfortigejo. Tie la volo ordonas ĉiajn aferojn kaj oni dependas de neniu, krom de sia propra volo! Granda(!) ekzerco por nia menso, por ĉiu tago. Kien vi deziras alveni?

Ni perdas multe da tempo atentante pri la kritikoj kaj opinioj pri ni, kiam ni devus koncentri niajn fortojn al tiuj, kiuj estas esencaj en la Vivo! La plej granda pruvo pri nia libereco estas nia sindediĉo al tio, kion ni direktas al nia feliĉo, realigante tion, kio estas prioritato al Vivo, kiam nia volo kaj la Volo de Dio estas la sama!



Jesa

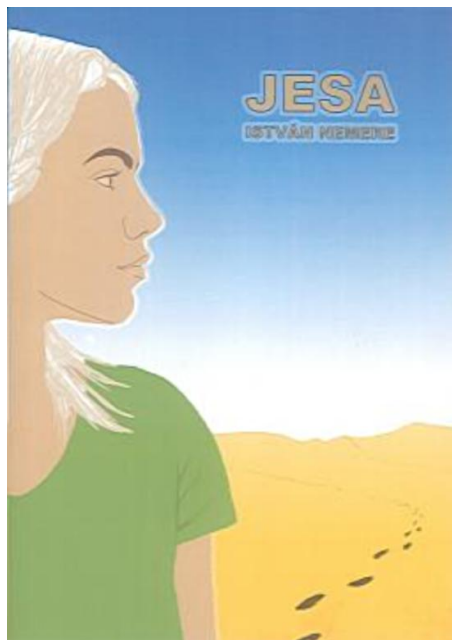
Paulo S. Viana

Titolo: “Jesa”.

Aŭtoro: István Nemere

Eldonis “Verda Stelo”, Hungarujo, 2019.

“Jesa” estas kurioza fikciaĵo. Temas pri “fremda” virino, kiu vizitas urbon kaj tuŝas la vivon, la pensojn kaj la sentojn de lokaj homoj. Ŝi havas iajn misterajn, paranormalajn povojn, kaj magnetan rigardon kaj influon super ĉirkaŭantoj. Iom post iom, post sinsekvaj epizodoj dum la rakonto, oni komprenas, ke ŝi alportas novajn ideojn pri la mesaĝo de Jesuo kaj pri la vera destino de la homoj. Ŝi rekte alfrontas religiulojn, kiuj arogas al si la aŭtoritatecon de reprezentantoj de Dio, kaj same tiujn, kiuj neas kaj spitas la instruojn de Jesuo. Ŝi klopodas per foje longaj paroladoj transdoni al la homoj la veran, transcendan ideon: praktiki la bonfaradon, la solidarecon, la kunsentemon, trans dogmoj kaj



striktaĵ religiaj reguloj. Ŝi proponas universalecajn principojn kiel revenon al la pureco de la originaj Jesuaj ideoj.

La aŭtoro (fakte forpasinta en decembro 2024, 80-jaraĝa) estas tre konata de la Esperanta publiko, kaj aparte elstaris pro sia fekunda produktado. Li verkis pli ol 700 librojn, precipe en la hungara lingvo. En Esperanto, kelkajn dekojn. Vera fenomenon!

Mi supozas, ke lia multenombra, preskaŭ torenta verkado havis siajn problemojn. “Jesa” estas sufiĉe intere-

sa libro, tamen oni sentas, ke la aŭtoro ne havis tempon revizii ĝin. La tuta rakonto foje fluas iom stumbe, ne-nature, kun sinsekvo de scenoj kaj situacioj ne facile komprenebla. La leganto (almenaŭ mi) trovas malfacile teni la linion de la faktoj. Koncerne la tekston mem, abundas preseraroj kaj strangaj lingvouzoj. Plej frapa estas la uzado de sufikso “ig-”: “movigi”, anstataŭ “movi”; “skuigi”, anstataŭ “skui”; “streĉigi” anstataŭ “streĉi”. Krome, konstanta uzo de “unika” anstataŭ

“sola”, kaj de adjektiva participo anstataŭ adverba. Troviĝas ankaŭ ne glata uzo de “sia”.

