Coordontori:
Dina Maria PRIPON Ruxandra VASILESCU

„POVEȘTI DE LA NOI... PENTRU NOI”

Lucrări ale elevilor premiaţi la etapa regională a Concursului din cadrul proiectului „STOP Bullying – ului / Spune NU intimidării”, CAER 2019

ISBN 978-973-0-30619-4

Cluj-Napoca
2019

„POVEŞTI DE LA NOI, PENTRU NOI”

Lucrări ale elevilor premiaţi la la etapa regională a Concursului de consiliere şcolară din cadrul proiectului „STOP Bullying - ului (Spune NU intimidării)” – CAER 2019

Coordonatori:
Dina Maria Pripon – CCD Cluj
Ruxandra Vasilescu - CJRAE/CJAP Cluj

ISBN 978-973-0-30619-4

Cluj-Napoca,
2019

SCURT CUVÂNT ÎNAINTE – DE CE ACEASTĂ PUBLICAŢIE?

La prima vedere, pare că deja toată lumea a auzit despre bullying şi ştie ce este acesta, ba uneori chiar că ne repetăm şi exagerăm cu toate aceste programe, intervenţii şi activităţi.

La o privire un pic mai atentă, însă, aflăm că multe lucruri nu ne sunt clare, fie că suntem elevi, profesori sau părinţi – şi nu e vorba doar despre vreo parte teoretică, abstractă.

Ne împiedicăm la fiecare pas de o serie de mituri sau interpretări greşite legate de bullying, pe care nu o să le enumăr decât pe sărite:

- "Aşa sunt copiii", "Bullying-ul este o parte normală a copilăriei"
  Adevărul: Să le faci rău altora nu este niciodată acceptabil, bullying-ul nu este o parte normală a copilăriei. Nu este nimic normal în a fi batjocorit, hărţuit.
- „Doar glumesc între ei"
  Adevărul: Când una dintre părţi nu se amuză, nu este glumă. Ceea ce pentru cineva este poate doar o glumă poate răni adânc pe celălalt.
- "Fetele nu au comportamente de bullying"
  Adevărul: Şi fetele pot avea astfel de comportamente, în cazul lor bullying-ul fiind predominant verbal şi social.
- "Cuvintele nu pot răni"
  Adevărul: Cuvintele nu lasă urme externe, dar pot lăsa cicatrici adânci înăuntru. Uneori impactul cuvintelor este mai puternic şi mai de durată chiar decât al unei agresiuni fizice.
- "Bullying-ul îi face pe copii mai puternici"
  Adevărul: Bullying-ul îl poate face pe un copil să se simtă foarte rău faţă de propria persoană, acest lucru fiind uneori permanent.

Bun, şi totuşi, aceasta este doar teorie. Putem povesti cu elevii noştri, explica, dezbate şi cu siguranţă că şi aceste lucruri sunt utile.

Însă probabil că niciodată nu vom putea comunica adevăratul impact pe care bullying-ul îl poate avea asupra cuiva ca şi atunci când acesta este descris chiar de către cei vizaţi sau chiar direct implicaţi.

Dintre poveştile şi situaţiile publicate aici unele sunt bazate pe fapte reale, altele sunt imaginate. Emoţia din spatele fiecăreia este însă de fiecare dată adevărată.

Îi felicităm pe toţi autorii acestei publicaţii pentru talent, curaj şi implicare şi le mulţumim în numele tuturor celor care vor beneficia de conţinutul ei!

Sugestii pentru cadrele didactice şi consilieri şcolari:

Aceste poveşti sau situaţii sunt organizate pe categorii de vârstă, în funcţie de autorii lor, şi pot fi utilizate în activitatea la clasă în mai multe moduri:

- Citite în întregime clasei şi apoi discutate (Ce părere aveţi, Cum v-a făcut să vă simţi etc.)
- Citite într-o primă fază doar parţial (fără final), elevii fiind întrebaţi cum cred că se termină povestea. Se citeşte apoi şi finalul şi se discută (de aici se pot discuta modalităţi de rezolvare, cum se poate interveni etc.)
- Citite de către elevi pe grupe, cu sarcina de a răspunde la anumite întrebări (de exemplu: Ce altceva puteau face cei implicaţi? Ce puteau face martorii? etc.)

! Nu încercaţi să faceţi explicit o paralelă între situaţiile citite şi situaţii din colectivul dumneavoastră de elevi, chiar dacă aceasta este uneori evidentă. Aducerea în prim-plan a unei situaţii specifice din clasă îi poate pune într-o postură foarte neplăcută pe unii elevi implicaţi.

Puteţi cu siguranţă alege orice altă modalitate de a utiliza conţinutul publicaţiei în activităţi de grup sau chiar individuale cu elevii.

Vă dorim succes!

Ruxandra Vasilescu
Profesor consilier CJRAE/CJAP Cluj

CUPRINS

		Pag.
Clasele III-IV		
1	„Bullying–ul poate fi depăşit” - Croitoru Alexandra, jud. Gorj, prof. îndrumător Tîrlea Ana Ramona	8
2	„Să nu permitem!” - Moldoveanu Melania, jud. Tulcea, prof. îndrumător Greceanu Gigica	10
3	„Povestea lui Cosmin” - Tătaru Mara Diana, Şcoala Gimnazială „I. Haţieganu” Cluj-Napoca, jud. Cluj, prof. îndrumători Bianca Albu, Simona Moldovan	12
4	„Povestea mea” - Grigoruţă David, jud. Vaslui, prof. îndrumători Loredana Păduraru, Cîrlescu Iulia	14
5	„Povestea mea”- Pleşoianu Paula, jud. Hunedoara, prof. îndrumător Ghiţan Ionela	16
6	„O lecție de neuitat” - Aferariţei Bogdan, jud. Botoşani, prof. îndrumător Condurache Sorina-Gianina	17
7	„Noua noastră colegă” - Aldea Ioana, jud. Buzău, prof. îndrumător Nedelcu Mita	18
8	„Bullying-ul” - Apreutesei Alexia, jud. Neamţ, prof. îndrumător Croitoriu-Dumitru Gianina	19
9	„Să fim mai buni!” - Magyar Sara, jud. Sălaj, prof. îndrumător Szabo Beata	20
10	Tătaru Şerban, jud. Vaslui, prof. îndrumători Loredana Păduraru, Cîrlescu Iulia	21
11	„Viaţa Amandei” - Nicolae Daria, jud. Buzău, prof. îndrumător Nedelcu Mita	22
12	„Scrisoare deschisă oamenilor mari” - Roşu Ştefania Laila, jud. Vaslui, prof. îndrumători Loredana Păduraru, Cîrlescu Iulia	23
13	„Ce ție nu-ți place, altuia nu-i face” - Bălan Sara, jud. Olt, prof. îndrumător Enache Mariana	25
14	„Bullying-ul”- Cristea Filip, jud. Constanţa, prof. îndrumător Segărceanu Mihaela	26
Clasele V-VI		
1	„Jurnal” - Kajcsa Greta, jud. Covasna, prof. îndrumători Szilagyi Andrea, Szocs Levente	29
2	„Mădălina- cartea născută din umilinţă” - Farcaş Daniel, jud. Mureş, prof. îndrumători Negoiţă Claudia, Crişan Ciprian	32
3	„Jurnal de bullying” - Bulf Alice Tania, jud. Buzău, prof. îndrumători Frăţilă Mihaela, Bulf Veronica	34
4	„Eroul din tine” - Mărgărint Ioana, jud. Vaslui, prof. îndrumători Cocuz Doina, Nechita Luminiţa	40
5	„Schimbarea începe cu tine” - Fustoş Alexia Clara, jud. Cluj, prof. îndrumători Ursan Angela, Bumbu Simona	43
6	„O altă poveste despre bullying”- Radu Miriam, Noje Adela, Mureşan Mihaela, jud. Sălaj, prof. îndrumător Daroczi Andrei	45
7	„De la rău, spre bine” - Pogan Eliana, jud. Alba, prof. îndrumători Topîrcean Natalia, Coconu Laurenţiu	48

8	„Tocilara” - Ungurean Ioana Ilinca , jud. Alba, prof. îndrumători Topîrcean Natalia, Coconu Laurenţiu	50
9	„Bullying-ul rănește” - Iftene Ana Maria, jud. Vaslui, prof. îndrumător Stan Ina Cristina	52
10	„Realitatea dură a fenomenului de bullying” - Vlăscianu Daria Maria, jud. Buzău, prof. îndrumător Marin Cristina	55
11	„Stop Bullying-ului”- Ungureanu Daria, jud. Sibiu, prof. îndrumător Vasiu Daniela	57
12	„Copiii trebuie iubiţi!” - Colongin Gabriela, jud. Caraş-Severin, prof. îndrumător Hamat Liliana	59
13	„File de viaţă – Povestea Sofiei” - Craşovan Bianca, jud. Caraş-Severin, prof. îndrumător Hamat Liliana	61
14	„Bullying” - Burlacu Ecaterina, jud. Botoşani, prof. îndrumător Buhaschi Daniela	62
15	„Lanterna” - Vitalyos Anna, Bagoly Agota, jud. Covasna, prof. îndrumători Szilagyi Andrea, Szocs Levente	64
16	„Mâna prieteniei” - Gregoretti Sebastian, Oprea Mario, Daczo David, jud. Galaţi, prof. îndrumători Bahrim Mihaela, Susnea Simona	67
Clasele VII-VIII		
1	„Nessie, monstrul din oglindă” - Sultan Elia, jud. Tulcea, prof. îndrumător Paraschiv Nicoleta	70
2	„Cioburile durerii” - Roibu Irina, jud. Gorj, prof. îndrumători Călugăru Liliana, Ocolişanu Liliana	74
3	„Coşmarul” - Bîrhală Miruna, jud. Vaslui, prof. îndrumător Popa Maria Mihaela	77
4	„Povestea mea, a ta, a altora” - Şuhani Larisa, Neamţi Naomi-Magdalena, Ludvig Larisa Daniela, jud. Timiş, prof. îndrumător Flueraş Adina Brîndușa	79
5	„Diferit nu înseamnă neapărat rău” - Văduva Alexia, Şcoala Gimnazială „I. Haţieganu” Cluj-Napoca, jud. Cluj, prof. îndrumător Simona Moldovan	81
6	„Tabla de şah” - Sucală Patricia Florina, Şcoala Gimnazială „Ştefan Pascu” Apahida, jud. Cluj, prof. îndrumători Moldovan Ileana, Marcov Eleonora	83
7	„Stop violenţă!”- Dinu Georgiana- Alexandra, jud. Ialomiţa, prof. îndrumător Ştefan Adrian Viorel	85
8	„O poveste despre bullying”- Chiper Crina, jud. Vaslui, prof. îndrumător Dinovici Irina	86
9	„Bună, sunt Amelia!...” - Lazăr Carmen Adina, jud. Sibiu, prof. îndrumător Grecu Geanina	88
10	„Agresivitatea în şcoală”- Pângăleanu Cătălin, jud. Sibiu, prof. îndrumător Vasiu Daniela Graţiana	90
11	„Manifest despre neiubire”- Cotaru Elena, jud. Tulcea, prof. îndrumători Arcuş Bristena, Manolachi Maria	92
12	„Las-o să fie ea!” - Urîtu Andreea Niculina, jud. Neamţ, prof. îndrumător Bîrgăoanu Maria Denisa	94
13	„Nepăsarea ne face complici”- Buşoi Teodora, jud. Gorj, prof. îndrumător Buşoi Camelia Felicia	96
14	„Elena” - Cojocaru Miruna Ioana, jud. Harghita, prof. îndrumători Zbanca Răucescu Raluca, Ciucanu Onorica	99
15	„Fapte nepermise”- Savu Andra, jud. Argeş, prof. îndrumător Dineţ Aurel	101

16	„Trecutul meu”- Şchiopu Ionela, jud. Iaşi, prof. îndrumător Moraru Oana, Bujoreanu Nicoleta	102
17	„Cum să-ţi fii cel mai bun prieten”- Marin Cosmina, jud. Dâmboviţa, prof. îndrumător Stănescu Gabriela	103
Clasele IX-XI		
1	„Povestea Marei”- Pascaru Simida, Liceul de Artă ”Ștefan Luchian” Botoșani, jud. Botoșani, prof. îndrumător Maţoschi Meda	106
2	„Puterea de a învinge...împreună”- Butuc Maria Magdalena, Colegiul Economic „G. Bariţiu” Sibiu, jud. Sibiu, prof. îndrumători Vidrighin Teodora, Mitea Mihaela	113
3	„The Different One” Milascon Adina-Doriana, Liceul Tehnologic „Electromureş” Tg. Mureş, jud. Mureş, prof. îndrumător Tătar Alexandra	115
4	„De piatră...” - Vultur Andreea, Liceul Teoretic "Grigore Moisil", Timișoara, jud. Timiş, prof. îndrumător Mihăilă Ana-Maria	126
5	„O lecţie de viaţă”- Anca Loredana, Liceul Teoretic „Tudor Vladimirescu”, București, prof. îndrumător Constantin Daniela	129
6	„Spune stop bullying-ului!” - Popovici Andreea Iulia, Colegiul Tehnic de Comunicații Nicolae Vasilescu-Karpen, jud. Bacău, prof. îndrumător Popa Luminiţa-Liliana	133
7	„Povestea unuei agresoare” - Tudor Marinela, Liceul Teoretic „Gh. M. Murgoci”, Măcin, jud. Tulcea, prof. îndrumător Cabaua Veronica	135
8	„Poveste” - Cătinean Anda, Liceul Teoretic „Victor Babeș” Cluj-Napoca jud. Cluj, prof. îndrumători Alb Lucia Maria, Hosu Ala	140
9	„Fii schimbarea pe care vrei s-o vezi în lume!”- Iagăru Anamaria, Liceul Tehnologic ,,Petre. S. Aurelian’’ Slatina, jud. Olt, prof. îndrumători Oanţă Georgiana, Bojan Ileana	144
10	„Greşeala” - Tomuş Alexia, Seminarul Teologic Ortodox "Sfântul Simion Ştefan" Alba Iulia, jud. Alba, prof. îndrumători Trif Ioana Daniela, Coconu Laurenţiu	149
11	„Scrisoare către un eu care are curajul să se asculte” - Vodă Ștefania, „Liceul Tehnologic Vasile Netea” Dedea, jud. Mureş, prof. îndrumători Lichinţean Aura, Moldovan Maria	153
12	„Cheia fericirii”- Băjan Ramona, jud. Covasna, prof. îndrumători Moisiu Doina, Vișan Cristina	159
13	Romilă Maria, jud. Neamţ, prof. îndrumător Tărcăoanu Mihaela Cătălina	166
14	„Stop Bullying-ului”- Vovea Mădălina, jud. Cluj, prof. îndrumător Huban Bianca	168
15	„Pace” - Ionescu Bianca, jud. Alba, prof. îndrumător Trif Ioana Daniela	173
16	„O nouă viaţă”- Bărbuşiu Ioana, jud. Alba, prof. îndrumător Trif Ioana Daniela	176
17	„Rănile trecutului - ”Mureşan Diana, Liceul Tehnologic „Constantin Brâncuși” Dej, jud. Cluj, prof. îndrumător Zdrâncu Daniel Petru	179
18	Oşan Achim Rahela, jud. Satu Mare	181
19	Naşcu Mădălina Diana, jud. Maramureş, prof. îndrumător Borlean-Elek Annamaria, Albu Violeta	183
20	Radoslav Simina, jud. Teleorman, prof. îndrumător Peşu Violeta	185
21	„Sufăr...” - Creţu Caragel Sânzâiana, jud. Gorj, prof. îndrumător Popica Mădălina	187

Clasele a III-a – a IV-a



Bullying–ul poate fi depăşit

Croitoru Alexandra Valentina, Clasa a IV-a D
Școala Gimnazială Nr. 1 Motru
Prof. coordonator: Prof. înv. primar Tîrlea Ana

Într-o zi însorită de toamnă, pe când regii nemuritori îşi lăsau bogaţiile să se aştearnă într-un covor de aur, eu mă întorceam gânditoare de la şcoală. Mama mă aşteapta ca-n fiecare zi cu masa pusă şi cu zâmbetul ei dulce şi gingaş pe buze.

- Bună, mamă!
- Bună, scumpo! Cum a fost la scoală?
- Bine, mamă! Astăzi a venit doamna psiholog şi ne-a vorbit despre ,,Bullying".
- Bullying? Ce este Bullying-ul?
- Bullying-ul poate fi violenţa verbală sau fizică, abuz emoţional, excludere, umilire.

Zâmbetul ei se stinse încet …..

- Mamă, esti bine? Ce s-a întâmplat ?
- Vrei să-ţi spun un secret?
- Da, da!
- Ştii ….. şi eu la şcoala am fost victima Bullying-ului.
- Poftim? De ce? Cum?
- Pentru că purtam ochelari, toţi din clasă mă strigau "aragaz cu patru ochi", iar în pauză îmi luau ochelarii şi nu-i mai primeam decât în ore. A fost ceva cumplit! Toţi râdeau de mine! Eu nu aveam niciun prieten! Toată ziua plângeam! Nu exista bucurie în sufletul meu, nu simţeam că sunt un copil normal, mă simţeam intrusă….. În pauze toţi se jucau, iar eu eram singura exclusă, eram precum "Răţuşca-cea-urâtă". Toată noaptea gândul îmi era la vorbele grele pe care mi le adresau colegii fără nicio ezitare. Mă rugam de bunica ta să nu mă mai ducă la şcoală. Nu mai voiam să fiu călcată în picioare de acele vorbe atât de grele!
- Mamă, ce puternică eşti! Dar cum ai reusit să treci peste toate acestea? N-ai avut nevoie de psiholog?
- Ba da, scumpo! Doamna Camelia, psihologul şcolii m-a dezlegat din lanţurile jignirilor, vorbelor grele, urâte,m-a eliberat din această povară. Copilăria mea a fost umbrită de acest fenomen "Bullying", dar cu ajutorul psihologului, doamna Camelia,

am reuşit să trec peste această problemă care a intrat cu bocancii plini de noroi în copilăria mea.

Mă uitam cu tristete la mama...

Deodată văd cum ochii ei căprui şi fericiţi se înecau în şiroaie de lacrimi amare, vărsate pentru copilăria tristă, şi pentru jignirile acumulate ca pe niste daruri.

- Mamă, linişteşte-te! Să lăsăm trecutul, trebuie să trăim prezentul! Îmi pare rău pentru ce ţi s-a întămplat! Mă bucur foarte mult ca acum eşti bine şi că ai reuşit să treci peste acele situaţii grele!
- Îţi mulţumesc că eşti lângă mine! Îţi promit că voi face tot ce-mi stă în putere ca tu să nu cunoşti acest sentiment.
- Sunt sigură de asta!

Mama s-a calmat şi a revenit femeia veselă de până acum. Mă bucur că a avut puterea de a-mi povesti aceaste întâmplări din copilăria ei.

Orice te loveşte-n viaţă ,
încearcă să te ridici,
să te vindeci şi să
începi totul de la zero
îţi va fi mai bine !

Să nu permitem!

Moldoveanu Melania, clasa a IV-a A
Școala Gimnazială *Alexandru Ciucurencu* Tulcea
Prof. coordonator: prof. primar Greceanu Gigica
Prof. consilier şcolar Paraschiv Nicoleta

Bullying-ul este considerat o formă de violență fizică și psihică, o conduită intenționată care vizează producerea unor prejudicii (rănire, distrugere, daune) unor persoane, inclusiv propriei persoane.

Într-o zi frumoasă de primăvară, cu raze mângâietoare și blânde de soare, Andrei a primit pauza de masă la școală. A ieșit cu bucurie afară pentru a-și servi pachețelul pe băncuța de lângă terenul de sport, de unde îi place să privească partidele de fotbal ale colegilor din clasele mai mari. El este clasa a IV-a, dar din păcate, nu prea se poate bucura liniștit de fiecare recreație. Mereu este agresat fizic sau psihic de un coleg, pe nume Dragoș, din clasa a V-a. Dragoș îl lovește și îl insultă pe Andrei, izolându-l într-un colț pentru a-i lua sandvișul și pentru a-l batjocori. Aceasta este preocuparea lui principală din recreații, să-l chinuiască pe Andrei.

Dragoș nu primește prea multă atenție de la părinții săi, nici mâncare pentru școală și așa el a început să urmărească colegi mai mici, mai firavi și mai naivi pe care îi sperie, îi batjocorește și chiar îi bate dacă nu i se supun sau opun rezistență.

Acum l-a găsit pe Andrei. Iese în curte, îl caută cu privirea, îl urmărește și apoi atacă. O adevărată vânătoare! Uneori, dacă Andrei nu iese în pauză, sau pur și simplu reușește să fugă în clasă, vine după el, lovește ușa clasei, zbiară la alți copii… Se potolește și pleacă doar dacă este acolo doamna învățătoare. A doua zi este răzbunător, ba aduce și întăriri, alți colegi, pe care îi are aliați.

