



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# In-Cult



**Secțiunea de cunoștințe**  
**Comori culturale românești**  
**Liga Scriitorilor**  
**Filiala Timisoara Banat, România**

Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru realizarea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului acesteia, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi considerată responsabilă pentru orice utilizare care ar putea fi făcută de informațiile conținute în ea.

## RO\_1 | Dansul tradițional “brâul”

Brâul din Banatul de munte face parte din repertoriul păstoresc, fiind un joc bărbătesc foarte iute, plin de vitalitate. Se joacă de către flăcăii așezați în semicerc, cu mâinile pe umeri, formând un lanț. Costumul lor este alcătuit pe contrastul alb-negru. Elementul specific al jocului îl constituie mișcările iuți de picioare. Pașii bătuți ai brâului sunt plini de energie, cu o ritmică bogată și nuanțată, o varietate plăcută de tempouri. Jucătorii execută figuri artistice felurite, frământă pământul în joc cu mișcări armonioase, completate cu figuri de ridicare, răsucire și legănare a picioarelor. Mișcările exterioare, ritmul perfect al picioarelor par să se topească într-un ritm lăuntric, atât de adâncă e pasiunea jocului..

Oamenii locului știu brâul din moși-strămoși. Cu timpul, și-a pierdut funcția păstorească și s-a integrat în spectacole. Este jucat cu mare fală la sărbători de către flăcăii satului chiar și acum. Brâul din Banatul Montan exprimă marea vitalitate a jucătorilor ca reprezentanți ai zonei de munte, vigoarea, firea lor pătimășă și mândria aparte. Brâul transmite elemente autentice ale spiritualității românești, felul în care strămoșii își manifestau trăirile.

## RO\_2 | Colindatul

Colindatul este una dintre cele mai răspândite datini cunoscute în România. În colindat regăsim bucuria Nașterii Mântuitorului reflectată în gesturi, texte ceremoniale, cântate și dansuri. Colindătorii cu ochii plini de speranță, credință și iubire anunță pe la casele gospodarilor vestea cea bună, vestea nașterii Fiului lui Dumnezeu, urând acestora sănătate, fericire și prosperitate în anul ce vine. Ei sunt răsplățiți de către gazde cu bucate tradiționale - cozonaci, colaci, mere, nuci, cârnați și invitați să ia parte la cina de Ajun. Începând din această seară și până la revărsatul zorilor, străzile satelor răsună de glasul colindătorilor, costumați în port tradițional. Ei merg din poartă în poartă, amintind de momentul când cei trei magi de la Răsărit au urmat steaua călăuzitoare spre locul Nașterii Mântuitorului.

Colindele sunt cântate începând din seara de Ajun și până la Bobotează și în biserici. Colindele sunt transmise din generație în generație, fiind considerate o zestre inestimabilă, o zestre în care regăsim gânduri, cuvinte, trăiri, credință strămoșească, iubire, comuniune, istorie. Există familii ce lasă moștenire din tată în fiu o colindă aleasă din vastul nostru repertoriu de colinde, ca fiind colindul casei.

## RO\_3 | Arta cămășii tradiționale “ia”

Ia este unul dintre cele mai vechi articole vestimentare specifice portului popular românesc. Ia, cămașa tradițională românească, a fost și este aproape de sufletul poporului român. Broderiile bogate, unicate, cusute manual și cu multă migală, fascinează prin frumusețea și originalitatea lor. Simbolurile brodate pe față, spate sau mâneci vorbesc despre viața și familia femeilor care au cusut aceste cămăși, despre zona geografică, în care au fost ele realizate, diferă de la o regiune la alta, dar și despre preocupările meșteșugărești ale satului.

Din cele mai vechi timpuri, motivele populare romanesti au spus multe lucrurile despre spiritualitatea oamenilor. Ele nu aveau doar un rol estetic, ci erau și un mod de exprimare pentru persoana care le purta. Modelul iilor arată zona de unde provenea, statutul social, marital, vârsta sau ocupația persoanei respective. Culoarele au o importanță aparte în portul popular românesc, fiind specifice zonei geografice în care a fost realizată ia, dar și adaptate vârstei femeii care urma să o poarte, precum și statutului social al acesteia. Culoarea oferă și alte detalii despre ei: albastrul și argintul erau folosite pentru a simboliza apa și râurile (un motiv des întâlnit în cultura populară românească), auriul și verdele erau culori folosite pentru a reprezenta câmpia, roșul și maroul – regiunile muntoase.

Sprrijinul acordat de Comisia Europeană pentru realizarea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului acesteia, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi considerată responsabilă pentru orice utilizare care ar putea fi făcută de informațiile conținute în ea.

## RO\_4 | Prepararea mâncării tradiționale - Sarmale

Sarmalele reprezintă unul dintre cele mai apreciate mâncăruri din România. Deși considerat un fel de mâncare tradițional românesc, își are rădăcinile în Imperiul Otoman. Sarmalele se prepară din Orientul Mijlociu până în Balcani și Europa Centrală, însă rețetele sunt diferite de la țară la țară. În România, acest preparat se bucură de apreciere în toate regiunile țării și se poate considera o mâncare cu o simbolistică aparte. Oala de sarmale din lut, este prezentă în aproape toate casele românilor și se consideră a avea un rol important în obținerea gustului autentic.