Tamen, tiaj malglataĵoj ne malhelpas, ke oni kaptu la bonan mesaĝon de la romano. Ĝi estas pensiga, precipe por homoj, kiuj en nia moderna mondo sentas la bezonon de renovigo de humanismaj ideoj. Ja la mondo bezonas reveni al la vojo de solidareco, homamo, toleremo, respektemo kaj paco. Jen la suko de ĉi tiu romano de fama aŭtoro.

Plia eldonaĵo de EASP



Kinkas Borba

Machado de Assis

Tradukis

Francisco S. Wechsler

<https://easp.org.br/butiko>

Memoro kaj rezisto: La venka signifo de "Mi Daŭre Estas Ĉi Tie" ĉe la Oskaro

Gajni la Oskaron de la Plej bona Internacia Filmo por la brazila plenlonga filmo "Mi Daŭre Estas Ĉi tie" reprezentas historian mejloŝtonon por nia nacia kinoarto, kunportante signifajn sociajn kaj ekonomiajn implicojn. Reĝisorita de Walter Salles kaj ĉefrolita de Fernanda Torres, la filmo rakontas la historion de Eunice Paiva, kiu klopodas malkovri la sorton de sia edzo malaperinta dum la milita diktaturo en Brazilo.

La venko de "Mi Daŭre Estas Ĉi tie" ĉe la Oskaroj reliefigas la kapablon de la brazila kinarto trakti koncernajn historiajn kaj sociajn temojn, antaŭenigante ripensojn pri malhelaj periodoj de nia historio, kiel la civil-armea diktaturo. La brazila aŭtoritata reĝimo (1964-1985) estis markita de homajrajtoj-malobservoj, cenzuro, torturo kaj malvolaj malaperoj. Portretante la lukton de Eunice Paiva, la filmo kontribuas al levado de konscio pri homajrajtoj kaj la graveco de kolektiva memoro.

La reprezentado de lokaj rakontoj sur tutmondaj platformoj ankaŭ plifortigas brazilan kulturan identecon, permesante niajn proprajn rakontojn esti dividitaj kaj aprezitaj tutmonde. Ĉi tiu videbleco povas inspiri novajn produktaĵojn, kiuj traktas aliajn aspektojn de la brazila socio, antaŭenigante diversecon kaj inkludon en kinarto.

Krome, elportante la abomenaĵojn faritajn dum la diktaturo, "Mi Daŭre Estas Ĉi tie" ludas fundamentan rolon por konservi historian memoron kaj malhelpi la ripeton de tiuj okazaĵoj. Arto havas la potencon eduki kaj levi konscion por estontaj generacioj, certigante ke malhelaj momentoj kiel ĉi tiuj neniam estas forgesitaj aŭ bagateligitaj. La internacia rekono de la filmo plifortigas tiun mesaĝon kaj plifortigas la bezonon aprezi demokration kaj homajn rajtojn.

Ekonomie, gajni la Oskaron emas altiri investon al la brazila aŭdvida sektoro. Internacia rekono povas sti-

muli kunproduktadojn, partnerecojn kaj eksterlandan financadon, vastigante la disponeblajn rimedojn por estontaj produktadoj. Krome, pliigita intereso pri brazilaj filmoj povus rezultigi pli grandan distribuadon kaj ekspozicion eksterlande, generante kroman enspezon kaj plifortigante la nacian filmindustrion.

La premio ankaŭ povas akceli kulturen turismon, kun internaciaj spektantoj interesitaj pri kono de la lokoj montritaj en la filmo kaj brazila kulturo ĝenerale. Ĉi tiu movado povas profitigi sektorojn kiel hoteloj, gastromio kaj servoj, kontribuante al la loka ekonomio.

La venko de " Mi Daŭre Estas Ĉi tie " ĉe la Oskaro por Plej bona Internacia Filmo transcendas artan rekonon, kaj alportas signifajn sociajn kaj ekonomiajn efikojn al Brazilo. Estigante pripensojn pri nia historio kaj kulturo, la filmo plifortigas nacian identecon kaj vastigas la ĉeeston de brazila kinejo sur la tutmonda scenejo, malfermante pordojn al novaj ŝancoj kaj investoj en la aŭdvida sektoro.