Andrei se simte umilit, neputincios, hărțuit permanent. În acea zi frumoasă chiar își dorea să se bucure de soare, de căldură, să mănânce liniștit și apoi să zburde și el alături de colegii săi. Se gândea că poate și Dragoș va sta să simtă mângâierea soarelui și va uita de el. Dar … nu! Nimic nu îl putea opri pe Dragoș. Îl vedea cum vine către el, dezlănțuit. Atunci, într-un gest reflex, i-a întins pachețelul cu mâncare. Dar gestul său l-a înfuriat și mai tare pe Dragoș. A zbierat și a început să îl jignească și să îl lovească cu picioarele. Andrei n-a putut să rostească decât *Soarele! Uite soarele!* și lacrimi amare,mari şi rotunde ca perla au început să i se rostogolească pe obrajii roșii.

O rază de soare i-a atins atunci chipul trist și îndurerat și, deodată, Andrei s-a

cutremurat. *Nu mă mai las umilit. Dragoș trebuie oprit. E și el tot un copil…*, se gândea încurajându-se Andrei.

A doua zi, a lăsat în *Cutiuța cu mesaje* a clasei o scrisoare în care îi mărturisea doamnei învățătoare tot chinul său. Știa că nu estecolegial să pârăști și nu a semnat scrisoarea, dar doamna lui învățătoare a intuit imediat despre cine era vorba și s-a învinuit că nu a descoperit mai devreme chinul prin care trecea elevul său.

Consiliul profesoral al școlii a luat cunoștință de această situațieși Dragoș a fost ajutat să-și recunoască greșelile și să-și îndrepte comportamentul. A fost consiliată și familia acestuia care a început să se ocupe mai mult de Dragoș. A fost greu, însă Dragoș a simțit că este iubit și i se vrea binele și a început să se comporte corect cu colegii săi.

În următorul an școlar, Andrei și Dragoș au devenit coechipieri în echipa de fotbal a școlii și chiar au început să aibă încredere unul în celălalt.

Povestea acestor copii a avut un final fericit, dar oare toate poveștile se termină așa? Nu. Bullying-ul se extinde tot mai mult. Copii, să nu-i permitem!

STOP BULLYING! - Povestea lui Cosmin

Text și imagini: **Tătaru Mara Diana**, clasa a IV-a
Școala Gimnazială ”Iuliu Hațieganu”, Cluj-Napoca

O să vă spun o poveste, povestea lui Cosmin.

Cosmin era un băiețel ascultător, harnic și bun, cu părinți iubitori și cu un cămin primitor. Dar, în adâncul sufletului său, Cosmin era trist și necăjit. Băiețelul avea un picior mereu pansat sau în ghips, era mai slăbuț de felul lui și pe scurt nu era ca noi. Arăta diferit,



e drept. Nu putea să se joace ca alți copii, să alerge, să fie ca ei.

Dar, cel mai trist e faptul că, Cosmin, deși în interior el știa că nu e diferit, ceilalți copii nu crederau la fel.

La școală, cum greșea ceva, toți săreau la bietul băiat și îi spuneau: ”Serios, Cosmin?!” și mereu găseau un moment să îl jignească, să îl supere și să se răsetească la el. Ajungea ca și Cosmin să fie prin preajmă și pur și simplu ”Cosmin” greșea el cu ceva. Așa gândeau toți despre băiat.

Dar, mai rău, era că el nu spunea nimănui despre ce se întâmpla. Toate sentimentele și momentele trăite erau bine ascune și zăvorâte înlăuntrul lui.

Când venea acasă mama îl întreba:

-Bună dragule! Cum a fost azi la școală?

-Bună mami, a fost bine…la școală …

Și la fel cum spuneam, nu îi spunea nici învățătoarei….doar seara, la culcare, când rămânea singur în camera lui, plângea în tăcere și își spunea: ”Of…de ce eu? De ce mie? De ce…” și adormea, iar apoi se trezea și o nouă zi începea, alta încerca să fie uitată pentru că el, așa era Cosmin…



Asta până într-o zi. Era primăvară, iar băiatul sosise la școală. După ce se pregătise

de oră și clopoțelul sună, învățătoarea spusese:

-Atenție copii! De azi, avem doi elevi noi în clasă.

Cu toții au întors privirea spre cei nou veniți. Aceștia erau doi gemeni pe nume Miruna și Mihai, care s-au mutat de la școala unde învățau înainte pentru că toată lumea era rea cu ei ca și cu Cosmin, iar cei doi s-au mutat în speranța că va fi mai bine.

Din păcate, nu după mult timp de la sosirea lor, au văzut cum se comportă ceilalți elevi cu Cosmin. Era pauză, învățătoarea era la xeroxul școlii ca să facă rost de niște fișe de lucru pentru copii, iar Cosmin s-a împiedicat, a căzut și toți s-au adunat în jurul lui și au început să râdă și să îl necăjească.

Gemenii au venit, l-au ajutat să se ridice și au spuns:

-De ce vă comportați așa? Cu ce a greșit Cosmin? Mai bine să îl ajutați să se ridice…Dacă erați în locul lui, sigur nu v-ar fi plăcut să râdă toți de voi.

Copiii s-au rușinat când au auzit cele spune, iar câțiva au făcut un gest de care Cosmin nu a mai avut parte, și-au cerut iertare.

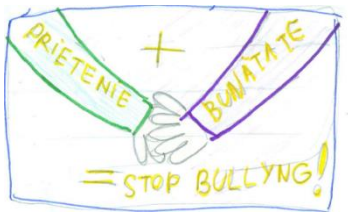
Iar cu timpul, tot mai mulți elevi procedau astfel. Ei îi vedeau pe Miruna și Mihai ce frumos se comportau cu Cosmin, vedeau cum băiatul avea mai mult curaj, cum se schimba, îi ajuta și îi ierta.

Când au văzut acestea copii s-au îmbunat. Unii i-au devenit prieteni buni, alții colegi prietenoși, dar contează că fiecare e acum altă persoană.



S-au gândit la spusele celor doi copii noi, de fiecare dată atunci când Cosmin era jijnit cineva se schimba, și încet, încet nu l-a mai supărat nimeni.

Deci, cum clasa lui Cosmin s-a transformat într-una mai bună, cu fiecare copil din ea, așa ne putem schimba și noi și alții, să fim mai buni cu fiecare de e mic, de e mare și îi vom vedea fericiți și sunt sigură că vom fi mai împliniți!



Povestea mea

Grigoruță David (clasa a III-a)
Școala Gimnazială „Ștefan cel Mare” Vaslui
Prof. coordonatori: Loredana Păduraru, Cîrlescu Iulia

Eram în clasa a II-a, în primul semestru. Afară soarele încă mai încălzea pământul.

Ajuns în curtea școlii, m-am întâlnit cu colegii mei. Cum stăteam de vorbă, apare și colegul nostru Alin, un băiețel firav, cu ochii albaștri și foarte timid.

Acesta ne-a invitat la aniversarea sa, împlinea 9 ani. Nici nu a reușit să termine ce avea de spus, că au început toți să râdă de el, să-l îmbrâncească și chiar să-l scuipe. Așa se comportau mereu cu el: îl loveau, îl pișcau, îi puneau piedică, dar, cu toate acestea, el a îndrăznit să ne invite la ziua lui.

A plecat foarte supărat, cu ochii în lacrimi. Îmi era milă de el, dar mi-era și ciudă, deoarece nu am îndrăznit să-i iau apărarea.

Și asta nu e tot… Au fost zile când Alin era „pasat” de la un coleg la altul. Îl îmbrânceau de parcă ar fi fost o minge de cauciuc rezistentă. Într-o zi chiar a ajuns cu capul în calorifer. Cărțile și caietele lui „sufereau” alături de el. Multe răutăți au mai scris colegii pe ele! De multe ori, când pleca de la școală, era roșu la față pentru că toți râdeau de el.

Zilele deveneau pentru el din ce în ce mai rele…

Și, totuși, acest copil minunat a insistat toată săptămâna să mergem la aniversarea lui. Colegii au hotărât să-l mintă, spunându-i că vor veni, chiar și eu am afirmat acest lucru. Nu am văzut niciodată atâta fericire pe chipul cuiva!

Zilele s-au scurs cu repeziciune și a venit ziua cu pricina. Spunându-i mamei despre promisiunea făcută, aceasta m-a trimis forțat acasă la el.

Ajuns în fața ușii am ezitat pentru un moment, dar, amintindu-mi vorbele mamei, am îndrăznit să sun. Ușa s-a deschis și în fața mea stătea un băiețel cu un chip luminos, gata să-și primească invitații. Dintr-o cameră alăturată se auzea o tuse puternică. Am aflat că era mama sa, bolnavă de ceva timp. Erau doar el și ea…

Am început să vorbesc cu el fără a-l face să se simtă prost. Am descoperit un copil extraordinar, un copil cu un suflet mare.

A fost o zi minunată, poate cea mai fericită de până atunci. Ne-am jucat până seara.

În acea zi am câștigat cel mai bun prieten. ***Am luptat din răsputeri să le arăt și celorlalți cine este Alin și chiar am reușit.*** Au urmat zile însorite pentru el. Venea cu drag la școală, colegii nu mai erau o „tortură” pentru el, zâmbea fericit.

Toți am înțeles că ***omul nu este o „jucărie***”, că ***cineva poate fi foarte frumos atunci când te străduiești să-l cunoști cu adevărat.*** Alin a luptat mult cu noi, fără să se plângă. ***Îi sunt recunoscător că ne-a transformat în oameni buni***. Oare cum m-aș fi simțit dacă aș fi fost ținta atâtor răutăți?

Povestea mea

Pleşoianu Paula, clasa a IV-a
Liceul de Arte "Sigismund Toduță" Deva
Prof. îndrumător: Ghițan Ionela

Mă numesc Paula, sunt elevă în clasa a IV-a și aș vrea să vă spun povestea mea despre bullying. Sunt o fată ca toate celelalte din clasa mea, sunt glumeață, isteață, uneori agitată, puternică, dar și sensibilă.

Îmi place școala, chiar dacă aici m-am simțit de multe ori singură și tristă. Când eram mai mică, unii colegi se purtau urât cu mine, îmi spuneau că sunt grasă și urâtă și că nu voi avea niciodată o prietenă. Nu mă lăsau să mă joc cu ei și râdeau de mine atunci când făceam o greșeală. Mă simțeam singură și nu înțelegeam cu ce am greșit, ce le-am făcut de se purtau așa de urât cu mine. Când am mai crescut, m-am închis în mine, încercam să le arăt că nu îmi mai pasă că ei mă fac grasă, le arătam că sunt happy, dar de fapt eu eram foarte tristă și singură.

Singurul meu prieten era mama, ea mă asculta, încerca să mă încurajeze și să mă inveselească. De multe ori a încercat să vorbească cu părinții colegilor mei, să le explice că nu e frumos cum se poartă cu mine, dar fără prea multe schimbări. Din păcate, ei se purtau la fel în continuare. Doamna învățătoare a încercat și ea să le explice că uneori cuvintele dor mai mult decât loviturile, dar în pauze ei se purtau la fel.

Când am început clasa a IV-a am hotărât că nu mai vreau să fiu batjocura lor. Mama îmi tot spunea că trebuie să încerc să nu îi mai bag în seamă, să îmi caut prieteni în altă parte și că poate așa, se vor potoli. Așa am și făcut, am observat că în clasa de lângă noi era o fată mai timidă, liniștită, care părea să aibe, la fel ca mine, nevoie de un prieten. Într-o zi, mi-am făcut curaj și am întrebat-o dacă vrea să fim prietene. Mi-a răspuns că da, iar de atunci suntem cele mai bune prietene. Stăm împreună în pauze, povestim, râdem și ne încurajăm una pe celalată cum să fim puternice. Colegii mei nu au încetat să se poarte urât cu mine, dar mie nu îmi mai pasă de ei. Acum sunt mai liniștită, mai atentă la ore și mai veselă. Am reușit chiar să îmi fac și alte prietene în clasă.

Aceasta este povestea mea despre bullying. Nu este o poveste inventată, este ceea ce am trăit eu cu adevărat. Ce am învățat din ceea ce mi s-a întâmplat mie este că, uneori nu poți schimba oamenii din jurul tău, dar te poți schimba pe tine. Așa că, alege să fii curajos și să nu-i lași să te intimideze!

O lecție de neuitat

Aferăriței Bogdan, clasa a-III-a
Școala Gimnazială nr.1 Cătămărăști-Deal, Botoșani
Îndrumător, prof. inv. primar Condurache Sorina-Gianina

Teodor era un băiat ca toți celalți din clasă. Denis, un coleg, se lua mereu de el fără motiv. Teodor nu știa cu ce îl supăra de fiecare dată când era împins, jignit și îi adresa cuvinte nedemne de el. Lui îi plăcea să-și ajute colegii la nevoie ,pentru că așa era educat.

Teodor le spunea deseori părinților ce pățea cu acest coleg, ei veneau la școală, discutau cu doamna învățătoare, cu Denis, dar fapta se repeta.

Întâmplarea face ca cei doi colegi să rămână în pauză împreună, ceilalalți copii erau în curtea școlii. Denis era foarte supărat, nu avea chef să se joace. Teodor a crezut că este bolnav și s-a apropiat de banca lui cu teamă. L-a întrebat de ce e supărat, dacă se simte bine și dacă îl poate ajuta cu ceva. Denis s-a deschis în fața lui și i-a povestit că nu mai suportă situația sa. Părinții au plecat în străinătate de foarte mult timp, îi vede o dată pe an și acum bunica în grija căruia a rămas e bolnavă, a căzut la pat.

Teodor l-a încurajat și i-a promis că îl va ajuta el și cu părinții lui. Denis i-a spus printre altele că era invidios pe el că avea părinții mereu alături și că era iubit de toți.

Denis și-a recunoscut vina și și-a cerut iertare pentru felul cum s-a comportat până acum. Ei au devenit buni prieteni.

Din această povestire am învățat să fim atenți la neajunsurile unor colegi și care este cauza comportamentelor. Uneori apropierea și comunicarea ajută.

Noua noastră colega

Aldea Ioana, elevă clasa a IV-a
Școala Gimnazială ”Ion Creangă”, Buzău
Prof. îndrumător: Nedelcu Mita

E începutul celui de-al doilea semestru din clasa a IV-a. Elevii așteaptă cu nerăbdare sosirea doamnei învățătoare. În câteva momente apare și aceasta însoțită de o fetiță slabă, blondă și purtând ochelari:

– Ea este noua noastra colegă, Alexandra!

Fetița se uita timidă la colegii curioși și i se păru că din spatele clasei aude șoptit un comentariu: ”Aragaz cu patru ochi!”

– Alexandra vine de la o școală foarte bună și este o elevă eminentă, zise doamna învățătoare cu mândrie!

Din spatele clasei fetița auzi din nou: ”Asta va fi tocilara clasei, mă!”. În pauză fetele și băieții din clasă veniră să facă cunoștință cu noua colegă. Doar Dan care stătea în spatele clasei, spuse:

– Eu sunt Dan, cel mai bun elev din clasă!

Colegii au dat dezaprobator din cap. tachinările lui au continuat toată săptămâna. Săptămâna în care a urmat, la ora de educație fizică cei doi au făcut echipă în cadrul unei competiții. Spre final rămăseseră în competiție doar ei și altă echipă. Datorită Alexandrei, care s-a dovedit mai iute decât Dan la proba de alergat, cei doi au câștigat.

Sfios, Dan s-a apropiat de colega sa spunând:

Se pare că ești nu numai o elevă bună, ci și o bună sportivă. Îmi cer scuze pentru comportament.

De atunci Dan și Alexandra, ”tocilara clasei”, au început să se împrietenească, Dan devenind mai tolerant cu ceilalți.

Toleranța înseamnă armonie între oameni!

Bullying-ul

Apreutesei Alexia,
Școala Gimnazială nr. 2 Piatra Neamț
Prof. îndrumător: Croitoru-Dumitru Gianina

Această poveste este despre Călin și despre toți copiii asemeni lui, care au trăit în astfel de momente și care ar trebui oprite definitiv.

Călin este un băiat în clasa a III-a, de statură medie, blond, un pic cam plinuț, dar foarte inteligent și bun la suflet. Din păcate nu mai are prieteni. De ce? Asta m-am întrebat și eu, având în vedere felul lui de a fi și că poți discuta cu el orice.

Am văzut de multe ori cum colegii lui de clasă nu îl primesc în jocurile lor și este ignorat în mod intenționat, poreclindu-l ”Grasu”. Îl tachinează, glumind pe seama faptului că mănâncă mult și îl poreclesc în moduri cât mai urâte.El, săracul, se simte prost și de multe ori plânge sau pleacă din clasă de rușine.

Alți colegi stârnesc minciuni despre el, tocmai ca să-l izoleze și mai mult de restul clasei.

Ca să vedeți cât este de bun și că nu le poartă ranchiună colegilor pentru răutățile lor, Călin le-a adus într-o zi tuturor prăjituri.I-a invitat pe colegi să guste, spunându-le că sunt făcute de mama lui, cu drag pentru ei. Unii au gustat, însă alții au luat și au aruncat cu prăjiturile în el, i-au murdărit hainele, i-au făcut poze ca să le pună pe internet și l-au amenințat că dacă mai face astfel de gesturi, încercând să le cumpere prietenia, va lua chiar și bătaie de la ei.

Dar Călin nu vrea asta, el o face din suflet, din iubire pentru semenii săi, pentru că are suflet bun și pentru că a primit o educație aleasă de la părinții lui.

În situația lui Călin sunt foarte mulți copii, care sunt agresați fizic sau verbal de cei din jur. Acești copii ajung să fie lipsiți de apărare pentru că nimeni nu le sare în ajutor.Cei din jur cred că este o joacă, dar nu e! Este o problemă foarte serioasă și trebuie tratată ca atare, pornind de la educația de acasă, opi în școli și în instituțiile abilitate.

Părinții au datoria de a le spune copiilor lor ce e bine și ce e rău și că suportă consecințele faptelor lor. Școala de asemenea trebuie să ia măsuri în astfel de cazuri, de a nu tolera violența de niciun fel, iar instituțiile abilitate să pedepsească aspru actele de violență asupra copiilor.

Stop violenței! Stop bullying-ului! Fiți mai buni pentru o lume mai bună!

Să fim mai buni!

Magyar Sara, clasa a III-a
Școala Gimnazială „Bathory Istvan” Șimleu Silvaniei, jud. Sălaj
Prof. îndrumător: Szabo Beata

Vreau să vă povestesc despre o bună prietenă care avea un nume absolut superb după părerea mea. Ea se numea Hortensia.

Mama și tatăl ei îi spuneau tot timpul că este o fetiță la fel de specială ca și numele ei. Hortensia era foarte mândră de numele ei… până într-o zi… din ziua aceea totul s-a schimbat.

Familia ei s-a mutat în alt oraș, iar ea a trebuit să schimbe școala. Din prima zi o colegă de clasă a întrebat-o: „De când poartă copiii nume de floare?”. Un alt coleg întreabă:„Ce fel de nume este și aceasta?” Altul exclamă: „Mie mi-ar fi rușine să am așa un nume!”

Când Hortensia s-a dus acasă după școală le-a spus părinților ei că nu îi mai place numele ei. Părinții ei nu au înțeles de ce, dar nu au întrebat.

Din păcate jignirile au continuat.

Într-o noapte Hortensia a avut un coșmar. A visat că este floarea Hortensia, iar un coleg o rupe, altul calcă peste ea. S-a trezit și s-a gândit că ea nu vrea să mai fie umilită. A povestit totul părinților care i-au explicat că tachinările și vorbele colegilor nu o reprezintă.

A doua zi au vorbit cu doamna învățătoare care a discutat cu colegii Hortensiei, iar aceștia și-au cerut scuze.

Hortensia și-a dat seama că este specială, cu un nume special. De atunci nu i-a mai fost niciodată rușine de numele ei.

Invidia

Tătaru Șerban-George (clasa a III-a)
Școala Gimnazială „Ștefan cel Mare” Vaslui
Prof. îndrumători: Loredana Păduraru, Cîrlescu Iulia

Într-o dimineață călduroasă de primăvară timpurie, doamna învățătoare a intrat în clasă cu un copil necunoscut. Imediat, din prezentările doamnei, am aflat că este noul nostru coleg, transferat de la altă școală. Numele lui era Petru. Era un băiat timid, retras, un elev strălucit.