Cele mai întâlnite sunt sarmalele în frunze de varză (dulce sau murată) dar și în foi de viță de vie. Frecvența și tradiția pregătirii lor este tot mai largă, la toate sărbătorile de familie și religioase, sau la manifestările culturale. Sarmalele, un amestec de carne tocată de porc și vită, orez, ceapă, bulion, ou, mărar, sare și piper, rulat cu grijă în foi de varză murată, au mărimi diferite de la o zonă geografică la alta. Sarmalele se așează rânduri, rânduri în oala de lut. Se acoperă cu apă și se pun 2-3 frunze de dafin iar deasupra se poate pune costiță afumată. Se dau la foc moale iar după un timp, mirosul specific este îmbietor și inconfundabil. După 3-4 ore, când preparatul este gata, se poate servi cu mămăligă și smântână. Este un preparat extrem de gustos și apreciat.

## RO\_5 | Pelerinaj la Mănăstirea Nicula

Mănăstirea Nicula - mănăstire de calugări, cu hramul Adormirea Maicii Domnului este situată în județul Cluj. Este una din cele mai vechi așezări monahale de pe teritoriul României. În 1552 este datată prima mărturie a existenței unei biserici din lemn. Biserica mănăstirii a adăpostit renumita Icoană Făcătoare de Minuni, Icoana Maicii Domnului cu Pruncul, pictată pe scândură de brad în 1681 de către preotul Luca din Iclod. Există menționat într-un proces verbal, întocmit de soldații austrieci, faptul că icoana a lăcrimat timp de aproape o lună, în perioada 15 februarie-12 martie 1699, astfel prevestind necazurile ce aveau să vină. În urma acestui eveniment, Mănăstirea Nicula a devenit unul din cele mai importante locuri de pelerinaj din Transilvania de Nord.

Pelerinajul are loc în luna august. Zeci de mii de credincioși se îndreaptă spre Nicula, unii chiar pe jos distanțe de peste 100 de km, respectând astfel vechile tradiții. În noaptea dintre 14 și 15 august are loc slujba de Sfântă Privegherea Maicii Domnului, moment în care icoana este scoasă afară din biserică iar un sobor de preoți, cu Icoana Maicii Domnului în față, înconjoară biserica. În ziua de 15 august, are loc marea slujbă a Sfintei Liturghii. La terminarea slujbei, o masă este oferită tuturor pelerinilor.

## RO\_6 | Practică culturală legată de 1 martie-“Mărțișorul”

Mărțișorul este un obiect de podoabă legat de un șnur împletit dintr-un fir alb și unul roșu, care apare în tradiția românilor, bulgarilor (Martenița) și în zona Balcanilor la aromâni și megleno – români. Mărțișorul se poartă la mâna stângă sau în piept, începând cu 1 martie (timp de 10 zile, două săptămâni sau o lună) și se zice că, dacă îți pui o dorință în timp ce atârni mărțișorul de un pom după ce îl porți, dorința se va îndeplini. De regulă băieții oferă fetelor mărțișoare, dar în Banat, Bucovina, Bistrița – Năsăud, Maramureș și o parte din Moldova, fetele oferă mărțișoare băieților, care la rândul lor, oferă cadouri fetelor la 8 martie.

Prin obiceiul de a dăru și primi acest simbol al primăverii, lumea se bucură de sosirea primăverii și comunică sentimentul de afecțiune pentru persoana căreia i se dăruiește mărțișorul. În tradiția populară sunt cunoscute trei mituri: „Voinicul care a eliberat Soarele”, „Lupta primăverii cu iarna” și „Fratele și sora hanului”. La

Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru realizarea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului acesteia, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi considerată responsabilă pentru orice utilizare care ar putea fi făcută de informațiile conținute în ea.

Începutul lunii aprilie, într-o mare parte a satelor României și Moldovei, pomii sunt împodobiți de mărtișoare. Această frumoasă tradiție a primăverii este în patrimoniul UNESCO din decembrie 2017.

## RO\_7 | Proverbe și zicători

Proverbul derivă din cuvântul latinesc „proverbium” care semnifică o învățătură morală populară născută din experiență, exprimată printr-o formulă simplă, sugestivă, de obicei metaforică, de multe ori rimată (muzicalitatea face să se rețină mai ușor). Proverbele, zicătorile mai sunt numite și vorbe de duh sau cuvinte din bătrâni și sunt anonime. Ele provin din înțelepciunea multi-milenară a poporului român care de-a lungul secolelor a trăit o multitudine de evenimente care au generat tot felul de stări, au observat la unii calități, la alții vicii din care a tras câte o învățătură. De pildă: ”Bine faci, bine găsești”, ”Ce ție nu-ți place, altuia nu-i face!”, ”Cine se scoală de dimineață, departe ajunge”, ”Nu lăsa pe mâine ce poți face azi”, ”Spune-mi cu cine te însoțești, ca să-ți spun cine ești”, ”În țara orbilor, chiorul este împărat”, ”Țara arde și baba se piaptână”.

Aceste expresii sunt folosite curent într-un anumit context, interlocutorul înțelegând instant despre ce este vorba. Cu sute de ani în urmă, proverbele și zicătorile erau considerate reguli de conduită pe care oamenii le respectau. Fiind pline de înțelepciune, proverbele românești pot fi citite oricând este nevoie de un sfat care a supraviețuit trecerii timpului.

Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru realizarea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului acesteia, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi considerată responsabilă pentru orice utilizare care ar putea fi făcută de informațiile conținute în ea.