Memorante kaj denunciante la teruraĵojn de la militista diktaturo, la filmo ludas decidan rolon en historia edukado kaj certigas ke ĉi tiuj eraroj ne ripetiĝu. La internacia rekono de "Mi

Daŭre Estas Ĉi tie" reasertas la engaĝiĝon de kinarto kiel ilo de rezisto kaj memoro, certigante ke la pasinteco servas kiel leciono por pli justa kaj demokrata estonteco.



Bibliografiaj Referencoj

- ANDRADE, Mário. *Brazila Kino kaj Kultura Identeco*. San-Paŭlo: Editora Contexto, 2019.
- COSTA, Lúcia. *La Historio de Nacia Kinejo*. Rio-de-Janeiro: Zahar, 2021.
- SILVA, Ricardo. *Kreiva Ekonomio en Brazilo: Defioj kaj Ŝancoj*. Braziljo: Editora UnB, 2020.
- VIEIRA, Ana. *Memoro kaj Diktaturo en Brazilo Kino*. Porto Alegre: Editora Sulina, 2018.

Patricia Guerra Radsack

PhD-studento ĉe Salgado de Oliveira University – Niterói-RJ Campus. Havas magistron de Universidade Salgado de Oliveira – Campus Niterói-RJ.



Estas diplomita pri Historio ĉe la Universitato Salgado de Oliveira en São Gonçalo – RJ. Ŝi havas kvalifikaĵojn en Geografio, Sociologio kaj Filozofio. Disvolvas esploradon en la areo de krimo en la regiono Santa Luzia do Carangola fine de la 19-a jarcento.



Imaga interparolo kun filozofoj

Admirante la sincerecon de Diogeno la cinika

(5-a jarcento a.K.)

Jen mi denove en la Antikva Grekujo, nun serĉante la ekscentran filozofon Diogeno. Kiam mi demandis preterpasantojn pri li, la plimulto mokridetis kaj rekomendis, ke mi serĉu barelon... Kaj fakte, jen malriĉaspekta viro sidanta en barelo, certe li.

— Ĉu S-ro Diogeno el Sinopo? Saluton, kara majstro. Kia plezuro renkonti vin!

— Bonvolu ne moki min, fremdulo. Sufiĉas la sarkasmoj de miaj samurbanoj. Majstro certe mi ne estas. Kaj vi, kiu kaj kio vi estas, en tiuj strangaj vestoj?

— Estu certa, ke mi parolas sincere, kiam ni nomas vin majstro. Mi estas scivolulo el fora estonteco kaj venis vidi per miaj propraj okuloj la viron, kies sinteno pri moralaj valoroj etern-

iĝis kaj fariĝis admirinda ekzemplo por la tuta homaro. Pri la barelo, mi jam konstatis, ke tio ne estas legendo. Kaj pri la lanterno? Ĉu vere vi promenas kun lanterno serĉante honestan homon?

— [Ridante] Ha, la lanterno... Jes, mi portas lanternon sur la Atenaj stratoj, en plena taglumo, serĉante honestulon. Kредu, mia serĉado ankoraŭ daŭras. Sed, diru al mi, ĉu en via estonta mondo mi sukcesus pli facile?

Mi konfesas, ke mi hezitis por respondi. — Nu... la serĉado de honesteco estas ankoraŭ defio, sed mi pensas, ke ni havas mekanismojn por konvinki homojn, ke ili devas esti respondecaj. Tamen, kiel vi certe scias, mekanismoj kutime misfunkcias...

— Mi komprenas kaj bedaŭras, vizitanto. Kaj sciu, ke mi ĝojas, estas honesteco en viaj vortoj.

— Ho, aŭdi tion de homo tiel sincera, kiel vi, estas oro. Parolante pri oro, ĉu vi vere malestimas riĉecon kaj sociajn konvenciojn?