Conștiincios de felul său, Petru venea la școală foarte bine pregătit zi de zi. Văzând că temele lui sunt mereu corect făcute, unii colegi îi cereau caietul în pauză pentru a copia. Petrua refuzat de fiecare dată și a încercat să-i facă să înțeleagă importanța muncii independente. Deoarece băiatul suferea de astm, îi era greu să participe la activitățile sportive. Totuși, vrând să se integreze cât mai bine în colectivul clasei, el a participat la un meci de fotbal cu colegii. În timpul meciului a suferit un atac de astm. Deși știau de această afecțiune a lui, coechipierii au început să râdă și să facă glume pe seama lui. Unul dintre ei chiar l-a îmbrâncit. În timp ce era căzut în genunchi, în noroi, un coleg i-a făcut o poză cu telefonul mobil.

Mai târziu, același băiat a postat pe pagina lui de Facebook poza cu titlul „***Așa arată eșecul***”, cerând colegilor să dea like și să scrie comentarii jignitoare. În zilele următoare mai mulți elevi din școală au văzut fotografia și s-au amuzat teribil. În scurt timp Petru devenise foarte „popular” fiind numit „Domnul Eșec” de foarte mulți elevi. Invocând faptul că se simte rău, Petru refuza să se mai ducă la școală. Nu mai putea suporta umilirile răutăcioșilor.

Din fericire, într-o zi, unul din părinții elevilor agresori a văzut postarea, și, conștient de efectele negative asupra dezvoltării lui Petru, dar și a celorlalți elevi implicați, a mers la școală pentru a vorbi cu doamna învățătoare.

Aceasta a stabilit imediat o întâlnire cu directorul școlii, consilierul școlar și părinții elevilor. În urma discuțiilor s-au stabilit măsuri ce trebuie luate imediat pentru a rezolva această situație, dar și pentru prevenirea altor astfel de fenomene.

Viața Amandei

Nicolae Daria, elevă clasa a IV-a
Școala Gimnazială ”Ion Creangă”, Buzău
Prof. îndrumător: Nedelcu Mita

Astăzi începe o zi de școală pentru toți copiii, dar nu și pentru Amandei. Toți copiii își bat joc de ea, profită de bunătartea ei, o jignesc și mai sunt și alte răutăți. Este tragic, nu? Dar, cine e Amanda?

Amanda este o fetiță în scaun cu rotile, al cărei tată a decedat și este crescută și îngrijită de mama ei. Amanda este poreclită la școală de către colegi ”rotiță șchioapă” sau ”tocilara” pentru că are aparat dentar. Amanda îndură mereu cu greu. Nu îi spune niciodată mamei sale deoarece îi este teamă ca nu cumva colegii să-i facă ceva și mai îngrozitor. Nu toți colegii sunt așa de răi. Ea are o prietenă, Dana. Amanda o apreciază că tot timpul îi ia apărarea. Asta e prietenie adevărată.

Nu trece mult timp și vine săptămâna ”Școala Altfel”. Toți elevii sunt frumos așezați în autocar, fiecare având un ghiozdănel cu câteva lucruri în el. Toți elevii merg într-o pădurice unde vor organiza un picnic. Când au ajuns fiecare s-a așezat pe iarbă, au luat gustarea, apoi au început jocurile distractive.

Colegii au hotărât să se joace cu Amanda, dar nu într-un mod distractiv. Au luat scaunul cu rotile al Amandei și au început să se joace cu el: s-au urcat pe el, au imitat-o pe Amanda și l-au împins ca pe o minge. Unul dintre copii a împins scaunul spre șosea, el a alunecat. În clipa aceea un tir care mergea cu viteză a distrus scaunul.

Vai! Era cel mai îngrozitor lucru care se putea întâmpla! În drum spre casă doamna învățătoare i-a certat rău pe elevi, Amanda fiind foarte supărată.

După incident a avut loc o ședință cu părinții, care au strâns bani pentru a cumpăra alt scaun cu rotile. Fetița a fost foarte fericită!

Mama Amandei a hotărât să o mute la o altă școală. Colegii de acolo o înțelegeau pe Amanda deoarece și ei aveau suferințele lor. Viața Amandei s-a schimbat, ea a devenit mai încrezătoare alături de prietenii noi care nu o răneau.

În viață trebuie să nu facem rău nimanui, chiar dacă arată altfel decât noi! Faceți doar bine!

Scrisoare deschisă oamenilor mari

Roșu Ștefania-Laila (clasa a III-a)
Școala Gimnazială „Ștefan cel Mare” Vaslui
Prof. îndrumători: Loredana Păduraru, Cîrlescu Iulia

Zi de zi văd în jurul meu multă frică și violență, dar nu înțeleg de ce. Între oameni ar trebui să fie doar pace și iubire.

Noi, copiii, nu știm să urâm, dar învățăm asta de la voi, oamenii mari.

În ziua de azi a devenit aproape firesc ca acolo unde există copii, să existe bullying.

Eu însămi am fost victima agresiunilor verbale și încă îmi este greu să vorbesc despre acest lucru. Vorbele ce mi-au fost adresate, în mod repetat, m-au durut enorm, au fost precum săgețile înfipte în sufletul meu. Tonul răutăcios, amenințător, m-a făcut să-l privesc cu teamă pe copilul care petrecea atâtea ore lângă mine, la școală. Dintr-o fetiță veselă, încrezătoare, m-am transformat într-una timidă și priveam lumea cu teamă și neîncredere. „***Oare ce-mi va mai spune astăzi?***” era întrebarea care-mi stăruia zi de zi în minte.

Din fericire, am avut destul curaj și încredere pentru a vorbi cu părinții mei. Ei m-au sfătuit să nu mă las intimidată de cuvintele urâte și, dacă situația se va repeta, mi-au spus că am un ajutor, un sprijin în doamna învățătoare, care va ști să rezolve situația.

Aceste întâmplări m-au făcut să fiu mai atentă la gesturile și cuvintele mele pentru a nu provoca suferință celor din jur.

Nu am fost victima unei violențe fizice, însă, uneori, ***cuvintele dor mai mult decât o îmbrânceală***. O jignire, un cuvânt răutăcios, spus cu invidie, te pot urmări zile la rând, iar clasa, școala nu mai sunt pentru o perioadă locul în care ar trebui să te simți bine. Cel puțin, eu asta am simțit…

Cu toții ne dorim o societate mai tolerantă, mai primitoare, așa că, pentru a deveni noi, copiii, mai buni, trebuie să vă schimbați voi, dragi oameni mari, deoarece voi sunteți modelele noastre.

Pentru a spune: „Stop bullying!”, trebuie mai întâi să spunem: **„Învățați să iubiți, oameni mari!**”

Cu dragoste,
Laila (un om mic, cu suflet mare)

IUBIRE ALTRUISM VESELIE

SINCERITATE COMPASIUNE

Ce ție nu-ți place, altuia nu-i face

Bălan Sara, clasa a III a
Scoala Gimnazială Nr.2- Caracal
Profesor coordonator: Dragnea Maria- Daniela

Povestea Laurei este despre nedreptatea vieții, dar și despre ce putem face noi. Este despre Laura, o fată de 11 ani, care nu are părinți. Am cunoscut-o în prima zi de școală și am văzut cum de atunci încă speră să își facă prieteni, doar că este stând cu bunicii nu este foarte îngrijită și de multe ori vorbește ciudat. Îmi aduc aminte într-o zi când am făcut careu și ea s-a așezat pe un scaun în față, iar colegii i-au spus în cor:

- Pleacă, orfano!

Cele trei fete Lorena, Elena și Sonia, au dat-o jos pe Laura de pe scaun, lovind-o și îmbrâncind-o. Aceasta fiind forte speriată, căci se ajunsese de la jigniri la lovire, a mers la un profesor pe coridor pentru a cere ajutor. A început să plângă și să tremure, iar profesorul a intrat în clasă și le-a explicat fetelor că nu trebuie să jignească persoane care nu au părinți, pentru că nu are cine să le apere. Atunci au promis ca nu se va mai întâmpla, dar imediat ce profesorul a plecat, au continuat să o supere.

Nu puteam să stau așa și m-am gândit la o soluție, am luat-o pe Laura de mână și am ieșit în fața clasei unde i-am pus să se gândească cum ar fi pentru ei sa își piardă părinții. Câteva colege au început să plângă și și-au dat seama că Laura are nevoie de ajutor, pe rând mai mulți colegi au venit lângă mine și am hotărât să ne prefacem că îi agresăm și noi pe cei care o supărau pe Laura, mai ales pe Lorena, Elena și Sonia.

Nu am să uit că Laura a început să plângă și să ne roage să nu îi facem rău, dar noi am continuat cu jocul, pană când și-au dat seama că nu e prea frumos să fie în pielea ei.

Această experiență mi-a arătat că noi, cu toții putem schimba ceva și că, ce ție nu-ți place, altuia nu-i face.

Bullying-ul

Cristea Filip, clasa a IV-a B
Școala Gimnazială nr. 28 Dan Barbilian, Constanța
Prof. Ciulin Anamaria
Prof. înv. primar Segărceanu Mihaela

Nu mai știu ce să fac; toti colegii din clasa mea își bat joc de mine. Mă tachinează și mă lovesc. Nimeni din clasă nu-mi ia apărarea. Ma simt de parca eu sunt greierele, iar ei sunt furnicile si ... si... nici macar nu pot sa explic. Merg acasa lovita si jignita. El ma ameninta ca daca o sa spun unui adult, o sa ma bata de doua ori mai mult si o sa ma strige "Papa Lapte", "Magarul din poveste" si chiar au compus un cantec care suna cam asa:

"Proasta! Proasta
Catelusa noastra,
Latra si Musca
S-o punem in cusca!"

In fiecare zi, cand ajung acasa tata si mama ma intreaba de ce sunt vanata si trista, iar eu spun ca m-am lovit. Intr-o dimineata am vazut o colega care si ea radea de mine. Era in fata mea si nu stia ca sunt in spate. Vorbea cu baiatul care ma chinuie cel mai tare. Din neatentie ea s-a impiedicat si a cazut. Am sarit repede sa o ajut sa se ridice.

-Tu? Sa ma ajuti? Nu poti sa ma ajuti, Papa Lapte!

-Dar te-ai lovit! Eu mereu am un plasture, asa ca te rog!

-Iti mul.....multummmm.....

-Multumesc?

-Da! Multumesc.

-Pai, paa...

Plecasem timida. Nu voiam sa isi bata joc de mine de fata cu ceilalati colegi. Dar totusi ea se uita la mine. Ajunsesem la scoala. Prima ora aveam muzica. Data trecuta, nu am fost la ora deoareace a trebuit sa merg la medic. Ca tema, aveam de invatat un cantec. Eu nu am stiut tema, deoarece eu nu sunt in grupul de pe WhatsApp al clasei. Se suna. Intra doamna: „Sa vedem cine a invatat cantecul!".

-Doamna, sa incepem de pe randul acela! a spus el aratand cu degetul spre mine.

-Dar mereu inepem de acolo! Haideti sa incepem de aici a spus fata ajutata de mine.

-Bine, vom inepe de aici, a spus doamna profesoara.

- De ce ai facut asta? am intrebat nedumerita.

- Iti sunt datoare!

Trecuse prima ora. Urma sportul. Pauza a trecut repede. Domnul profesor de sport ne-a lasat sa ne jucam volei. Cand se fac echipele nu sunt aleasa nicioadata, asa ca stau pe banca.

-Eu le aleg pe Cristina, Maria, Alexa si… Alexia!

-Pe mine???

-Sigur!

-Ha ha ha!!! Pe ea??? Ha ha! rade el.

-Alexia joaca in echipa mea! Hai, vino mi-a spus colega pe care am ajutat-o.

-Bine… i-am spus eu neincrezatoare.

-Wow...esti chiar foarte buna, mi-a spus in soapta Maria.

-Nu are rost…sunt jalnica! Toti vor rade de mine! le spun eu.

-Cum poti sa spui asta? Esti minunata, spuse cu voce tare o alta colega.

-Da! Exact! Esti talentata! a adaugat o alta.

-Hei… ea nu are niciun rost! Adica pe bune! Este un Papa Lapte! a stigat el.

-Pana acum te credeam… de frica! Dar acum…

-N-o sa mai radem niciodata de alti copii! a spus Cristina.

De atunci nu mai sunt batjocorita de alti copii si in sfarsit sunt respectata.

Morala: “Nu judeca o carte dupa coperta!”

Clasele a V-a – a VI-a



JURNAL

Kajcsa Greta, Covasna
Prof. îndrumător: Szilagyi Andrea, Szocs Levente

12 aprilie, marți

Nu am cui să povestesc, deci îți spun ţie, Jurnalul meu drag…☺ ☹ ce mi se întâmplă.
De la vârsta de 5 ani mă duc la ore de balet. Este dorinţa părinţilor mei. Nu vreau să le zic că nu mă simt bine acolo, că nu-mi place să mă vadă alții cum dansez, cum mă mişc….oricum sunt un nimic pe scenă. Am început să am sâni, șoldul meu arată altfel decât până acum şi asta se vede …nu-mi place…Colegii mei din clasă nu ştiu despre mine acest lucru ŞI NICI NU VREAU SĂ AFLE!!!! Eu, marea balerină…..Părinţii şi profesorul îmi zic că sunt talentată, dar degeaba….eu nu simt asta..o fac pentru că….o fac….şi gata….
Ne pregătim de un spectacol într-un alt oraș și profesorul a făcut o înregistrare despre mine pentru că și el vede că nu sunt OK pe scenă, că ceva s-a schimbat în mine. Mi-a dat ca temă să mă uit la înregistrare, să-mi analizez mişcările, să încerc să mă accept. …şi să arăt la cât mai multe persoane. SĂ MĂ VADĂ ȘI ALȚII PE SCENĂ! Dar tocmai asta NU VREAU! Nu vreau să mă uit la înregistrare, nu vreau să arăt altora! Cui să arăt? Cine să se uite la aceasta? Şi dacă o să mă vadă cu ochii MEI?
Poate Ivan, fratele meu?! El este pentru mine ……nu ştiu….el este popular, desigur mai MARE ca mine, cool, cred că îi este ruşine că are o soră ca mine. Acum are o prietenă, Regina, doamne ce frumoasă e, ce frumos se mişcă, are părul ondulat, ochii albaștri. Super frumoasă.Regina are un frate vitreg, care acum a venit la noi la şcoală. Este un tip INTERESANT, cred că nu-i place de mine, dar nici de Ivan. Oare ştie că fratele meu este cu sora ei vitregă? Nu cred…aceasta este un secret mare….măcar atât. ŞTIU UN SECRET pe care alții nu o știu.
Nu am arătat încă nimănui înregistrarea mea. Cu mama am încercat să vorbesc ieri, era foarte obosită…ca de obicei. Ivan mi- a zis să trimit lui şi el se uită, când are timp într-o pauză. ☹ MERSI LUME!

14 aprilie, joi

Poate nu mă mai duc la balet…să nu mă vadă nimeni așa, nu îmi dau cu părerea…oricum este un spectacol, nu vreau să mă urc pe SCENĂ..Ce va zice mama? Pe scenă arăt haios,

nu mai sunt o fetiţă cu codiţe!!
Trimit lui Ivan şi GATA…el se uită, dar să nu-mi zică nimic. Temă de acasă! N-am auzit de aşa o temă. Să arăt la cineva, la oricine, la cât mai mulţi…. Şi dacă mă uit eu? Cândva îmi plăcea baletul! Ce s-a întâmplat cu mine?
oo..... şi atunci s-a întâmplat nenorocirea.M-a chemat Regina afară, eu m-am grăbit şi am lăsat telefonul pe masă..Când am intrat era în mâna lui ŞTEFAN!!!! Se holba la telefon, de parcă vedea nişte OZN-uri! Şi ştiam că la înregistrare se uita….când şi-a ridicat privirea ne-am uitat lung unul la celălalt. A pus jos telefonul şi avea un zâmbet pe faţă…

18 aprilie, marți

Viața mea s-a schimbat radical. de atunci îmi trimite sms-uri, mă numeşte balerina , zice că va invita toată şcoală la spectacol, şi că lui Ivan şi Reginei le va fi ruşine de mine.Da.
Da, ştiu acest lucru.
Şi dacă nu mă duc la şcoală? Dacă nu mă mai duc la balet? Dacă nu mă duc la spectacol? Dacă NU AŞ FI CINE SUNT ACUM? Oricum nimeni nu mă bagă în seamă!
Astăzi când am intrat în clasă ştiam că se uită TOŢI la înregistrare ! De unde au avut-o? Cum? Cine le-a dat-o?
Lumea s-a mişcat cu mine, dar bine că a intrat profesorul de matematică. În viaţa mea nu am fost aşa de fericită când a intrat un profesor în clasă!
Îmi amintesc, dragul meu jurnal, că ora aceea de matematică a trecut într-o clipă. Şi s-a sunat…şi acum aud soneria cum sună. Era asurzitor. Şi a venit pauza…şi Ştefan şi gaşca lui au început să facă mişcări de balet în clasă, lumea râdea de ei. Sau de mine?
Am fugit afară. Pe coridor m-am întâlnit cu Ivan şi cu Regina. Se uitau miraţi la mine. Nu ştiau ce s-a întâmplat, nu înţelegeau nimic. Am plâns în hohote! M-au dus acasă! M-am închis în camera mea și mă simțeam un zero.

19 aprilie, miercuri

Desigur a doua zi au venit părinții mei la școală, s-au dus la director, diriga ne-a ținut o lecție de viață, băieții au fost pedepsiți...
Să vedem cu ce efect...

26 aprile, marți

Dragul meu jurnal: m-am decis. Renunț la balet!!!!!!....nu știu dacă pentru totdeauna, dar pentru un timp sigur.Până îmi dau seama cine sunt acum! A fost o decizie foarte grea. Ce s-

a întâmplat cu mine în clasă m-a pus pe gânduri, zile întregi am stat și m-am gândit. *Cine sunt cu adevărat? Ce vreau eu cu adevărat?*

Și încă ceva foarte important: trebuie să ai curaj să-ți reprezinți propriile interese!

Curaj în viață! Viața trăită cu curaj!

Mădălina
-cartea născută din suferinţă-

Fărcaş Daniel, clasa a V-a A
Lic. Tech. "P. Maior" Reghin
Prof. îndrumători: Negoiță Claudia, Crișan Ciprian

Copilăria este cea mai fericită perioadă din viaţă... sau cel puţin aşa ar trebui să fie! Pentru mine, nu a fost aşa!!! Totul a început când m-am mutat în Spania, unde munceau părinţii mei pentru un trai mai bun. Am lăsat în urmă casa mică a bunicii şi prietenii de la ţară, pentru condiţii de viaţă mai bune şi o şcoală renumită din Madrid.

O lume nouă... începutul unui drum care se dorea de succes şi reuşite şcolare. Nou, străin, neînţeles! ... Mai erau şi alţi copii în această situaţie. Directoarea mi i-a prezentat din prima zi. Am avut încredere că-mi vor deveni prieteni. Însă, nu a fost aşa... le-am împărtăşit povestea mea de viaţă: copil crescut de o bunică singură şi săracă, părinţi divorţaţi, mamă recăsătorită. Am crezut că mă vor înţelege, că mă vor ajuta să mă integrez. A doua zi însă, pe tabla clasei era scris numele meu... alături, un text într-o limbă pe care nu o înţelegeam... doar râsete şi priviri dispreţuitoare din partea noilor colegi de clasă.

Am fotografiat textul şi acasă am reuşit să înţeleg că „cineva" îmi descrisese în cuvinte batjocoritoare umila mea experienţă de viaţă. Am plâns... nu am putut să spun nimănui. În ziua următoare toţi copiii erau adunaţi în toaleta şcolii... am mers şi eu să văd ce se întâmplase... pe toţi pereţii erau poze în care apăream eu, la vechea mea şcoală sărăcăcioasă de la ţară, cu prietenii mei îmbrăcaţi modest, fără freze sofisticate şi accesorii extravagante. Unilinţă...ruşine...teamă...pentru că toate acestea erau însoţite de un mesaj: „Pleacă înapoi! Nu eşti de-a noastră! Nu acesta e nivelul tău!". Atunci mi-am dat seama că cineva îmi vânduse secretele. Am rămas încuiată în toaletă...de acolo am plecat acasă. Seara am deschis calculatorul...mesaje de ameninţare, zeci de mesaje şi poze trucate în care apăream în situaţii stânjenitoare. Nu eram eu! Şi totuşi m-au făcut să cred că aş fi putut fi! Toate acestea mă puteau aştepta a doua zi pe vreun perete...ce să mă fac? Nu am mers la şcoală a doua zi. Mă simţeam cu adevărat rău!

Începuseră toţi din jurul meu să-şi dea seama că ceva se petrece, însă nimeni nu ştia ce. Trecuse deja un semestru, rezultatele şcolare erau din ce în ce mai slabe, iar eu din ce în ce mai bolnavă şi abătută...situaţiile umilitoare se repetau zilnic, în diferite feluri.

Până într-o zi, când două dintre colege m-au surprins singură în baia şcolii şi mi-au dezvăluit adevăratul motiv al tachinărilor: „Ai venit să ne iei premiul I? Cine? Fiica unei *limpiera* – spălătoare de WC-uri?”. Apoi m-au lovit din toate direcţiile. Însă cel mai rău mă dureau cuvintele la adresa mamei mele, singurul meu om de încredere, care însă nu ştia nimic din tot ce mi se întâmplase.

Atunci m-am hotărât: am vorbit cu mama mea, am mers împreună la directoarea şcolii şi la consilierul educativ. Am înţeles că nu mă tachinează pentru că sunt inferioară, ci pentru că sunt mai bună decât ele la învăţătură. Eram hotărâtă să învăţ mai mult şi am primit sprijinul şcolii în acest demers. Apoi, printr-un program şcolar de suport emoţional am fost încurajată să scriu o carte despre toată experienţa mea, iar aceasta a fost editată. Am primit chiar un premiu pentru debut literar. De atunci, cartea mea „Mădălina, cartea născută din umilinţă” stă pe biroul directoarei şcolii noastre.

Cu toţii avem dreptul de a munci şi a ne bucura de rezultatele muncii noastre. Atunci când întâmpinăm greutăti nu trebuie să rămânem singuri! Cereţi ajutor! Vorbiţi cu părinţii şi consilierii şcolari! Ei vă vor ajuta să înţelegeţi corect situaţiile prin care treceţi şi vă vor încuraja să depăşiţi obstacolele care vă par de netrecut. Dar în ultimul rând nu uitaţi că „Mădălina” poate fi un simbol al reuşitei fiecăruia dintre noi!

Jurnal de bullying

Bulf Alice Tania, clasa a VI-a
Școala Gimnazială "George Emil Palade"- Buzău
Prof. îndrumători: Frăţilă Mihaela, Bulf Veronica

13 septembrie 201….Îmi aduc aminte cum parcă ieri îmi ziceam că sunt cea mai fericită persoană de pe Pământ, din întreaga galaxie. Asta a fost chiar ieri? Sau acum o mie de ani…. lumină? Acum s-au prăbușit toate în capul meu și tot ce îmi doresc este să nu mai exist. Școala este un coșmar. Toți colegii, inclusiv colegii de la clasele superioare, mă fac să mă simt rău, mă tratează cu superioritate. Nu înțeleg de ce…cu le-am greșit? Postează tot felul de afirmații despre mine pe Instagram sau Facebook. Nu cred că mai am prieteni. Cu familia… nici cu ea nu merge foarte bine. Mă cert mereu cu mama din orice motiv. Sora mea mai mica mă bate la cap că vrea să se joace cu mine. Nici măcar timp de învățat nu mai am și ea vrea să ne jucăm împreună. Aș da orice ca lucrurile să revină la normal, să fiu o fată populară și fericită. Dar, jurnalule, ne vom vedea în curând.

19 septembrie 201….Ziua tatei. Atât.

24 septembrie 201…Ziua mea. Am 15 ani…n-aș mai avea…. Nimic.

30 septembrie 201…Dragă jurnalule,

N-am mai scris nimic de o săptămână. Ești singurul meu prieten…Aceiași bullies prin școală, aceiași profesori morocănoși și plictisiți, care predau materii inutile și prăfuite. La început am crezut ca este mișto la liceu, dar totul a devenit plictisitor. Am pus pe mine două kile oribile și arăt la fel de neîngrijit pe cât mă simt.

2 octombrie 201….Vești minunate! Ne mutăm! Tata a fost invitat să fie șef la o companie mare! Poate va fi un nou început, ca atunci când eram mică. O să mă transform în cea mai bună versiune a mea când ne mutăm din casa asta. Nici dulciuri, nici carne nu mai mănânc până când nu voi da niște kilograme jos. O să mă transform, o să fie perfect! Oh, jurnalule, ajută-mă să fiu puternică. O să fac și sport și o să mănânc sănătos. Voi fi o altă persoană! Știu că pot!

20 octombrie 201…Azi ne-am mutat. Avem o casă modernă, în stil american. Am o casă cum mi-am imaginat. Am propria mea cameră, este uriașă! De-abia aștept să merg la noul liceu.

21 octombrie 201…Până și la liceu îmi place! Am luat 10 la geometrie. De obicei,

e nasol. Dacă scap cu un 7 la geometrie sunt cea mai fericită și chiar îmi dau silința pentru nota aia. Lucrurile merg acceptabil. Cu mama mă înțeleg muuult mai bine. Am slăbit patru kilograme, am ajuns la cincizeci și două, deși mai vreau să slăbesc. Mama zice că ar trebui să mă opresc, dar ce știe ea?

24 octombrie 201…Bunicul a făcut atac de cord. A murit. Nu știi cât de tristă sunt...

3 noiembrie 201….Of, dragul meu prieten tăcut ,îmi pare rău că te-am neglijat. Credeam că te-am pierdut! Lucrurile iar nu stau bine. Credeam că e mai bine la liceul acesta. Și aici sunt bullies. Am vrut să dau probele pentru echipa majoretelor. Nu m-au aceptat. Cică sunt prea grasă și urâtă și aș strica toata imaginea școlii. Mi-au descoperit toate conturile de pe rețelele de socializare. Au început să posteze lucruri despre mine. Mai rău, parinții mi-au zis că trebuie să mă mut singură, că sunt prea mare ca să mai locuiesc cu ei, că trebuie să mă maturizez. Asta înseamnă că trebuie să lucrez. Ei spun că mă vor susține… Pe curând.

20 noiembrie 201….Prima zi de lucru. Lucrez part-time la un magazin de la marginea orașului. Salariul e decent, mă voi descurca și cu școala…și cu munca…. Cred că îmi ajung de chirie, întreținere, facturi și mâncare. Îmi mai dau și ai mei. La liceu devine din ce în ce mai rău. Mai nou, îmi sunt scrise mesaje de ură și batjocură pe dulap și îmi sunt lipite bannere și chiar nu știu pentru ce merit asta. Netul este plin de poze cu mine, iar dacă mă duc la director… și mai rău va fi. Mă vor crede plângăcioasă. Văd ce fac.
P.S.Am auzit că este trafic intens de droguri prin școală. Nu mi-ar strica niște doze..măcar să încerc... Se vând ieftin.

2 decembrie 201…Mă simt din ce în ce mari rău. Proprietarul m-a anunțat că se va mări chiria. De unde fac eu rost de mai mulți bani? Mă mut. Iar la liceu…profesorii își bat și ei joc de mine. Ceilalți elevi mă bagă în tot felul de grupuri, iar dacă îi blochez, par slabă. Încerc să lupt, dar cedez încet, încet. Sunt singură… Familia mea nu îmi mai dă nici un mesaj și nu îmi răspunde nimeni la apeluri. Sunt pierdută. Nu mai înțeleg nimic.

19 decembrie 201…Am găsit o locuință la 200 de lei pe luna…de fapt, o cameră... E destul de bună încât să supraviețuiesc. Azi am luat prima doză de droguri...ieftin…o nimica toată… Ma simt euforică, am scăpat de griji. Cred că o să mai cumpăr.

1 ianuarie 201….Anul Nou. Un alt an. Probabil o să fie mai bun decât anul precedent. Sau mai nasol..

4 ianuarie 201….A doua doză. Mă simt bine. Pentru a doua oară uit că am chirii de plătit, ore de muncit și restanțe de dat…lucrări, ascultări…. Sunt fericită! Cel care îmi vinde drogurile mă scoate la o întâlnire peste două zile. Eh…la liceu mai sunt o mulțime de bullies.

Îmi fac poze și le editează. Directorul încă nu s-a sesizat…nu i-a spus nimeni…

6 ianuarie 201…Ziua întâlnirii. Mă simt rău. Mă dor toate. Ar trebui să mai cumpăr niște doze. Mi le-am consumat deja. Acum simt și mai mult presiunea celor din liceu. Bullies iar postează poze și nu știu cum să mă ascund. Azi, când am intrat pe poarta liceului, fetele populare din liceu m-au pus să le cer scuze că exist, apoi au vărsat cafea fierbinte pe mine. M-am simțit rău și am început să plâng. În plus, notele mele au scăzut. Cinciul e perfect pentru mine. Nu știu ce să mai fac…chiar nu înțelege nimeni prin ce trec?

7 ianuarie 201…Întâlnirea a fost OK. Băiatul cu care am fost mi-a făcut cunoștință cu prietenii lui. Nu a fost ceva special, dar mi se par dubioși tipii.

9 ianuarie 201…Am fost la o altă întâlnire. Tot ce îmi aduc aminte este că m-au bătut și că mi-au dat să consum droguri. Atât.

12 ianuarie 201…De ce lumea a devenit atât de rea? Era colorată și frumosă. Sau, probabil, eram mică și nu conștientizam . Mi-am cumparat 3 doze de LSD. Le trag în seara asta. Abia aștept să văd din nou "colorat".

13 ianuarie 201….De ce nu au efect? Mă doare tot corpul. Tremur. Simt cum păianjenii urcă pe mine. Sau am halucinații. De mâine trec pe Coca. Se vinde ieftin.

23 martie 201…Ce s-a întâmplat? De ce sunt la spital și în ce lună suntem? Copacii sunt în floare….Parcă am căzut în cel mai adânc somn posibil. Sunt conectată la aparate și am pastile și seringi lângă mine. Ce mi-au făcut?

24 martie 201…A venit o asistentă la mine. Pare drăguță. Mi-a explicat tot ce s-a întâmplat. Am fost găsită în supradoză și m-au adus la spital. Am stat în comă 31 de zile. Părinții cică m-ar fi vizitat, deși nu știu ce să cred. Mă îndoiesc că își doresc o fiică așa cum sunt eu… Mi-a zis și ceva de colegi, deși cred că e o greșeală. Ei mă urăsc. Cred că s-au bucurat că mai aveam puțin și muream…doar asta îmi spuneau mereu…. Scăpau de mine. Asistenta mi-a povestit și viața ei. Și ea a trecut prin aceeași experiență.

25 martie 201….Încă sunt în spital. Urăsc spitalul ăsta. Nu mă lasă să merg acasă. Nu mă consideră capabilă să îmi port singură de grijă. Cred și eu, la ce s-a întâmplat, nu mai am încredere în mine nici măcar un pic.

30 martie 201…M-au externat. Asistenta m-a luat la ea acasă. Mi-a promis că are ea grijă de mine. Nu mai trebuie să lucrez sau să dau bani pe chirie. Tot ce rămâne este școala, cea mai mare problemă a mea.

1 aprilie 201….Ziua păcălelilor. Adoram ziua asta când eram mică. Mă făcea să mă simt bine. Râdeam mult alături de mama, tata și sora mea. Uh, urăsc să spun totul la trecut.

Dar nu mi-a mai rămas nimic din prezent. Urmează să mă duc azi la liceu. Sper că bullies mă vor evita azi pe holurile liceului. Nu vreau să dau ochii cu ei, mai ales după ce s-a întâmplat. Ne vedem în curând.

2 aprilie 201….Wow. Ce zi minunată am avut! Am ajuns acasă la asistentă fleașcă. Fiind ziua păcălelilor și în același timp, ziua în care m-am reîntors la școală, colegii au aruncat în mine cu baloane pline cu apă. Nu cred că am mai fost vreodată atât de umilită. Nu s-a schimbat nimic de când am ajuns în spital.

10 aprilie 201…Aceleași zile plictisitoare la școală, aceeași vreme ploioasă afară. Până și cerul este deprimat, plânge cu săgeți de apă. Totuși, ceva m-a facut să zâmbesc, dupa un an în care am uitat cum să schițez zâmbete pe față. Asistenta a primit un apel la spital de la o femeie. Îmi știa numele și voia să mă vadă. A zis că am fost fiica ei, până m-am mutat singură. Apoi am pierdut legătura. Îți vine să crezi? Mama s-a interesat de mine! Nu pot să cred că după un an am zâmbetul pe față!

11 aprilie 201….Cred ca asta este cea mai importantă zi din viața mea. Clopoțelul de la ușă a sunat. Eu eram singură acasa. Deschid ușa. Îmi văd familia. Mama,tata și sora mea, care a crescut mult de când am văzut-o ultima data, au fost la ușa noii mele case! I-am văzut dupa un an în care legătura dintre noi nu a mai existat! Vor să mă mut din nou la casa mea. Au aflat ce s-a întâmplat și vor să aibă grijă de mine. Mă voi muta în cel mai scurt timp!

……

13 aprilie 201….O zi deprimantă, tristă ca norii care plâng…. Sunt asistenta care a avut grija de EA…să îi spunem așa. Numele ei nu mai contează, poate fi oricare dintre voi…. Este prea puțin important în momentul de față. M-am întors din tura de noapte. O dimineață cu soarele care nu și-a făcut apariția din nori. Probabil prevestea ce se va urma când voi ajunge acasă. Am gasit-o pe EA în casă, pe jos. Nu mai avea suflu. Nu avea urme pe corp, nu erau urme că s-ar fi sinucis. Era pe hol. Parcă mă aștepta pe scări să vin din tura de noapte. Ea a murit...corpul ei fragil nu a mai avut puterea să lupte. O cunoșteam doar de o lună, dar parcă era fiica mea. M-am atașat foarte mult de ea. Era o fată bună, o fată frumoasă și deșteaptă. Nu știe nimeni ce s-a întâmplat cu ea. Parcă a înghețat. La momentul morții era aparent sănătoasă. Dar a cedat. Bullyingul este factorul care i-a luat viața. Își dorea o familie, își dorea prieteni, își dorea fericire. Voia să fie o adolescenă normală. Ea, însă, nu a mai apucat să zâmbească de prea multe ori. O dată într-un an. Restul zilelor era în depresie. Probabil și de aceea acea supradoză. Nu se știe ce ar fi vrut să facă, care erau planurile de viitor. Cel mai mult m-a întristat faptul că părinții ei o așteptau la ușă în ziua în care a murit. Trebuia

să se mute cu ei. Urma să aibă o viață fericită, alături de familie, alături de colegii ei. Da, colegii ei. Au auzit că a murit. Și cred că toată școala a venit la ușa casei mele să aducă câte un buchet de flori, câte o scrisoare de iertare. Și sunt sigură că ar fi fost una dintre cele mai fericite persoane de pe pământ. Dar a cedat. A ales sa se ducă într-un alt loc, poate mai bun decât pământul. Ea nu mai este alături de noi.

Cu multa tristețe,

asistenta

Epilog

Dragi adolescenți,

Dacă citiți această poveste, vă rog, fiți mai buni unii cu ceilalți. Poate că un corp trădează personalitatea unui om. Trebuie să îl cunoașteți, trebuie să îi acordați o șansă. Nu judecați o carte după copertă, nu judecați un om după chip, după aparențe. Poate nu vă dați seama, dar acel copil pe care îl numiți depresiv poate avea probleme în familie, acel copil care învață și pe care îl numiți tocilar, poate vrea să ajungă la un liceu bun, iar acel copil pe care îl numiți rebel, își poate folosi o mască împotriva tristeții din sufletul lui pentru a părea popular în fața prietenilor și pentru a lupta cu el însuși. Pentru voi, dragi adolescenți, este o luptă continuă. Este o luptă continuă între indecizie, naivitate, dorința de a fi populari și puțină frustrare. Dar, lăsați orgoliul, lăsați orgoliul de a fi mai buni decât toți cei din jurul vostru și fiți oameni. Observați toate lucrurile din jurul vostru.

Fata din povestea mea a murit din cauza depresiei și a ignoranței. O mică frustrare din partea unora a ajuns la bullying, depresie, consum de droguri și moarte. Și apoi vine regretul. Vine regretul că de ce nu am cunoscut-o mai bine, de ce nu am observant ce fată buna era? Dar nu se mai poate face nimic. E prea târziu…întotdeauna prea târziu… Ea este acolo, noi suntem aici. Nu mai putem da timpul înapoi, nu mai putem face nimic. Mâine o vom privi cum va fi îmbrăcată în cele mai frumoase haine ale ei, îi vom vedea chipul palid și frumos pentru ultima dată. Un râu de lacrimi va fi vărsat, iar noi vom trăi cu regretul acesta continuu. Suntem atât de mici, trăim pe o planetă atât de mare, într-un sistem solar atât de mare, o galaxie uriașă și un univers infinit. Dar noi nu ne lăsăm. Vrem să demonstrăm că suntem cei mai buni, cei mai importanți și nu ne gândim că suntem ca un punct într-un univers.

Morala acestei povești este simplă… trebuie să fim mai buni cu ceilalți, mai iertători,mai toleranți si trebuie să ne gândim că fiecăruia trebuie să îi acordăm o șansă. Bullyingul este, practic, o cauza a morții, a depresiei și a izolării unor adolescenți, a unor adulți în devenire. Dar poate nu vor mai apuca clipa de a zâmbi, a fi împăcați cu ei înșiși. Trebuie să ne trăim

adolescența frumos, trebuie să ne bucurăm de prietenie și de orice lucru minuscul. Viața este atât de scurta, iar noi o scurtăm și mai mult, punând la suflet orice lucru spus de cei din jur. Nimeni nu este perfect, nimeni nu este urât. Noi suntem noi. Trebuie să ne acceptăm între noi așa cum suntem, și cu bune, si cu rele.

Cu multă sinceritate,

O simplă elevă

Eroul din tine

Mărgărint Ioana
Școala Gimnazială "Mihai Eminescu" Vaslui
Prof. îndrumători: Cocuz Doina, Nechita Luminița

Mihai este un băiat de 12 ani. Ochii lui sunt de un verde crud, părul său este de nuanța abanosului. Este un copil destul de înalt, un pic prea bine făcut și mereu glumeț. Mihai întruchipează acel băiat inteligent, activ, prietenos, optimist, muncitor.

Are o soră mai mare, Bianca, care îl ajută mereu. Ea este cea mai bună prietenă a lui Mihai. Nu vă pot spune multe despre familia lui Mihai, căci mama lui a murit când el avea 3 ani, iar tatăl său lucrează în străinătate, încercând să-și întrețină familia. Cei doi frați sunt crescuți de bunicii lor.

De curând Mihai s-a mutat la o școală nouă, într-un colectiv unde nu cunoaște pe nimeni. Dar, optimist de fel, a aşteptat cu nerăbdare să își facă noi prieteni. Încă din prima zi experiența lui Mihai în noua școală nu a fost atât de plăcută cum se aștepta. Colegii l-au privit cu suspiciune și, în unele pauze, au făcut diverse glume pe seama lui. În scurt timp a aflat că are și o poreclă: Mihăilă Grăsunilă. Niciodată nu se gândise că acele câteva kilograme pe care le avea în plus ar putea conta mai mult decât caracterul său. Se împrietenise cu vreo doi copii, dar nu simțea că şi-a găsit un rost în colectivul clasei. Cei mai mulți dintre colegi erau îmbrăcați mereu după ultima modă, vorbeau des despre cele mai noi aparaturi de pe piață. Mihai simțea că nu prea are ce împărtăși cu ei, dar spera că, în timp, se va putea integra cu succes printre ei.

Dar timpul a arătat că optimismul și firea prietenoasă a lui Mihai nu erau suficiente pentru majoritatea colegilor săi. Într-o zi, ajungând acasă, a descoperit în ghiozdan un desen cu un purcel, sub care era scris: "Mihăilă Grăsunilă pune pe el multă slănină". Auzise de tachinări și glume proaste făcute, în general, în școli, dar nu se imaginase niciodată ca victimă a acestora. Într-o altă zi, în cadrul ușii clasei s-a intersectat cu un coleg, care i-a reproșat că ocupă prea mult spațiu. Toți ceilalți au râs, strigându-i porecla în cor. Ar fi dorit să râdă cu ei, ca de o glumă bună, dar se simțea înjosit. La orele de sport nu era ales niciodată în echipe, de multe ori găsea mesaje supărătoare scrise cu carioca pe bancă.

Treptat, Mihai a uitat să mai zâmbească, așteptându-se mereu la surprize neplăcute. Era tot mai tăcut, se izola de restul clasei, vorbind tot mai puțin, inclusiv cu puținii prieteni pe care și-i făcuse. Optimismul lui s-a stins încetul cu încetul și fiecare zi a devenit o

încercare de supraviețuire. Mai trist era faptul că Mihai nu avea cui împărtăși toată această luptă: nu credea că bunicii l-ar înțelege, sau l-ar putea ajuta cu ceva, iar de sora lui îi era rușine. Iar când suna tatăl său la telefon , nu îl lăsa inima să îl întristeze, pentru că știa că tata și-ar fi făcut griji.