— Kompreneble! Tio estas ĉenoj, kiujn homoj kreas por si mem. Kial ne elekti simplecon por la vivo? Ĉu ne estas evidente, ke ju malpli oni havas, des malpli oni perdas?

— Prave, S-ro Diogeno, sed ĉu ne estas malfacile vivi per tiom malmulte?

— Pli malfacile, miaopinie, estas vivi kiel sklavo de deziroj, ĉiam volante pli kaj neniam kontentigita. Mi sentas min libera, en mia barelo, kiu ŝirmas min. La suno varmigas min kaj la naturo provizas tion, kion mi bezonas. Mi pensas, ke mi estas pli feliĉa, ol riĉuloj en iliaj palacoj.

— Vi parolis pri sunvarmo. Ĉu estas vere, ke vi defiis Aleksandron la Grandan kaj petis, ke li ne restu inter vi kaj la suno?

— Ha, jes, la juna Aleksandro... Unu tagon li diris al mi: “Petu kion ajn vi volas, kaj mi donos tion al vi.” Ŝajne vi scias, kion mi petis. [Ridante] La sunon

li ne povis doni al mi, do... ke li foriru kun sia ombro.

— Vi iris rekte al la celo, kiel ĉiam, kuraĝe, ne flankiĝante. Gratulon! Estus bone, se en mia epoko vivus multaj homoj, kiel vi. Tamen mi pensas, ke vi ne ŝatus vivi tiam, kun tro da aparatoj kaj senbrida konsumemo.

— Hm... Verŝajne mi malamus vian epokon. La tiamuloj devas esti ĉirkaŭ- itaj de senutilaj aferoj, serĉante feliĉon kie ĝi ne ekzistas. Se vi volas konsilon, mia vojaĝanta amiko, diru al viaj samtempuloj, ke ili forlasu la superfluaĵojn kaj vivu en harmonio kun la naturo. Vera libereco kuŝas en simpleco.

— Certe mi transdonos al ili vian konsilon. Probable la efiko similos ĵetadon de perloj al porkoj, tamen mi faros mian parton. Dankegon, S-ro Diogeno. Viaj ideoj kaj vivspertoj estas ja inspiraj. Nun mi devas foriri, adiaŭ!

— Adiaŭ, ĝentila estontulo! [Kiam mi jam estis malproksima] Uhu! Mi vetas, ke en via tempo ankoraŭ ekzistas flatemuloj. Diru al ili, ke vulturoj estas pli bonaj ol ili. Tiuj bestoj voras mortintojn kaj ili, vivantojn.

“Nesuperebla Diogeno!”, mi pensis, jesante permane kaj perkape.

José Mauro Progiante

Lingvaj Respondoj

de Francisco Wechsler



Demando

En la libro *Sentencoj* (29:5) de la *Malnova Testamento*, en traduko de Zamenhof, oni legas: *Homo, kiu flatas al sia proksimulo, / Metas reton antaŭ liaj piedoj*

Ĉu mankas akuzativo en tiu frazo? Ĉu oni devas konsideri la zamenhofan tradukon de la *Malnova Testamento* kiel perfektan modelon, simile kiel la Fundamenton de Esperanto?

Respondo

Rilate la ekzemplon donitan, oni povus ankaŭ diri: *Metas reton antaŭ liajn piedojn*. Ambaŭ frazoj estas ĝustaj kaj esprimas esence la samon, tamen ekzistas nuanca diferenco inter ili. Sen la N-finaĵo, la frazo esprimas la *pozicion* de la reto, kiu sidas antaŭ la piedoj de la proksimulo, nek malantaŭ, nek flanke de li. Kontraste, la frazo kun la N-finaĵo emfazas la *movon* de la reto al la piedoj.

Rilate la duan parton de la demando, la baza sekvenda dokumento pri Esperanto estas ĝia *Fundamento*, kies kvar partoj (*Antaŭparolo*, *Gramatiko*,

Ekzercaro kaj *Universala Vortaro*) entenas la oficialajn difinojn de la lingvo. Rezulte, ĉio entenata en tiu dokumento estas laŭdifine ĝusta. Ankaŭ la *Aktoj de la Akademio* kaj la *Oficialaj Aldonoj al la Universala Vortaro* estas sekvendaj. Ĉio krome verkita de Zamenhof estas ordinare — sed ne nepre — imitinda. Eĉ liaj *Lingvaj Respondoj* havas forte konsilan, sed ne devigan karakteron.