Spre sfârșitul semestrului I întreaga clasă a făcut o fotografie de grup pentru unul dintre panourile școlii. La o săptămână după aceasta, deschizând dulapul de pe holul școlii, unde își ținea cărțile, Mihai a descoperit fotografia clasei sale lipită de partea interioară a ușii. Uitându-se surprins, a realizat că fusese decupat din fotografie, și colegii îi lăsaseră și un mesaj: ,,Purceii nu-şi au locul în clasă!" Un val de furie nestăpânită i-a inundat întregul corp, ca și cum aşteptase mult timp doar un semn pentru a se dezlănțui. Copilul retras, cuminte, tăcut, a lovit cu atâta putere ușa dulapului, încât aceasta s-a rupt , lovind gresia cu un zgomot neaşteptat. Profesorul de serviciu a apărut la locul faptei, iar Mihai s-a trezit condus în cabinetul domnului director. Ar fi dorit să povestească tot ce i s-a întâmplat în săptămânile trecute, să se elibereze de frustrări, supărare, suferință, dar nu dorea să fie înțeles ca un laș, sau, mai rău, ca un pârâcios. Așa că a murmurat o scuză oarecare și a fost trimis în clasă doar cu o mustrare, fiind prima lui abatere.

În pauza următoare a venit consilierul școlar, doamna Andreescu, o femeie cu faţa senină, luminoasă, și l-a invitat pe Mihai în cabinetul dumneaei. A reușit să îi câștige încrederea lui Mihai , astfel încât acesta a povestit tot ce i s-a întâmplat de când a venit în școală.

-De ce crezi, Mihai, că cei mai mulți colegi te-au tratat așa?

- Pentru că eu chiar sunt gras!

- Crezi că într-o relație acest lucru ar trebui să conteze?

- Până acum nu credeam. Niciodată nu am judecat un om după înfățișare, după kilogramele pe care le are. Dar aici văd ca aspectul fizic este foarte important.

- Care crezi că este cel mai important lucru în relațiile dintre oameni?

- Eu cred că cel mai mult trebuie să conteze caracterul omului, felul lui de a fi, și respectul între oameni.

- Ce te-a rănit cel mai mult legat de atitudinea colegilor tăi?

- Faptul că m-au făcut să îmi pierd încrederea în mine.

- Vom încerca împreună să o recâștigăm!

Pentru prima oară după mult timp Mihai a zâmbit, lăsând în sufletul său să pătrundă speranța.

Discuția aceasta a fost ca o poartă deschisă către recâştigarea curajului și, în aceeași

seară, Mihai și-a deschis sufletul către sora sa. Aceasta l-a îmbrățișat plângând și i-a cerut iertare că nu a observat toate semnele din comportamentul lui.

A doua zi consilierul școlar a ținut la clasa lui Mihai o oră despre bullying. Au avut loc dezbateri, au urmărit câteva documentare și le-au interpretat, au avut diferite jocuri de rol în care diferiți colegi au jucat rolul celui care este jignit. Au început să înțeleagă că nu este plăcut să fii în această postură și au cerut mai multe ore de acest fel. În următoarele săptămâni au avut loc mai multe activități de grup, sau pe echipe, copiii au început să se cunoască mai bine, să descopere unul la celălalt lucruri pe care nu le știau. Au învățat să se aprecieze reciproc pentru trăsăturile lor de caracter, pentru talentele lor. Mihai și-a recâștigat treptat încrederea de la început, a luat chiar inițiativă în mai multe jocuri, a devenit mai activ în clasă și a observat că atitudinea celorlalți a început să fie una mai prietenoasă.

Sora lui l-a susținut mereu, și chiar i-a propus să încerce să fie mai atent la ce mănâncă, să facă mișcare mai des. I-a promis că îl va ajuta să își construiască o formă fizică bună.

După o perioadă Mihai s-a dus la doamna Andreescu pentru a-i mulțumi pentru noua lui experiență.

- Pot spune, doamnă Andreescu, că ultimele săptămâni m-au schimbat și pe mine mult. Nu doar că mă simt mai bine cu mine însumi, dar încep să am încredere și în ceilalți.

- Sunteți la vârsta în care încercați să vă cunoaşteţi pe voi înșivă, treceți prin experiențe diverse cu ceilalți, vreți să fiți acceptaţi și apreciați. Unii se pot lăsa influențați greșit, punând accent mai mult pe lucruri superficiale. Unii cred că pot câștiga respectul celorlalți prin sarcasm, prin imagine exterioară, crezând că sunt mai puternici dacă sunt răi. Dar școala este locul unde interacţionăm, socializăm și ne educăm să înțelegem lucrurile așa cum sunt.

- Eu am înțeles că, dincolo de prietenie, familie sau școală, un lucru deosebit de important este încrederea în tine, dar și în cei care te pot ajuta. A cere ajutorul nu înseamnă că eşti slab, ci că ai curajul să recunoști o problemă și să îți expui sentimentele. Mulţumesc că mi-aţi dat ocazia să înţeleg asta!

Schimbarea începe cu tine

Füstös Alexia Carla, Clasa a VI-a B
Școala Gimnazială "Mihai Eminescu" Dej
Prof. îndrumători: Ursan Angela, Bumbu Simona

Tom și Ema erau cei mai buni prieteni ai mei, însă toate astea s-au schimbat în ziua în care la noi în clasă s-a transferat o fată de la o altă școală, pe care o cheamă Olivia.

Când a intrat în clasă, însoțită de doamna directoare, părea destul de timidă și agitată. Olivia s-a prezentat în fața clasei și s-a așezat în liniște într-o bancă libera. Tom și Ema au început să șoptească unul celuilalt despre faptul că Olivia era ciudată, însă i-am ignorat. În timpul pauzei am observat că fata cea nouă stătea singură în bancă, citind o carte, așa că i-am întrebat pe Tom și Ema dacă o putem chema să stea cu noi, dar ei au început să râdă de parcă le-aș fi zi o glumă. Tom a luat niște pufuleți și i-a aruncat spre banca în care se afla Olivia. Am ramas șocată deoarece nu mă așteptam ca Tom să fie în stare de așa ceva. S-a uitat la noi și părea puțin nervoasă, însă nu și-a luat apărarea. În acel moment m-am simțit foarte prost din cauza gestului făcut de Tom, însă nu am avut curajul să spun nimic.

În săptămâna următoare, Tom și Ema își băteau joc de Olivia aruncându-i bucăți de hârtie în păr și îi spuneau "ciudata singuratică". Am început să mă simt foarte rușinată că stăteam cu acești agresori, deoarece din cauză că nu o apăram pe Olivia, mă făcea și pe mine unul dintre ei.

În următoarea zi am decis să fac o schimbare, chiar dacă știam că mă va afecta. În loc să stau cu Tom și Ema, cum făceam de obicei, m-am așezat lângă Olivia. Parea foarte fericită să aibă pe cineva să îi țină companie. Chiar atunci am observat că Ema și Tom îmi aruncau priviri nervoase și nu le-a luat mult până să înceapă să mă trateze și pe mine așa cum făceau cu Olivia. Au început să arunce cu hârtie mototolită după mine și îmi spuneau "ciudata numărul 2", însă singurul lucru la care mă gândeam în acel moment era că măcar Olivia nu trebuie să treacă singură prin toate astea.

Într-un final, am decis că tot ce s-a întâmplat era destul, așa că am mers cu Olivia în biroul doamnei directoare și m-am străduit cât de bine am putut să îi spun ce s-a întâmplat, însă ea ne-a spus că nu avem dovezi cum că am fi agresate, așa că nu ne poate ajuta. Acea a fost o perioadă grea, însă, de fiecare dată când o auzeam pe Olivia cât de recunoscătoare e pentru ce am făcut, mă gândeam că a meritat.

Într-o zi am auzit că Tom și Ema au creat un cont de Instagram pe care postau poze urâte cu Olivia și în care își băteau joc de ea. Indiferent cât de oribil era acest gest, era exact dovada de care aveam nevoie să i-o oferim doamnei directoare. Până și poliția a fost implicată în această poveste. Însă ce era mai important era că nimeni nu și-a mai bătut joc de mine sau de Olivia.

Sunt foarte mândră de mine că am ieșit din zona mea de comfort pentru a o apăra pe Olivia, deoarece dacă nu făceam asta, nu cred că ea ar fi putut să o facă. Unele persoane au nevoie de ajutorul oferit de la cineva care este dispus să îi susțină. Așa că, dacă vezi că cineva este agresat, nu fi doar un martor, fă ceva în privința acestul lucru. Acțiunile tale ar putea schimba viața cuiva spre bine!

O altă poveste despre bullying

Mureşan Mihaela, Noje Adela, Radu Miriam, Clasa: a VI-a
Școala Gimnazială „Lucian Blaga” Jibou, jud. Sălaj
Prof. îndrumător: Daroczi Andrei

Era o zi obișnuită de luni, când Andrei un băiețel de 10 ani se pregătea pentru școală. Azi era o zi importantă pentru el, deoarece împreună cu clasa lui se pregăteau pentru serbarea de 8 martie. Băiatul era foarte încântat și entuziasmat deoarece s-a pregătit mult pentru acest eveniment.

Încrezător că totul va decurge minunat, elevul pornește spre școală. Odată ajuns, învățătoarea îi anunță pe copii să se pregătească, pentru că, în câteva minute vor începe repetițiile.

Andrei se ceruse să meargă până la baie pentru a se aranja cum se cuvine.

Deodată intrară pe ușă câțiva copii foarte gălăgioși, care își îndreptau privirea spre Andrei și se uitau cu insistență la el, preț de câteva minute bune.

Cei trei se apropiaseră din ce în ce mai bine de el, intimitându-l și mai tare fără să-i fi zis ceva. În cele din urmă Andrei este împins de unul dintre ei și cade și se lovește la mână.

Acesta își luase inima în dinți și îi întrebă:

- De ce m-ați împins? Eu nu v-am făcut nimic!
- Ai curaj să-mi vorbești așa băiete? răspunse nervos Max.
- Da... dar nu am spus nimic rău. Doar te-am întrebat de ce m-ai împins, însă sărmanul elev nu a apucat să termine de rostit fraza, că a fost împins a doua oară de către Max, cu mai multă răutate.
- Dacă vrei să nu se mai repete asta, să nu spui nimănui ce s-a întâmplat. Ai înțeles?

Cu o voce tremurândă și cu lacrimi în ochi, Andrei îi răspunse cu da, în același timp speriat, dar și tentat să-i răspundă contrar.

Repetițiile au continuat, dar Andrei fiind foarte neatent și cu gândul la incidentul cu Max nu a reușit să-și spună replicile.

La finalul repetiției, Max îl trimite pe Alex la Andrei să îl invite afară. Acesta îl urmează sperând că își va cere scuze. Cei trei elevi Max, Alex și Andrei se duc în spatele școlii.

- Am o propunere pentru tine, spuse Max, iar tu trebuie să o accepți.

- Și dacă nu vreau? spuse Andrei.
- Faci ce îți zic eu, să nu scoți nimănui nici un cuvânt. Să-ți fie clar! arătându-i pumnul drept strâns.
- Noi vrem să stricăm acest spectacol de ziua mamei, dar dacă o facem vom avea probleme, așa că ne-am gândit să o faci tu pentru noi.

Auzind acestea, Andrei bătu în retragere. Max nu a lăsat loc de interpretări și a spus franc:

- Ne vei asculta pas cu pas și vei face ce îți cerem noi! Ai înțeles?

Andrei a încercat încă o dată să-l convingă pe Max că nu este bine ce vrea să facă și că o să aibă amândoi de suferit, dar Max l-a lovit peste cap cu un corn, intimidându-l și mai tare.

- Planul este următorul: după ce va începe serbarea tu vei merge și vei distruge copacii înfloriți și casa așezată în mijlocul scenei, astfel încât să-i sperie pe copii și să le strice prezentarea.
- Sper că m-am făcut înțeles, arătându-i din nou pumnul drept amenințător.

Max se amuza copios, gândindu-se la planul său diabolic.

Următoarele zile au fost stresante pentru bietul copil pentru că nu știa cum să procedeze în această situație: să spună cuiva sau să facă ce i-a cerut Max.

S-a gândit preț de câteva zile ce să facă, dar a decis că ar fi bine să vorbească cu o persoană care l-ar putea înțelege cel mai bine și singura care i-a trecut prin minte care îl putea ajuta era chiar doamna psiholog de la școala lui.

Și-a făcut curaj și în cele din urmă a vizitat-o pe dânsa în cabinetul școlar unde i s-a confesat. Doamna psiholog a apreciat îndrăzneala lui de a vorbi despre această problemă și faptul că acest comportament putea să-i provoace consecințe neplăcute. Ea l-a asigurat că împreună vor găsi o soluție potrivită, astfel încât să-l facă și pe Max să înțeleagă că este greșit ceea ce plănuiește să ducă la îndeplinire.

În acest sens, a doua zi, Max a fost invitat în cabinetul dânsei unde a fost pus față în față cu Andrei.

Max s-a enervat în primă fază și a dat toată vina pe Andrei, cum că el este cel șantajat și nu invers. Doamna psiholog a venit cu argumente clare din care a reieșit că Max este cel care l-a contrâns pe Andrei:

- În primul rând Max, vreau să-ți spun că Andrei mi-a povestit ce s-a întâmplat între voi doi. Ce ai plănuit are efecte negative atât pentru tine, cât și pentru restul participanților.

Comportamentul agresiv sub formă verbală, cum au fost amenințările la adresa lui, precum și îmbrâncelile la care l-ai supus pentru a-l intimida toate denotă că ai nevoie de ajutor.

În al doilea rând, observ că ești foarte nervos în acest moment, semn că începi să conștientizezi gravitatea comportamentului tău asupra celorlalți. Îți propun să ne spui motivul pentru care ai vrut să faci ce ai plănuit. Sunt sigură că dacă te vei destăinui, te vei simți eliberat de acea presiune pe care o porți în suflet. Ai găsit persoana potrivită cu care să vorbești.

- Îmi recunosc vina, spuse în cele din urmă Max, demascat fiind. Părinții mei sunt în prag de divorț și de câteva luni îi aud zilnic cum se ceartă, cum se amenință și mă întreb speriat ce se va întâmpla cu mine, în grija cui voi rămâne, cel mai probabil mă vor trimite la orfelinat. Am încercat prin planul meu să-mi recâștig încrederea în forțele proprii, să-i fac pe alții să mă asculte, în familia mea nimeni nu ține cont de părerea mea.

Auzind cele relatate de Max, Andrei deși a fost jignit, lovit, a venit lângă el și i-a propus să fie prieteni pentru a petrece timpul împreună și a-l ajuta să nu se mai simtă neînțeles și singur.

Cu ochii în lacrimi, Max și-a cerut scuze pentru toată suferința provocată, pe urmă a acceptat amiciția lui. Chiar au plănuit mai târziu să meargă în oraș la o plimbare cu bicicletele.

Doamna psiholog, i-a propus lui Max, să vorbească cu părinții lui și să le spună despre ce simte el referitor la procesul lor de divorț, de ce se teme el cel mai mult, în grija cui vor dori să-l lase. Dacă vor avea nevoie de ajutor, îi va putea consilia și pe ei, în cazul în care își vor da consimțământul. Bucuroși fiind, copiii au ieșit înseninați din cabinetul dânsei, pregătindu-se pentru marea serbare.

Această poveste v-a dus cu gândul cel mai probabil că Max este personajul negativ, dar dimpotrivă, el este o altă victimă a bullying-ului. Uneori, cei care manifestă comportamente agresive, au fost răniți, dezamăgiți de către prieteni sau familie în trecut, și neștiind cum să reacționeze pentru a-și reclădi echilibrul interior, dau frâu liber actelor de violență fără să conștientizeze efectele comportamentelor asupra celorlalți.

Încercați să-i înțelegeți, înainte să-i judecați! Fiecare faptă agresivă, este un strigăt de ajutor! Fiți atenți, deci! Mulți au nevoie de ajutorul tău! Tu unde ești?!

STOP BULLYING-ULUI!

De la rău, spre bine

Pogan Eliana, clasa a V-a A
Seminarul Teologic Ortodox *Sfântul Simion Ștefan*, Alba Iulia
Profesor: Topîrcean Natalia-Asinefta, Coconu Laurențiu

Povestea Luizei mi-a fixat clar în minte sfirmația lui D. Sapiro: *Orice măr care nu este aruncat la timp, cade și din semințele lui ia naștere un nou pom. Așa și orice conflict care nu este rezolvat la timp servește premisa pentru nașterea altui conflict*.

Luiza e o fată simplă, modestă, dar cu suflet blând și bun. A fost crescută de bunici pentru că părinții ei au ”părăsit-o”. Cel puțin așa simțea ea, gândindu-se la mama și la tatăl ei care au hotărât să își urmeze viața în străinătate, fiecare formându-și o altă familie. Zi de zi merge la școală, ca toți copiii de vârsta ei și stă mereu în ultima bancă, singură. Rareori își ridică ochii din pământ. Simte o rușine imensă când colegele ei vorbesc despre ce bine au petrecut la cumpărături cu mamele lor, mai ales când acestea o întreabă disprețuitor ce i-a cumpărat mama din Mall de ziua ei.

La început, nedumerită, le-a spus că bunica este cea care îi face cadouri de ziua ei. Era, pe atunci, foarte mândră de rochița roșie cu broderie primită în dar...nu foarte scumpă și, evident, nu de la Mall. ”Și părinții tăi?” a întrebat o colegă. ”Eu nu am părinți!” a răspuns sinceră ea. Fetele au început să râdă. ”Ce proastă! Oricine știe că un copil este adus pe lume de o mamă”. Cu timpul, pentru colegi a ajuns doar ținta ironiilor și a răutăților. Fetele o priveau batjocoritor din cauza hainelor ieftine, băieții o bruscau, profitând de timiditatea și de faptul că era mult mai scundă și plăpândă decât ceilalți. În timp ce colegii ei erau aduși la școală de părinții lor în mașini luxoase, ea venea cu autobuzul, având, de cele mai multe ori, numai banii pentru bilet.

Furtuna din sufletul ei se risipea numai când ajungea acasă. Pentru ca să nu o supere pe bunica ei, pentru ca să nu pară nerecunoscătoare și, mai ales pentru că se considera singura vinovată: ”Eu sunt de vină pentru că nu mă iubesc părinții! Dacă aș fi fost frumoasă și veselă, nu m-ar fi părăsit” se închidea în camera sa, plângând pe ascuns. Numai ursulețul de pluș o asculta cu ochii lui de piper negru, parcă nedumerit că oamenii pot avea astfel de probleme. Dar ceea ce s-a întâmplat în dimineața aceea luminoasă de mai avea să-i schimbe întreaga viață. A pășit în curtea școlii cu teama din fiecare zi. Și brusc...în fața ochilor săi triști, cireșul din cutea școlii i-a adus parcă o veste: înflorise peste noapte și părea atât de fericit! O clipă a ținut bucuria. Nici nu și-a dat seama și s-a trezit cu fața în praful aleii. Nu

a simțit decât o durere ascuțită în colțul buzei și un gust dulceag de sânge. Nu a auzit decât un cor de hohote: ”Ce aiurită!” Cu lacrimi în ochi s-a ridicat și a avut timp să vadă doi băieți râzând: ”I-am făcut-o!” În spatele lor, însă, directorul școlii, a auzit tot. Foarte supărat, i-a certat pe cei doi și le-a adus la cunoștință că fapta lor va fi pedepsită, conform regulamentului, cu scăderea notei la purtare, mai ales că răutățile lor se tot repetau. Erau doi băieți inteligenți, care sperau să ajungă la un liceu militar. Nota scăzută la purtare ar fi fost un dezastru.

Și atunci, spre uimirea tuturor, mai ales a băieților, Luiza i-a dezvinovățit: ”Din neatenție, m-am împiedicat. Nu ei sunt de vină. Vă rog să îmi dați voie să merg la cabinetul medical.” Unul dintre băieți, impresioant de gestul ei, după ce toată lumea s-a împăștiat, s-a apropiat de ea și i-a mulțumit: ”M-ai salvat!Îți mulțumesc! O să spun tuturor prietenilor mei că ești o colegă care merită toată încrederea!” Astfel, încetul cu încetul, a fost acceptată de ceilalți elevi, pe care i-a cucerit prin blândețea și bunătatea ei, pe care i-a învățat că pumnul nu te face mai mare, iar violența este arma celui slab și ultimul refugiu al incompetenței.

Tocilara

Ungurean Ioana Ilinca, clasa a V-a A
Seminarul Teologic Ortodox *Sfântul Simion Ștefan*, Alba Iulia
Profesor: Topîrcean Natalia-Asinefta, Coconu Laurențiu

Antonia este o fetiță de 12 ani. Singură la părinți, este răsfățata tuturor: a părinților, a bunicilor, a prietenilor de familie. Nu că nu ar merita: e cuminte, frumoasă, deșteaptă și silitoare. Tatăl său tocmai a obținut un job foarte bine plătit într-un alt oraș. Vor începe o viață nouă, cu siguranță mai interesantă decât cea de până acum. Și, mai ales, ea, Antonia, va merge la o nouă școală, își va face noi prieteni, deși îi va fi dor de foștii ei colegi.

Este ora 07:00, iar ceasul Antoniei sună alarma pentru prima zi de școală în noul oraș. Cu grijă și cu nerăbdare, își face toaleta de dimineață, gustă puțin din micul dejun pregătit de mama sa și...

-Îmi e cam frică de această zi, mami...

-De ce, draga mea? Cred că mai degrabă, ai emoții. Chiar frică, poate e cam mult!

-Păi, cine știe...dacă noii mei colegi nu mă vor plăcea?

-Antonia, stai liniștită. Ești o fetiță deșteaptă și frumoasă. Gândurile pozitive îți dau încredere în tine. Ne-am înțeles?

-Da, mami. Te iubesc!

-Și eu te iubesc! O zi frumoasă!

Ei bine, prima zi de școală decurge superb: totul e nou, școala e luminoasă și curată, copiii veseli și gălăgioși. Toți sunt curioși: de unde a venit, de ce s-au mutat, are frați, are surori, îi place ultimul joc online Tom Clancy s Rainbow Six Siege. Antonia e încântată: e în centrul atenției, așa cum îi place ei. De a doua zi, însă ceva se schimbă. Parcă o ușoară invidie din partea premianților clasei, poate pentru că la toate orele ridică mână, răspunde prompt, e apreciată de profesori. În pauze, preferă să stea în bancă să își repete lecțiile. Chiar vrea să facă o impresie bună și să nu îi dezamăgească pe părinții ei care o laudă tutror pentru notele excelente. Zilele trec, încet, încet colegii o privesc ca pe o ambițioasă, până când unul dintre băieți pronunță porecla: *Tocilara*. Din acea zi, devine tot mai singură.

După o astfel de zi de școală, fetița se întorcea abătută acasă. Mama ei o întâmpină și observă tristețea din ochii ei. Deși insistă ca Antonia să îi spună ce se întâmplă, fetița se preface că totul e bine, spunând că doar o doare capul puțin. Era prea mare ca să se plângă

din orice mamei, ca o fetiță de clasa I.

E ultima săptămână de școală, ora de dirigenție. Fiecare elev primește de la dirigintă o întrebare despre nevoile lui și problemele din cursul ultimului semestru. Fiecare elev trebuie să propună o soluție posibilă la rezolvarea acestor probleme. Întrebarea adresată Antoniei era: *Ai reușit să te integrezi în noua școală?* Dintr-o dată, o foaie mototolită aterizează pe banca ei. ” Deschide, tocilaro!” se auzi o voce șoptită. Pe furiș, Antonia citește biletul: ” Dacă nu îi spui dirigintei că totul este bine, îți vom face viața un iad în tabăra de vară. Nu avem chef să ratăm distracția din cauza ta.” Ce să facă? Nu voia să aibă probleme și mai mari. Din nou se preface că totul e bine.

Ajunge acasă plângând. De data aceasta își învinge rușinea și îi povestește mamei totul. Mama o ascultă cu atenție. Nu o ceartă pentru lipsa de încredere. Dar nici nu învinovățește pe colegi. Îi explică Antoniei că numai cei slabi sunt răutăcioși pentru că vor să își ascundă slăbiciunea. De asemenea, mama îi propune Antoniei o discuție cu diriginta și cu psihologul școlii. Astfel, în ședințele de pregătire a taberei de vară, psihologul explică elevilor fenomenul ”Bulling” și îi antrenează în exerciții de comunicare. Cu uimire, colegii Antoniei înțeleg ce mult au rănit-o pe colega lor și se hotărăsc să se revanșeze: în tabăra de vară o vor integra în grupul cercetașilor.

Bullying-ul rănește

Iftene Ana Maria, clasa a VI-a A
Școala Gimnazială "Vasile Pârvan", Bârlad
Îndrumător: prof. consilier Ina Cristina Stan

Într-un orășel numit Hogsmeade locuia o fată care se numea Hope. Era o fată obișnuită de 13 ani, aparent firavă, însă cu o vitalitate aparte. Acesteia îi murise mama pe 20 august, unica ființă de care se simțea foarte legată și a cărei plecare la îngeri i-a pricinuit o cumplită suferință.

În ceea ce privește relația lui Hope cu tatăl său nu se poate afirma că ar fi fost relație foarte apropiată și, ceea ce a durut-o enorm pe Hope și a determinat-o să se îndepărteze de tată și mai mult a fost faptul că, la nici o săptămână de la moartea mamei, acesta și-a făcut o nouă "prietenă" cu care a decis să se multe într-un alt oraș. Astfel, Hope urma să fie înscrisă la o altă școală și, deși nu a fost de acord cu decizia tatălui său, nu a avut încotro și a plecat din casa de care o legau atâtea amintiri cu cea care i-a dat viață.

Bagajele în vederea plecării au fost făcute în aproximativ 5 zile și Hope, cu sufletul zdrobit, și-a luat rămas-bun de la prietenii și locul copilăriei ei, îndreptându-se spre noua casă. Aici, încă din momentul în care au sosit, Hope a simțit cum se adâncește în propria-i tristețe și mai mult pentru că noul cartier era murdar și cenușiu, fără ca măcar o singură pată de culoare să-l anime câtuși de puțin. Nici noua locuință nu îi oferea sentimentul de siguranță și împăcare așa cum se aștepta.

În camera ei, Hope și-a desfăcut bagajele și aștepta tăcută ceva. Nici ea nu știa ce, însă, din gândurile ei a fost trezită de câteva bătăi în geam, urmate de o piatră care a spart geamul și a aterizat la picioarele ei. Pe piatră a identificat lipit un bilețel pe care scria cineva cu litere amenințătoare următorul mesaj: "Să vedem cât vei rezista!!!" Teama s-a cuibărit rapid în sufletelul și așa răvășit al lui Hope și a ieșit speriată cu bilețelul să ceară ajutor și alinare tatălui său, însă acesta nu avea timp pentru "prostiile" lui Hope iar ea s-a retras în propria cameră, suferind în singurătate, fără ca nimeni să-i ofere ascultarea de care avea atâta nevoie.

A venit și prima zi în noua școală, însă nimic de până acum nu prevestea că aici îi va fi bine, așa că Hope, cu inima grea, a plecat să-și cunoască noii colegi și profesori. Avea o ținută decentă, cu cămașă albă și părul bine strâns în coadă la spate. Pe drumul spre școală a constatat că ceilalți o privesc curioși și a realizat că asta se întâmpla din cauza pielii ei mai

deschise la culoare și a decis să nu dea importanță. Ajunsă la școală, a observat că, exact la intrare, ca niște adevărați paznici, erau postați doi băieți și o fată. Au aruncat săgeți din priviri către Hope, însă niciunul nu a îndrăznit să i se adreseze într-un fel sau altul, lăsând-o să pătrundă în spațiul școlii. Aici, nu a reușit să se orienteze către clasa ei și a întrebat câțiva copii, dar cu toții o ocoleau. Atunci s-a adresat unei îngrijitoare care a îndrumat-o corect către clasa sa. Grăbită să ajungă cât mai repede în clasă, nici nu a realizat că ceilalți se strâmbă într-un mod ciudat la ea. Nu asta conta, ci dorința de a ajunge la timp în clasă pentru a fi cu noii ei colegi. Aici, în clasa ei, diriginta a prezentat-o colegilor și a rugat-o să se așeze în bancă cu Raffaela.

Între Raffaela și Hope s-a înfiripat repede o adevărată prietenie și, după ce s-a terminat ziua de școală, au plecat către casă. Pentru că Raffaela făcea naveta într-un sătuc apropiat, Hope s-a văzut nevoită să plece singură către casă. În drum spre casă, fata pe care o observase la intrarea în școală a urmărit-o și într-un moment de neatenție a lui Hope, aceasta a împins-o într-o baltă cu apă și mult noroi. De nicăieri, în jurul ei au apărut mai mulți copii care îi făceau poze cu telefoanele și se amuzau de cât de murdară era acum Hope. Se simțea atât de rușinată, de murdară, de urâtă, încât tot ceea ce a putut face a fost să se ridice și să o ia la fugă spre casă, locul unde considera că va fi scăparea ei și de unde va primi ajutorul necesar pentru a șterge rușinea pe care a avut-o. Însă, atunci când a văzut-o murdară, cu hainele și cărțile distruse, tatăl nici măcar nu a băgat-o în seamă, ci doar i-a cerut să se curețe și să vină la masă.

Nici ziua următoare de școală nu a fost mai bună. A aflat că pozele cu ea plină de noroiul din balta în care fusese izbită au fost postate pe rețele de socializare și trimise tuturor elevilor din școală. Acum toți râdeau de ea și, deși l-a implorat pe tatăl său să o lase să stea acasă, acesta a fost de neînduplecat și iat-o ținta râsetelor tuturor. Ba mai mult, Cleopatra și cei doi băieți ce o însoțeau mereu au împins-o într-un colț și i-au spus că este o fricoasă și că nu are ce să caute în școala lor. Toți cei care au văzut scena au râs și, deși Hope căuta măcar o privire prietenoasă, niciunul nu s-a oferit s-o ajute. Scăparea ei a constat în faptul că, directorul școlii a trecut pe acolo și a luat-o de braț, conducând-o către clasă. În clasă, Hope a fost certată de director deoarece Cleopatra i s-a plâns acestuia că Hope ar fi declanșat cearta. Rămasă fără cuvinte, Hope nu a putut rosti niciun sunet, incapabilă să se apare în fața celorlați. Când, în sfârșit a putut să vorbească, în ciuda rugăminților sale, directorul a refuzat să o mai asculte. După această întâmplare, Hope a refuzat să mai părăsească sala de clasă până la sfârșitul orelor. Însă, la finalul zilei, când Hope a fost nevoită să iasă din clasă pentru a merge acasă, Cleopatra, care stătea iarăși în ușa școlii supraveghind pe toată lumea

ca de obicei, a împins-o pe Hope și i-a adresat câteva cuvinte jignitoare, dar s-a oprit pentru că l-a văzut pe directorul școlii. Ajunsă acasă, Hope s-a închis în camera ei și a plâns în tăcere ore în șir, fără ca nimeni să o vadă și să o aline.

Toată situația a durat 2 luni, timp în care Cleopatra a hărțuit-o permanent. Într-o dimineață, tatăl lui Hope, văzând că fiica lui nu se mai trezește pentru a merge la școală, a bătut la ușa camerei ei, însă ceea ce a văzut l-a îngrozit. Hope, cu chipul răvășit se ruga la Dumnezeu să o trimită la îngeri pentru a fi alături de mama ei. Se cunoștea că fetița nu dormise toată noaptea și că, în tot acest timp, se rugase pentru a fi luată și dusă lângă singura ființă care îi oferise dragostea și atenția necesară. De abia atunci tatăl conștientiză ce greseală imensă a făcut pentru că nu a fost alături de fetița lui și căzu în genunchi în fața unicului său copil, cerându-și iertare.

Cu tatăl de mână, Hope a avut curajul să vorbească la școală despre ceea ce i s-a întâmplat. Cu toții au rămas impresionați de drama prin care a trecut fetița iar cei care au făcut-o să sufere au plătit pentru greșelile lor.

Nimeni nu știe câtă durere ascunde sufletul unui copil ce este victimă a bullying-ului însă acest lucru poate fi prevenit dacă am da la o parte ignoranța și am deveni mai toleranți.

Realitatea dură a fenomenului de bullying

Vlăscianu Daria-Maria, eleva clasa a VI-a
Școala Gimnazială ”Ion Creangă”, Buzău
Prof.îndrumător: Marin Cristina

V-ați întrebat vreodată, ce se ascunde în sufletul unui copil, care este tachinat de colegii săi din diverse motive? V-ați gândit oare, câți trec prin asemenea situații neplăcute zi de zi? Este greu de exprimat în cuvinte ce simte acel copil, căci sufletul lui este fragil și pur asemenea unui înger!

Din păcate, în zilele noastre, acest fenomen de bullying este des întâlnit. Pornind de la cele mai frecvente forme de bullying, care constau în tachinare pe diverse teme și până la cea mai agresivă formă, care constă în violență fizică, bullying-ul face multe victime în rândul celor slabi și sensibili.

Într-una din zile am însoțit-o pe prietena mea la școală pentru a-mi arăta locul minunat în care învață. Mergeam cu pași grăbiți și eram nerăbdătoare. Însă, cu cât mă apropiam mai mult de clasa în care învață, cu atât se auzea gălăgie din ce în ce mai mare. Toți elevii erau strânși în jurul unei fetițe cu părul bălai și cu ochii verzi ca smaraldul și se amuzau pe seama faptului că era mai plinuță, iar hainele îi erau ponosite.

– Nu vezi că din hainele tale curg stele? spuse cu voce groasă un coleg din mulțime.

– Ești grasă și semeni cu o balenă! se auzi atunci glasul unui alt coleg ”binevoitor”.

– Lăsați-mă în pace! Ce fel de colegi sunteți? răsună vocea Anei, care izbucni deîndată în plâns.

Ți se rupea sufletul să o vezi plângând, dar mai ales să observi colegii care trebuia să îi fie prieteni, roiau în jurul ei ca niște hiene gata de atac.

Nu am putut să închid ochii și să stau cu mâinile în sân în fața unei astfel de situații și am luat atitudine.

– Sunteți niște oameni fără suflet! De ce vă jigniți colega? Ce aveți cu ea? Cine vă dă dreptul să aveți un astfel de comportament? ...le-am spus pe un ton hotărât.

– De ce intervii? Nu te amesteca în treburi care nu te privesc! îmi spune Cătălin, zâmbind în colțul gurii, de parcă făcuse vreun lucru demn de toată lauda.

– Dacă nu încetați cu toții în acest moment, mă voi duce la doamana directoare și îi voi spune despre lucrurile urâte care au loc în această clasă! Cu siguranță se vor lua măsuri!

De teamă să nu le fie scăzută nota la purtare, colegii Anei au promis că nu o vor mai

jigni. Acest fenomen de bullying dura de ceva vreme la adresa fetiței, dar ea de teamă și de rușine, nu spusese nimănui. Din copilul plin de viață, vesel, cu zâmbetul mereu pe buze, devenise un copil trist, care nu-și mai exprima sentimentele și se închisese într-o lume a ei.

M-am dus apoi la Ana, am mângâiat-o și am rugat-o să nu dea importanță vorbelor răutăcioase ale colegilor, care nu vor altceva decât să o necăjească.

Mărturisesc că am fost uimită să aflu ce impact negativ poate avea acest fenomen, dacă cei care sunt într-o astfel de situație nu cer ajutor la timp. Urmele traumelor emoționale sunt grave și se vindecă în timp, cu mult ajutor și multă dragoste din partea familiei și a celor apropiați.

Cum să poți fi ajutat, dacă nu vorbești despre problemele tale? Este foarte important ca atunci când ne confruntăm cu astfel de situații să cerem ajutor părinților și profesorilor, pentru că întotdeauna există o rezolvare. În orice colectivitate trebuie să existe toleranță și acceptare. Trebuie să ne înțelegem unii cu alții și să ne ajutăm între noi, căci nimic nu este mai frumos decât o relație de colegialitate bazată pe respect reciproc și înțelegere.

Cât de minunat ar fi dacă fenomenul de bullying ar dispărea! Ce fericiți am fi cu toții! Am trăi într-o lume mai bună și mai frumoasă!

STOP BULLYING-ULUI !

Ungureanu Daria, Clasa a V-a A
Școala Gimnazială nr. 4 Mediaș, jud. Sibiu
Coordonator prof. Vasiu Daniela Grațiana

Marius este un elev în clasa a cincea. El este cam bolnăvicios, iar, din această cauză, colegii își bat joc de el, îl ocolesc și râd pe seama sa. Părinții lui nu au o situație materială prea bună, așa că nu are haine luxoase și de calitate asemenea celorlați copii.

Însă Marius are un atu în fața lor: este cel mai bun din clasă la învățătură. Este generos și bun și vrea să vină în ajutor tuturor. Toți colegii sunt invidioși pe el, fiindcă este mai bun decât ei la ore. Ei se poartă nepoliticos, îl exclud din grupul lor - astfel că stă singur în pauza de masă - , îl agresează constant. Marius își petrece singur pauzele. În multe dintre ele, colegii îi iau mâncarea și i-o aruncă pe jos sau la gunoi, râzând că a rămas flămând, îi smulg șapca din cap, îi scriu pe haină și îi prăfuiesc pantofii în nisip.

Un băiat mai mare, Andrei, a văzut ce se întâmplă cu băiatul agresat, așa că i-a sărit în ajutor. S-a apropiat de el, i-a vorbit frumos, încercând să-i redea zâmbetul și încrederea în sine. L-a întrebat ce materie îi place mai mult și care sunt pasiunile lui. Copilul i-a mărturisit că îi plac foarte mult poeziile, chiar a încercat să scrie câteva, și că se simte foarte bine la orele de limba și literatura română, în lumea cărților unde are voie să fie cine vrea. Poate fi personajul care călătorește pe tărâmul zmeilor, poate alerga în voie prin ,, dumbrava minunată ” alături de Lizuca și de cățelul ei, Patrocle, poate călători pe mare cu eroii din cărți. Mai mult decât atât, în această lume imaginară nimeni nu-i spune că e sărac și n-are haine de firmă.

Andrei a devenit un fel de erou al lui Marius. El l-a încurajat să participe la Olimpiada de limba și literatura română. Marius a învățat mult și a ajuns la etapa județeană și, în final, la cea națională. Colegii din clasă și-au dat seama că au greșit, judecându-l pe Marius și au început să se poarte frumos cu el. Au ajuns chiar să fie mândri că un coleg de-al lor a reprezentat județul la o olimpiadă atât de importantă. Îl felicitau și-l lăudau pentru reușitele lui.

Încet, încet, Marius a ajuns cel mai popular din școala lui, iar copiii agresați și ironizați erau apărați acum chiar de el. Copilul se purta frumos cu toți și îi învăța și pe ceilalți să fie buni, indiferent dacă un coleg era bogat sau sărac, slab sau mai plinuț, scund sau înalt. Se purta frumos chiar și cu cei care l-au ironizat și agresat în trecut.

Morala este să nu fim răi cu ceilalți, chiar dacă ei s-au purtat urât cu noi, pentru că oricine merită a doua șansă. Ar fi bine ca mereu să ne punem în locul celorlalți, să nu aruncăm cu vorbe grele, spuse la întâmplare, care pot afecta mult sufletul cuiva, să nu judecăm lumea după cum se îmbracă sau cum arată ca să evităm ca acea persoană să devină retrasă și speriată.

Copiii trebuie iubiți!

Colongin Gabriela, clasa a V-a C
Colegiul Național ,,Traian Lalescu" Reșița
Prof. îndrumător: Hamat Liliana

În țări, în orașe , în școli, pe stradă, pretutindeni se regăsesc mulți copii care sunt victimele bullyngului. Astăzi am să vă spun povestea lui Darius, un băiat de doisprezece ani, care a fost victima acestui fenomen.

Într-o zi, în clasa a V-a venise un băiat nou, care era cu un an mai mare decât media clasei. Din diverse motive, un an părinții îl ținuseră acasă, așa că Darius începuse școala mai târziu decât ceilalți copii. Acesta era de etnie romă și venise într-o clasă de copii de altă etnie decât a lui. Darius era înalt, șaten, avea ochii de culoarea verde, ca iarba proaspătă a primăverii, purta aparat dentar, care încerca să-i îndrepte dinții și era îmbrăcat sport. Venise cu gândul de a învăța foarte bine și de a-și face mulți prieteni, dar nu se astepta la ceea ce urma să i se întâmple…

El se așezase în prima bancă, lângă un alt băiat blond cu ochii albaștri. După ce Darius a fost prezentat noilor săi colegi, diriginta a început să predea lecția, iar el începuse să scrie. După terminarea primei ore, Darius a vrut să se împrietenească cu noii săi colegi. Aceștia, când băiatul vruse să vorbească cu ei, începuseră să râdă, să fugă de el, să-l jignească sau să-l lovească.

Darius suportase o lună aceste umilințe și aceste lovituri ce păreau să doară din ce în ce mai tare.

Într-o bună zi, însă, în acea clasă sosise un alt băiat vesel, care urma să fie salvarea lui. Acest băiat se numea Casian, era un băiat cu ochi verzi, roșcat, cu pistrui și cu un zâmbet larg, o fire veselă și optimistă, așa cum i se citea pe chip. Casian se așezase lângă Darius, în ciuda țipetelor disperate ale colegilor. Aceștia țipau la băiatul nou, spunându-i să nu se așeze lângă băiatul rom, ironizându-l pe acesta din urmă. După puțin timp, acești doi băieți au devenit cei mai buni prieteni. Bineînțeles că acum și Casian era exclus din cercul celor agresivi, dar, spre deosebire de Darius, acesta nu era jignit și nici lovit.