Aliflanke, ĉio, kio kontraŭas la *Fundamenton*, estas nepre neakceptebla. Ekzemple, la frazo: *esperantistoj devas saluti la verda flago* estas neakcept-

ebla, ĉar ĝi kontraŭas la duan regulon de la *Fundamenta Gramatiko*.

Tamen, ne ĉio entenata en la *Fundamento* estas sekvenda. Ekzemple, en la *Ekzercaro* (§25) oni legas la jenon: [...] *el la kaldrono, en kiu **sin trovas** bolanta akvo, eliras vaporo; tra la fenestro, kiu **sin trovas** apud la pordo, la vaporo iras sur la korton. Se iu deziros uzi la esprimon **sin trovi***

tiusence, li sendube tion rajtos fari, ĉar ĝi estas parto de la *Fundamento* kaj laŭdifine ĝusta; tamen tiu frazero paŭsas esprimojn el certaj etnaj lingvoj, kiuj uzas la refleksivon ankaŭ tiamaniere. Pli konsilindas uzi estas, *troviĝas, situas* ks.; ĉi tiu solvo estas plene akceptebla, ĉar ĝi neniel kontraŭas la *Fundamenton*.



uea.facila

FACILAJ ARTIKOLOJ EN ESPERANTO

ĈU VI KONAS LA RETEJON “UEA FACILA”?

La retejo “UEA Facila” estas bonega servo al la Esperantistaro.

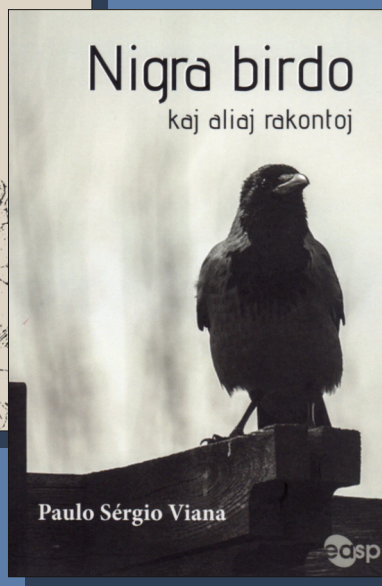
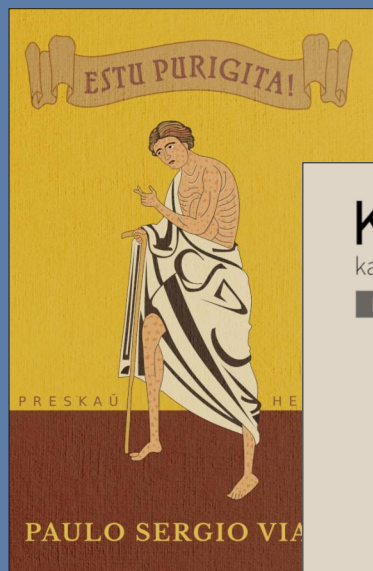
Ĉu vi kutimas viziti ĝin?

Ĝi proponas tekstojn pri temoj de ĝenerala intereso, redaktitaj en facila lingvo, kun aldono de klarigoj pri vortoj kaj vortkunmetoj. Aldone, al ĉiu teksto oni trovas sonregistron de la koncerna legaĵo en klaraj voĉo kaj prononcado.

Ĝi estas do bonega kaj kleriga ekzerco por ĉiu komencanto kaj ĝenerale por ĉiu Esperantisto, kiu emas ĝui la lingvon kaj ĝian kulturon.

Ĉiun paĝon de UEA Facila aliras pli ol mil Esperantistoj. Estu ankaŭ vi unu el tiuj!

Noveloj kaj rakontoj origine verkitaj en Esperanto



Verkis

Paulo S. Viana

Eldonis

Esperanto-Asocio de San-Paŭlo

<https://easp.org.br/butiko>