La un moment dat, într-o bună zi, diriginta copiilor, văzând că atmosfera din clasă nu se detensionează, a convocat un consiliu profesoral al clasei ei. Toți profesorii clasei a V-a au discutat aproape două ore despre problema lui Darius. În cele din urmă, aceștia au

decis să meargă într-o excursie și să facă anumite activitați care să-i determine pe copii să-l accepte pe Darius și să se înțeleagă cu el. După ce ideea a fost pusă în aplicare, copiii nu l-au mai jignit pe Darius și acesta a început să se simtă acceptat. Totul devenise minunat!

Din această întâmplare trebuie să învățăm că bullyingul este un lucru îngrozitor, care scoate ce e mai rău din copiii care îl practică, transformându-i în niște ființe ce reprezintă un pericol social, niște persoane nedemne de respect.

Ajutați copiii victime ale bullyingului! Copiii nu trebuie jigniți, ei trebuie iubiți și prețuiți!

File de viață- Povestea Sofiei

Crașovan Bianca, clasa a V-a C
Colegiul Național ,,Traian Lalescu" Reșița
Prof. îndrumător: Hamat Liliana

Astăzi vă voi povesti o întâmplare despre o fetiță pe nume Sofia. Aceasta are unsprezece ani. Fetița și-a creat un cont de Instagram fără acordul părinților.

A început să posteze câteva fotografii cu ea. După un timp, fetița a primit mesaje foarte urâte de la persoane anonime. Aceștia îi spuneau lucruri răutăcioase și o batjocoreau, spunându-i cuvinte nepotrivite. Sofia le- a ignorat o vreme, dar după o perioada de timp lucrurile s-au agravat: comentariile urâte s-au înmulțit, iar jignirile erau tot mai dese. Fata a început să se sperie deoarece o abordau conturi necunoscute.

Într-o zi, ajungând la școală, a fost încolțită de colegii ei de clasă, transformați în niște adevărați monștri, care au secat-o de puținele puteri rămase. Nu mai știa ce să facă, lucrurile deveneau tot mai rele, iar teama ei mai mare. Într-un final, o profesoara a surprins ce se întâmplă în pauze și a anunțat-o pe dirigintă. Aceasta, uimită de faptele elevilor ei, a aplicat o pedeapsă drastică, iar pe Sofia a ajutat-o, vorbind cu ea și anunțându-i părinții.

Sofia a înțeles că a făcut o greșeală majoră,facându-și acel cont de Instagram.

În sfârșit, lucrurile au încetat, iar Sofia nu a mai fost victima bullyingului. Acum fata a învățat să nu mai facă acțiuni fără acordul părinților și să nu se mai ascundă de ei. Mai mult, ea a conștientizat că mediul on line poate fi extrem de periculos, mai ales pentru un copil naiv, care crede că în lume există doar oameni buni și frumoși și care, datorită inocenței și lipsei de experiență, se poate transforma într-o victimă sigură a celor răi. Așadar nu uitați : oricine poate fi victima bullyingului, oricât de puternic ar fi!

„Bullying”

Burlacu Ecaterina, clasa. a V-a A,
Scoala Gimnazială Nr. 12, Botoșani
Îndrumător, prof. Buhaschi Daniela

Pe tărâmul Violenței se află un băiat cu numele Bullying. El era înalt, blond, cu ochii albaștrii, dar era foarte rău. Jignea pe oricine, iar din acest motiv nu avea prieteni.

- Ce gras ești, semeni cu un dovleac! zise Bullying unui copil.

De fiecare dată, Bullying privea nepăsător la copiii cu defecte fizice, dar el nu își dădea seama că avea un defect mai mare, care era moral: Nu avea respect!

Într-o zi, pe tărâmul Violenței a venit o doamnă în vârstă. Bullying trece pe lângă ea și îi spune:

- Ce mare e alunița de pe fața ta, seamănă cu un gunoi! Doamna se intimidă și merse tot înainte, tristă. Copiii nu mai au acel respect....

Lui Bullying îi plăcea tărâmul Violenței. Își dorea să stăpânească el tărâmul și să o elimine pe Zâna Prieteniei, căreia îi place lui să îi spună „Urâta Prietenie”.

Tărâmul Prieteniei era mereu un oraș întunecat și trist. Lumea nu ieșea din casă, iar copiii stăteau pe telefoane și se jigneau sau se loveau între ei. În acel tărâm doar o singură persoană era veselă, iar aceea era Zâna Prieteniei. Ea locuia pe un munte, într-o casă foarte colorată.

A trecut un an, doi, trei și Bullying nu-și schimba comportamentul. Acum, băiatul era trist și foarte singur. Era așa de rău, încât comportamentul lui s-a răspândit în toată lumea.

- Ești prost! spune un copil de 6 ani care l-a auzit pe Bullying spunându-i asta.

A ajuns să fie el cel jignit de ceilalți. Nu știa ce să facă, așa că a chemat-o pe Zâna Prieteniei, chiar dacă nu o suporta. În acel moment nu avea de ales.

Zâna i-a spus băiatului:

- Este vina ta, dragă Bullying, nu ai ascultat. Nu este frumos să vorbești urât despre ceilalți. Cum te-ai comportat urât cu alții așa se comportă și ei cu tine. Tu nu i-ai jignit doar, i-ai făcut să se simtă inutili!

Ca să rupi blestemul, trebuie să-ți îndrepți greșeala! Trebuie să te duci să cauți persoanele pe care le-ai jignit și să le ceri scuze, dar din inimă.

- Bine, voi încerca, dar nu promit nimic!

Bullying a căutat toți copiii pe care i-a jignit și le-a cerut scuze. Fiecare scuză a lui Bullying ajuta la ruperea blestemului.

După ce i-a spus Zânei că a respectat sfaturile primite, Bullying a fost numit Prietenie, iar sufletul lui devenea bun pe zi ce trece. Tărâmul îi poartă astăzi numele, a devenit tărâmul Prieteniei.

Zâna Prieteniei este bucuroasă că lumea se respectă!

BULLYING-UL NU AJUTĂ!!!

„LANTERNA”

Vitalyos Anna, Bagoly Agota, clasa a VI-a
Covasna
Prof. îndrumători: Szilagyi Andrea, Szocs Levente

Numele meu este Beni și am 13 ani. Odată mi s-a întâmplat că m-am dus într-o tabără de dans, unde am fost umilit,....de către ceilalți participanți. Nici astăzi nu prea știu de ce! Poate pentru că eram cel mai bun dansator de acolo? Pentru că nu eram ca ceilalți? Pentru că sunt nou? De ce mi se întâmplă TOATE astea tocmai mie????

În fine...să încep cu începutul...

Când am ajuns în tabără totul părea că este ok, nu prea aveam cu cine discuta, dar cu asta m-am obișnuit deja. Sunt un singuratic. Așa și era până într-o noapte când am primit un sms prin telefon de la CINEVA sau de la MAI MULȚI „CINEVA” cu următorul text:

„Dacă nu aduci banii tăi de buzunar astă seară la poartă, vei fi mai bogat cu câteva vânătăi albastre! Să nu cumva să spui ceva cuiva, că vei avea probleme și mai mari’.

M-am speriat. Tremuram.Toată noaptea nu am dormit! Ce să fac? Reîncepe nebunia??? Abia ne-am mutat aici și speram că în școala asta nouă, cu colegii noi...și tata îmi zicea așa. Dar dimineața era acolo realitatea.

M-am uitat în portofel, aveam vreo 40 de lei și cu frica în piept (inima bătea așa de tare că simțeam că leșin ca o fată) m-am dus la poartă cu banii.I-am pus acolo unde mi s-a cerut (sub o piatră, exact la intrare, la stânga) și am fugit ca din pușcă.Inițial am vrut să las ceva bani la mine pentru o cola, o înghețată, dar până la urmă i-am dat și pe aceia. Oricum nu mai contează.

Am fost foarte speriat, nu reușeam să mă liniștesc, nici dansul nu mai mergea cum trebuia. Care dintre colegi o fi? Și de ce? Care? Mihai poate fi nervos pe mine că dansul lui individual mi-a fost dat mie. Oare el este? Sau este Radu, pe el l-au pus să fie în cameră cu mine și știu că el vroia să fie cu Dan. Sau toți?

Ziua a trecut cum a trecut, câteodată eram cu tot sufletul în dans. Clipele acelea erau frumoase. În rest...stăteam singur, mă jucam cu telefonul numai să treacă timpul. Știi, nu-mi plac pauzele. Sunt foarte lungi, foarte foarte lungi. O dată a venit la mine Florin, vroia să fim prieteni sau nu știu ce...alt luzer din tabără. Enervant. Mai mic ca mine cu vreo 2 ani,

este în clasa a IV-a. Nu-mi permit să mă vadă ceilalți cu el! O să fiu și mai mult tachinat! I-am zis că valeeeaaa.....săracul a plecat cum a venit.... Nenorocitul. Dacă nu m-ar vedea ceilalți poate aș sta de vorbă cu el. Este ca mine...

În timpul pauzei a venit la mine profesorul de dans și m-a întrebat ce mai fac? Cum mă simt? A fost drăguț. Am zis desigur! :) că mă simt bine, că totul e OK.

Oare și-a dat seama de ceva? Sper că nu! Sau aș putea să zic lui ceva? Oricum nu m-ar putea ajuta. Așa a fost și la școala cealaltă. Nu s-a întâmplat nimic. Adică s-a continuat cu

.....

.....

.....Seara după ce am mâncat (era tocăniță de cartofi așa cum îmi place mie cu castraveți în oțet :) mă jucam pe telefon când deoadată vine un SMS. Credeam că e de la părinții mei, dar desigur nu a fost așa.

A venit un mesaj nou:

„Să lustruiești pantofii pe care îi găsești la intrare! Ai 2 ore! SĂ FIE IMPECABILI! Dacă nu, viața ta va fi un COȘMAR! SĂ NU CUMVA SĂ ZICI CUIVA CEVA!"

Să lustruiesc pantofi? Și dacă mă vede cineva? De unde să am perie? Și trebuie să caut un loc unde nu mă văd ceilalți! Și de unde să iau cremă sau aia nu trebuie? Și oricum e noapte, nu văd nimic. Ce bine că mi-am adus lanterna de acasă a tatălui meu, care este una foarte de calitate. Măcar lumină o să am!

Când am deschis ușa erau 5 perechi de pantofi acolo. Am început să îi lustruiesc cu periuța mea de dinți și o dată când am luat unul dintre pantofi mi-am dat seama că pe acesta l-am văzut astăzi în timp ce dansam. L-am reținut pentru că era exact la fel ca al lui, al lui..... nu vreau să-mi amintesc de el! Și atunci mi-am dat seama!

Este Dan! Tocmai Dan!?

Am curățat pantofii cât de repede am putut, deși unii erau plini de noroi de la excursia făcută de ceilalți astăzi. În final erau curați, speram să le placă și lor. Lanterna mi-a fost de mare ajutor, dar în cameră nu o mai puteam folosi, și abia am reușit să-mi găsesc patul în întunericul de acolo.

Următoarea zi a trecut cu frică.Seara după ce am mâncat, profesorii ne-au pus în grupe de câte 6 pentru a juca jocul acela imbecil de „Căutătorii de comori" în noapte. Noi trebuia să alergăm prin curte și să găsim niște semne, comori lăsate acolo. Am nimerit într-o grupă cu Dan. Dan este mai mare ca mine, este în clasa a VIII.-a, este un băiat foarte cool,

are prietenă, are de toate. Mi-e frică de el, sunt un nimic când el apare.

Grupa avea voie să folosească o singură piesă, care să ne ajute! Cu inima în dinți le-am propus să folosim lanterna mea de la tata pentru că este într-adevăr foarte bună. Nu m-au ascultat, dar nimeni din grupă nu avea lanternă, numai pe telefon aveau lumină slabă. Le-am zis încă o dată că am o lanternă profesională, și pentru că timpul ne presa m-au lăsat să-i o aduc. Desigur Dan era căpitanul echipei noastre, dar avea nevoie de lumină, adică de lanterna MEA! și m-a luat lângă el. Poate îi place mai mult să învingă decât să mă umilească?!!!

Și încetul cu încetul m-am liniștit și când am început să găsim așa-zisele comori ascunse ne-am bucurat cu toții împreună. După o oră de joacă m-am simțit bine lângă el, lângă ei! Mă rugam încontinuu să nu se termine bateria lanternei....și am avut o dată și eu noroc și nu s-a terminat! Am câștigat concursul, Dan era fericit, toată echipa era fericită!

După premiere Dan a venit la mine și mi-a mulțumit. Nu a zis nimic, s-a uitat lung la mine, și a scos din buzunar 40 de lei.

- Sunt ai tăi, mi-a zis!
- Mulțumesc- am răspuns.

Mulțumesc și eu lanternă! Mulțumesc Tată!

Te întrebi dacă suntem prieteni? Nu știu. El a avut nevoie de o lanternă, iar eu o aveam. Am câștigat un joc împreună. Atât.

Eu însă am învățat ceva**:**

E bine să ai la tine o lanternă! :)))) Ce o fi lanterna aia, unde o fi?

Sper că în interiorul fiecărui copil!

Mâna prieteniei

Gregoretti Sebastian, Oprea Mario, Daczo David clasa a VI-a B,
Școala Gimnazială "Ștefan cel Mare", Galați
Coordonatori: prof. Bahrim Mihaela, consilier şcolar Şuşnea Simona

Andrei este un elev foarte silitor, care de curând s-a mutat cu familia într-un cartier nou. Bineînțeles că și-a schimbat și școala, integrându-se într-un nou colectiv. De la început a fost privit cu suspiciune, dar asta nu l-a oprit să își caute un prieten. Numai că în vreme ce se bucura de aprecierea profesorilor, din partea colegilor, invidie.

Într-o zi obișnuită și-a găsit locul ocupat de un alt coleg. Era o provocare din partea lui Sergiu, un fel de lider al șmecherilor. Când Andrei s-a îndreptat spre locul său, Sergiu i s-a adresat cu un ton superior, chiar destul de nepoliticos:

− Ia să văd ce o să faci acum, istețule, aragaz cu patru ochi?! O să mă înfrunți? Crezi că notele alea grozave te ajută cu ceva?

− Nici nu vreau să te impresionez, dacă nu ți-ai dat seama până acum, eu sunt un elev silitor cu un scop în viață, nu ca tine, un pierde vară.

În clasă se făcuseră două tabere și mă așteptam la o încăierare.

Victor, un coleg de-al meu, care semănă mult cu mine, mă privește și mă poftește la el în bancă:

− Andrei, pune-ți lucrurile la mine în bancă.

După, am ieșit în pauză, dar în spatele nostru , Sergiu ne-a urmărit cu un singur scop, să ne marginalizeze.

Andrei află de gestul lui Sergiu și îi explică că nu vrea să ia locul cuiva și că vrea doar să aibă niște prieteni.

Victor îl aprobă pe Andrei, iar Sergiu, pentru un moment se lăsă convins. Va rezista?

A doua zi Sergiu intra în clasa și nu îi mai supară dar în schimb se poarta cu indiferenta iar asta nu îi deranjează pe Andrei și Victor.În schimb a treia zi au loc discuții destul de interesante, protagoniști fiind cei doi. După ora de franceza, Andrei și Victor merg la banca lui Sergiu și nu se lasă ușor de oprit. L-a întrebat de ce îi face placere să se simță mai tare ca el, de ce îi face placere să îl puna la pământ, și el îi explica că o face pentru că la rândul său pățește aceeași chestie acasă.

După câteva săptămâni Sergiu,Victor și Andrei sunt cei mai buni prieteni, se înțeleg

și toți au note foarte mari la scoală, dar un lucru este cert, Andrei a fost una dintre multele victime ale bullyngului.

Când Andrei va împlini 18 ani vrea să creeze o asociație împotrivă bullyngului. Asociația lui va stârni mult interes și va ajuta mulți tineri.

Andrei încearcă să combată bullyngul și ne dă sfaturi :

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Cuvântul „bullying" nu are o traducere exactă în limba română, însă poate fi asociat cu termenii de intimidare, terorizare, brutalizare. Bullying-ul nu presupune existența unui conflict bazat pe o problemă reală, ci pe dorința unor persoane de a-și câștiga puterea și autoritatea, punându-i pe alții într-o lumină proastă. Fenomenul bullying poate fi prezent în orice tip de comunitate, în grupuri sociale, unde persoanele interacționează unele cu altele: la școală, la locul de muncă, în familie, în cartiere, în biserică, în mass-media, chiar între țări etc.[3] Se creează astfel o stare de conflict, care nu poate fi depășită decât dacă se conștientizează existența fenomenului.

Putem discuta despre bullying fizic, verbal, sexual sau psihic. Manipularea, bârfa, constrângerile, criticile, minciunile, zvonurile, satirizarea, comicul exagerat adresat unei persoane sau unui grup de persoane (în clasă, în cancelarie, pe holuri, în curtea școlii etc.), diferențelor pe care acestea le prezintă (înălțime, greutate, culoarea ochilor, culoarea părului, nivel cognitiv, potențial de învățare, rasă, etnie, religie, dizabilitate, tip de familie, nivel de cultură etc.) constituie comportament de tip bullying.

În concluzie bullyingul poate fi tratabil iar persoanele care îl practica pot fi pedepsite chiar și cu amenzi.

Clasele a VII-a – a VIII-a



Nessie, monstrul din oglindă

Sultan Elia, clasa a VII-a C
Şcoala Gimnazială „Alexandru Ciucurencu” Tulcea
Prof. coordonator: consilier şcolar Paraschiv Nicoleta

Denisa era o fată inteligentă, frumoasă și sociabilă. Îi plăcea să joace fotbal cu băieții, se înțelegea bine cu toată lumea și zâmbea mereu. Avea părul lung și negru, cu reflexii albăstrui, iar ochii îi erau verzi ca smaraldul. Se considera o fetiţă drăguţă, atractivă, pentru că părinţii, colegii şi unii profesori nu o dată îi spuseseră că este frumoasă.

La începutul clasei a VI-a, în avântul preadolescentin, în căutările propriei identităţi, a decis că e vremea să facă o schimbare în stilul ei. De aceea, a renunţat cu uşurinţă la părul ei frumos vălurit şi s-a tuns scurt, aproape ca un băiat. Ea era mai băieţoasă de fel: căuta compania colegilor din clasă pentru că se simţea mai bine în preajma lor, jucau fotbal şi discutau împreună meciurile urmărite în weekend la televizor. Era altfel decât fetiţele din clasă, dar asta nu deranja pe nimeni, nici pe colegi şi cu atât mai puţin pe Denisa. Noua tunsoare care îi împodobea chipul gingaş şi frumos a surprins-o un pic în seara în care s-a întors de la salon: se uita cu insistenţă în oglindă şi căuta să recunoască trăsăturile nedescoperite până acum. Parcă nu recunoştea ochii aceia care îi păreau prea mari, nasul care parcă nu era atât de îndrăzneţ şi urechile care nu ieşiseră până acum la iveală din părul său care îi mângâia umerii. A adormit cu greu, cu imaginea sa nouă din oglindă, care i-a dat o uşoară nelinişte: „Oare cum o vor primi mâine colegii de clasă? Ce vor zice prietenii şi coechipierii ei de la fotbal? Dar Vlad?”. Părerea lui conta mai mult decât a celorlalţi. Erau într-o permanentă competiţie în clasă şi Vlad se supăra chiar când băieţii îi spuneau că Denisa joacă fotbal la fel de bine ca el. Nu concepea să-şi dispute titlul de „cel mai bun fotbalist al clasei” cu o fată. O avalanşă de gânduri nerostite au frământat-o întreaga noapte şi tot cu ele s-a trezit în minte dis-de-dimineaţă.

În clasă a ajuns mai devreme ca de obicei pentru că se trezise în zorii zilei şi nu mai avea răbdare să ajungă la şcoală. Când a apărut în cadrul uşii, colega ei Claudia era deja în clasă şi a exclamat uimită: „Vai, Denisa! Dar ce ţi-ai făcut la păr?”. Nu s-a supărat pentru că nu avea o relaţie apropiată cu fetele şi ştia că nu o înţeleg. Dar îi aştepta pe colegii săi, pe Vlad să vină şi să-i spulbere îndoielile cu privire la trăsăturile ei, care erau acum mai pronunţate şi poate nu tocmai frumoase. Şi coşmarul a început: fiecare care intra în clasă

scotea exclamaţii de uimire şi dezaprobare, care au culminat cu jignirile lui Vlad: „Ce te-a apucat? Nu vezi în ce hal arăţi? Dar nu ştiam că eşti aşa de urecheată!...Ha, ha! Şi nasul ăla ţi-a crescut aşa, peste noapte! Eşti un monstru, Denisa! Cu gura aia aşa mare să ai grijă, să nu ne înghiţi! Ce-i cu gâtul ăla, aşa de lung, ca de girafă? Zici că eşti Nessie!....” Şi hohotele puternice de râs din clasă au făcut să-i ţiuie urechile. Nessie, Nessie, repetau în cor 20 de glasuri de fete şi băieţi, printre hohote de râs. A ieşit într-o secundă şi nici nu ştie cum a ajuns în baie, în faţa oglinzii, care-i confirma toate cele spuse de Vlad: erau acolo şi gura prea mare, urechile imense şi gâtul acela dizgraţios care părea că nu se mai termină. Şi numele Nessie îi răsuna încă în urechi... Era dinozaurul acela din fotografia studiată la ora de geografie, când doamna profesoară le-a amintit de lacul Loch Ness din Scoţia. Creatura asemănătoare cu un dinozaur, al cărei gât lung ieşea din apele învolburate, speriind pe toţi, a apărut în ochii Denisei, chiar în oglinda în care se privea... Denisa .....Nessie... Lacrimile îi curgeau şiroaie inundând smaraldul ochilor....

Poate la fete s-ar fi aşteptat să nu aprecieze tunsoarea ei băieţească, chipul ei cel nou, dar băieţii.... Băieţii erau prietenii ei, cu care juca fotbal şi trebuia chiar azi să dezbată scorul meciului de sâmbătă seară. S-a întors în clasă, intrând după profesor, când faţa i se zvântase puţin, dar persista roşeaţa care îi dădea de gol slăbiciunea aceea care este numai a fetelor, de a plânge...

În timpul orei şi-a pus toate speranţele în pauza care urma: sigur au uitat de Nessie şi vor ieşi din bănci ca să se adune la banca lui Vlad, cel mai bun jucător de fotbal, ca să discute meciul de sâmbătă. Va merge şi ea, Denisa, să-şi spună părerea despre offsaid-ul din minutul 45 care a schimbat soarta echipei lor preferate. Sigur îşi vor aminti colegii că este ea, Denisa, cea care e întotdeauna atentă la detaliile jocului şi-i surprinde cu amănunte peste care ei treceau cu uşurinţă la meciurile privite.

Dar clopoţelul sună şi aduse cu el glasul lui Vlad, imediat după ieşirea profesorului din clasă: „Hei, dar Nessie s-a întors cam udă din lac! Loch Ness este locul tău, nu la noi în clasă! Dar ce arătare monstruoasă!”. Şi şerveţele de hârtie cădeau asupra ei, strigându-i să-şi şteargă lacrimile ca să nu-i inunde asemeni dezgheţului de după era glaciară. Vlad a îndreptat blitzul telefonului spre Denisa, strigând: „Pozăm creatura necunoscută să trimitem savanţilor s-o cerceteze... Monstrul din Loch Ness nu mai este în Scoţia, s-a arătat la noi în clasă...” Hohotele de râs ale întregii clase, ale fetelor şi ale băieţilor deopotrivă, i-au inundat urechile Denisei, iar şiroaiele de lacrimi n-au mai putut fi oprite decât la intrarea profesorului, care anunţa începerea orei a doua.

Întreaga zi de şcoală a fost un coşmar, iar el a continuat şi în zilele şi în săptămânile care au urmat. Nessie era porecla Denisei, însoţită de grimase înspăimântătoare care întăreau că este un monstru, o creatură dizgraţioasă şi înfiorătoare, ce provoca teamă tuturor. Nici vorbă de jucat fotbal în pauza mare sau la orele de educaţie fizică. În timp ce Vlad, căpitanul echipei, conducea meciul, Denisa îi privea timidă printre ochiurile plasei ce înconjura terenul, ascunzându-se de privirile băieţilor, pentru a nu le stârni din nou batjocura.

Nici acasă nu-şi mai regăsea liniştea pentru că numele Nessie îi revenea în tihna camerei ei, însoţit de hohotele batjocoritoare de râs şi grimasele înfiorate ale colegilor. Şi când învăţa la geografie, istorie sau fizică fotografia monstrului din Loch Ness se suprapunea peste filele manualelor, iar în caietele de limba română şi matematică apărea monstruoasa creatură dintre exerciţiile temelor pentru acasă. Nu o dată a trebuit să rupă pagina în care-şi scrisese tema pentru a nu observa mama, tata sau doamna profesoară petele lăsate de lacrimile ei care cădeau peste literele de cerneală. Notele mici au început să ameninţe catalogul şi carnetul de note, iar kilogramele acumulate în nopţile în care golea sertarele cu dulciuri au ieşit la iveală în două săptămâni de chin.

Denisa se simţea singură în faţa monstrului din Loch Ness care o urmărea obsesiv la şcoală şi acasă, în banca ei din clasă sau în patul din camera ei în care perna era umedă seară de seară, cu lacrimile care nu se mai uscau. Simţea că lupta cu monstrul o sfârşeşte şi fizic şi psihic pentru că era inegală: el avea de partea lui toţi băieţii din clasă, foştii prieteni ai Denisei, şi câteva colege, iar ea nu o avea decât pe Ioana, cea care nu o dată a venit la banca ei, sau după ea, în baie, să-i usuce lacrimile cu vorbe de încurajare: „Nu lua în seamă răutăţile lui Vlad!”, „Tu pentru mine eşti frumoasă chiar şi aşa, cu părul scurt, iar părul îţi va creşte în curând.” „Nu te necăji că nu mai joacă fotbal cu tine. Oricum fotbalul nu este un joc de fete. Hai mai bine să jucăm volei!”. Voleiul îi era străin Denisei, dar constată că odată intrată pe teren, împreună cu Ioana, pasele îi ieşeau bine, ceea ce o făcea pe colega ei să exclame cu admiraţie: „Denisa, dar tu chiar ai talent la volei! Hai cu noi în echipă!”. Însă Denisa nu juca volei decât cu Ioana, era singura ei bucurie să schimbe pase reuşite şi să audă exclamaţiile admirative ale colegei sale.

La începutul lunii noiembrie, Ioana observă că Denisa se îngrăşase peste măsură, ceea ce făcea ca băieţii să exclame cu mai multă răutate: „Ia priviţi la Nessie, mănâncă oameni în timpul liber! De-aia se îngraşă aşa! Feriţi-vă de ea, că vă mănâncă!”. Totodată notele luate de la începutul şcolii anunţau viitoare corigenţe. Atunci Ioana hotărî că este momentul ca doamna dirigintă să afle ce se întâmplă în colectivul lor, de la începutul clasei a VI-a. Nu ştia cum se va rezolva situaţia, dar considera că este datoria ei morală să facă

ceva pentru a schimba atmosfera aceea incendiară din clasă, în care toţi o marginalizau pe Denisa, batjocorind-o şi hărţuind-o de atâtea săptămâni.

Doamna dirigintă i-a mulţumit Ioanei în discuţia privată pe care au avut-o, pentru că a reuşit s-o ajute să-şi explice schimbările observate de ea însăşi la Denisa. De atunci, orele de dirigenţie au devenit întâlniri în care s-au purtat discuţii deschise despre calităţile şi defectele fiecărui copil din clasă, ajutându-i să se cunoască mai bine. Nimeni nu uită nici acum ora de dirigenţie, în care au dezbătut tema: „Toţi suntem egali, toţi suntem diferiţi". Atunci l-au auzit pe Vlad recunoscîndu-şi ca defecte infatuarea, impulsivitatea şi lipsa de empatie şi apreciind la Denisa calităţi precum inteligenţa, autocontrolul şi sociabilitatea. Şi calităţile Denisei au continuat să apară pe buzele tuturor colegilor în exerciţiul propus de doamna dirigintă: „Apreciez la tine că...." În întâlnirile care au urmat, doamna i-a provocat la introspecţie şi empatie, să descopere emoţiile trăite studiind cazuri de copii de vârsta lor, care se confruntau cu diverse neplăceri provocate de colegii de clasă. Prin „Caruselul emoţiilor" au înţeles tristeţea, durerea, umilinţa, izolarea, disperarea şi înstrăinarea pe care le pot provoca prin hărţuire şi intimidare unui coleg. Şi deşi numele Denisei nu a fost pomenit niciun moment în cazul dat spre studiu de doamna dirigintă, toţi au înţeles că acelea au fost emoţiile ei, provocate timp de două luni prin bullying.

Denisa este acum în echipa de volei a şcolii, căpitan de echipă, iar colegii o respectă şi o admiră pentru că a ieşit mai puternică din situaţia neplăcută pe care i-au provocat-o. A scăpat de obsesia monstrului din oglindă pentru că îşi cunoaşte calităţile morale pe care le apreciază colegii de clasă şi doamna dirigintă, iar trăsăturile fizice ale chipului din oglindă se estompează în comparaţie cu trăsăturile sufletului ei. Şi-a recăpătat încrederea în forţele proprii şi ştie acum că orice problemă are o soluţie, iar când nu o poate găsi singură, este necesar să apeleze la un adult: profesor, părinte sau consilier şcolar. A-ţi plânge de milă, a te complace în situaţia-problemă în care te afli nu te ajută la nimic. Emoţiile negative sunt constructive atât timp cât ne motivează, ne mobilizează să acţionăm pentru ieşirea din problemă, dar emoţiile disfuncţionale ne împiedică să mai acţionăm în sens pozitiv.

Clasa a VI-a A este acum o familie unită, în care toţi copiii o privesc cu încredere pe doamna dirigintă, care i-a învăţat cât de mult înseamnă respectul faţă de semeni, că nu te respecţi pe tine însuţi dacă nu-i respecţi pe ceilalţi. Copiii îşi cunosc acum calităţile şi defectele şi ştiu că tocmai diferenţele dintre ei fac colectivul mai frumos, mai atractiv, mai interesant. Doar toţi, împreună, sunt mai puternici şi pot trece peste toate greutăţile!

Stop bullying! - **Cioburile durerii**

Irina Roibu, clasa a VII a C

Școala Gimnazială Sf. Nicolae Târgu-Jiu
Prof. coordonatori: diriginte, Liliana Călugăru, consilier școlar, Liliana Ocolișanu

Razele soarelui străbat aleile și curtea școlii. Spre prânz vremea este mult mai călduroasă. Când clopoțelul sună, toți elevii dau năvală pe holuri, în curte sau către magazinul școlii. Fiecare își dorește să vorbească și să își consume energia pe care unii cu greu și-o stăpânesc în timpul orelor, astfel încât liniștea dispare, iar lanțul vorbelor elevilor devine din ce în ce mai zgomotos.

Din loc în loc, câte un profesor are grijă să țină totul sub control...fiecare așa cum poate.

Două fetițe cu codițe merg vesele, cu zâmbetul pe buze, spre zone mai îndepărtate ale curții școlii. Se țin cot de cot și chicotesc întruna. Se bucură de o nouă zi minunată. Însă, dintr-o dată, se opresc speriate. Expresia lor calmă și fericită căpătă o nuanță tristă și îngrozită. Inimioarele lor încep să bată din ce în ce mai tare. Una dintre ele începu brusc să clipească rapid din ochi...încercă să își rețină o lacrimă. Colega ei o trage instinctiv de cot, dar ea rămâne cu privirea ațintită spre acel loc.

Nu trebuia să vadă așa ceva. Prin ochii lor inocenți și puritatea din obraji au văzut rezultatul unei agresiuni. Au văzut cum cineva ajunge singur, pierdut, dezlipit de o viață liniștită pentru totdeauna din cauza unui agresor.

Deodată clopoțelul sună de intrare. Cele două fetițe tresar, însă ea pare că nu l-a auzit, cu toate că începe să se grăbească și să se agite puțin. De sub mânecă scoate ceva ce ținea ascuns...îi dă drumul. Se uită plină de durere la încheietura mâinii ei. Șiroaie de sânge se scurg pe antebraț. Atunci își întoarce capul și le observă pe cele două fetițe. Acestea, aproape panicate, o iau la fugă spre clădirea școlii. Fata se ridică. Merge atât de ușor încât pare că nu atinge pământul. Se îndreaptă spre clasă.

Fiecare își reia activitatea lui.

Cui îi pasă de o fată ca ea? Ciudată, retrasă, depresivă și singură. Toți sunt într-o alergare. Colegii o batjocoresc, iar profesorii o mustră. Părinții îi dau pedepse și îi interzic tot ce iubește. Este așa datorită cui? Se gândește cineva, de ce a ajuns așa? Îi pasă cuiva? Poate că există asociații, poate că există oameni cu onoare care se îngrijesc de cei decăzuți. Dar oare ei cunosc toate aceste situații? Oare o știe cineva? Dacă lumea asta nu își dă seama de marea greșeală pe care o face, în curând omenirea o va lua pe calea depresiei și a chinului.

Dacă fiecăruia dintre noi i-ar păsa și ar încerca să prevină sau să ajute așa cum poate un om abuzat de violență fizică, verbală sau psihologică, ne-am putea îndrepta.

Fata are dreptate dacă se simte singură. Oamenii ca ea sunt singuri și asta este cea mai gravă boală a sufletului. Toate acestea din cauza unui om cu probleme, care vrea putere...care simte nevoia și plăcerea de a agresa.

Într-o clasă de învățământ primar, în spatele clasei este o bancă mică, dezordonată. Așezat pe scăunel, un băiețel de vreo zece anișori stă și ascultă în tăcere lecția. Însă el...e acolo, în lumea lui. Fața lui expresivă este un infinit de emoții triste și negative. Ochii săi înroșiți sunt dovada lacrimilor vărsate frecvent de acest elev. Nu răspunde la ore niciodată, nici atunci când este întrebat. Rămâne mut, cu buzele încleștate pentru a nu izbucni în acel plâns de copil care face milă oamenilor sensibili.

În pauză se ascunde cât mai mult în micuța sa bancă. Colegii se amuză din orice pe seama lui și își amintesc de momentele decăderii lui. Toți îi spun că-i diferit, toți de el își bat joc, spunându-i cu un zâmbet de răutate: „Te victimizezi!”. El închide ochii, însă îi scapă câteva lacrimi. Se afundă și mai mult în el însuși. Simte un dezgust pentru lumea din jurul lui. Ar vrea uneori să agreseze și el fetele care îi fac același lucru, însă e prea lipsit de putere. Toți îl fac analfabet din cauza notelor mici pe care le are. S-a săturat să învețe, s-a săturat să fie tratat la fel, orice ar face. După atâtea jigniri, inclusiv el a ajuns să creadă că este un nimic...că el nu reprezintă nimic...este doar un deșeu pentru toată lumea. De ce ajung copiii și oamenii în astfel de situații îngrozitoare? Aceste stări nu vin așa, pur și simplu. Cei din jur le provoacă. Cei din jur sunt vinovați. Este ca și cum un detectiv ar trebui să fie mereu la fața locului pentru a descurca situația. Dar cine să vină? De unde să îl aducem pe Hercule Poirot sau pe Sherlock Holmes?

În prezent, noi cei din jur trebuie să facem ceva. Trebuie să spunem STOP BULLYING! Pentru a proteja viețile altora...dacă fiecare ar gândi așa și pentru celălalt, atunci toți am trăi în pace și ne-am putea spune că avem în sfârșit o viață normală, liniștită, frumoasă.

Pe câteva rânduri ale unui carnețel, băiețelul își notase: ”Nimeni nu mă iubește, sunt singur! Trebuie să accept asta...Sufăr și ajung victima unor colegi care au început să râdă de mine deoarece nu am mamă! Vai! Cât o mai iubeam...acum...am rămas singur în grija unor bunici cărora puțin le pasă de viața mea...de mine...Sunt singur, luat peste picior mereu, fără apărare, și mereu voi fi.”

Indiferent de motiv sau situație cei din jur nu au dreptul să te atace verbal sau fizic, doar pentru că te cred diferit sau doar pentru că ei au nevoie să se creadă puternici, pentru că altfel s-ar simți inferiori.

Băiatul își lipește buzele de o pată mare și vânătă de pe mână. A rămas cu o traumă. Acolo l-a lovit unul dintre colegi cu pumnul, zicându-i: „Nu ești bun de nimic! Nu ai pe nimeni! Meriți să porți un semn ca să știi cine ești...un nimeni!”

Există multe situații asemănătoare. O mulțime de agresori, cu o multitudine de motive. Unii fac acest lucru pentru a părea puternici, alții pentru a se simți satisfăcuți, iar unii din invidie. Mare patimă este invidia, căci îți macină sufletul și psihicul, împingându-te să faci lucruri îngrozitoare. Te trezești bătându-te cu cineva și spunând cuvinte jignitoare, iar dacă unii realizează greșeală, este prea târziu. Traumele deja sunt provocate, atât fizice, cât și psihice. Un lucru banal s-a transformat într-un adevărat conflict. Dintr-un simplu motiv, oricare ar fi el...din cauza orgoliului și egoismului.

Dacă fiecare ar încerca să își țină în frâu agresorul din el și flăcările furiei, atunci lumea ar fi cu un plus mai bună.

Toți trebuie să ne implicăm. Dacă nu suntem uniți și dornici să ajutăm, atunci agresorii vor continua să fărâme sufletele în bucăți, să facă viața unui om mii de cioburi care lasă urme de sânge atât pe piele, cât și în inimă.

Să spunem STOP BULLYINGULUI ori de câte ori avem ocazia. Atât cât poate fiecare...cât de mici am fi în lumea asta. Victemele BULLYINGULUI nu sunt singure. Există speranță pentru salvarea lor. Noi cei din jurul lor trebuie să le oferim speranță și încredere.

Viața însăși este o încercare. Printr-un simplu gest de ajutor sau de a arăta că ne pasă putem oferi o a doua șansă unui om singur și pierdut, speriat de agresori.

Eu spun STOP BULLYING...eu vreau să îi ajut. Să îi ajut să înțeleagă pe cei agresați că nu sunt singuri. Să îi fac pe agresori să înțeleagă că ceea ce fac este în zadar și conform legii vieții cândva, mai devreme sau mai târziu, toate acestea se vor întoarce împotriva lor și vor regreta traumele făcute, dar va fi prea târziu.

STOP BULLYING are o mulțime de semnificații. Sunt două cuvinte, pe care fiecare le poate rosti...două cuvinte salvatoare. Oricine se simte singur trebuie să știe că noi suntem aici! Și noi vom ajuta.

Fiecare are dreptul la o viață liniștită, sănătoasă, cu bucurii. Mereu vom fi alături de cei abuzați, mereu vom fi aproape de sufletul lor. Vom încerca să protejăm acest suflet atât de fragil care în urma unei simple traume, poate să se spargă într-un infinit de cioburi ale durerii.

Coșmarul

Bîrhală Miruna, clasa a VII-a A
Școala Gimnazială ,,Iorgu Radu" Bârlad
Profesori coordonatori: Popa Maria-Mihaela, Bodea Jenica

Ce zi! Doamne, ce zi! Sunt printre cei mai buni din clasă, căci eu sunt marcatorul numărul unu la fotbal. Și să am tocmai eu ghinionul ăsta? Era într-o marți, nu în treisprezece, când doamna dirigintă a intrat cu zâmbetul ei șiret de veveriță și ne-a anunțat că vom avea un nou coleg de clasă – nu mă deranja, mai veniseră și alții - , ne-a invitat să-l primim cu brațele deschise și să-l ajutăm să se adapteze grupului. Și atunci a început totul: pe ușă s-a ivit... vărul meu. Iar doamna m-a rugat să-i fac loc pe scaunul pe care stă ghiozdanul meu. Ceva mai rău nu se putea!

Cu mișcări lente, melculoide, mi-am restrâns hotarul, i-am zâmbit și i-am făcut semn să se apropie. Îi sclipeau ochii. Era tot ce-și dorise: să fim colegi! Cu cine? Eu cu unul care habar nu are de un chiul, de o copiuță, de un joc de glezne! Și-a scos caietele învelite, liniate, cărțile perfecte și s-a lăsat ușor să se așeze pe scaun, dar ... scaunul s-a deplasat un pic – așa singur, eu sigur nu am făcut nimic - , nu mult, iar vărul...a luat contact cu solul. Era atât de debusolat! Toți s-au întors și au început să râdă! Ce urât! M-am ridicat, cu un surâs abia stăpânit, i-am întins mâna și i-am urat bun venit. Se mai întâmplă. Așa e pe un teritoriu nou! Problema e că atunci când domnul profesor l-a întrebat de unde vine, el s-a ridicat, piciorul meu a făcut o mică rotație și vărul și-a regăsit poziția pe podea. Hohotele au fost și mai și. I-au dat lacrimile, ochelarii i s-au umezit, iar eu - eu ce vină am avut -, am fost apostrofat să am grijă de Gâdac, ca o prescurtare de la nume și prenume. Nu mi-a venit bine. Ce, eu sunt bonă? L-am ridicat iar, uitându-mă la el urât.

Azi - o căzătură, mâine – un caiet zburător, o temă dispărută, apoi cocoloașe în păr, începuse să fie plăcut. Împreună cu ceilalți i-am pus o sticlă cu apă fără capac în geantă, când a plecat spre casă, de râdeau și cei de la alte clase, i-am răsturnat cutiile cu lapte pe lângă bancă – din greșeală, nu eu, de data asta chiar nu am fost eu. Apoi am jucat ,,cu mască fără mască" și l-am votat câștigător pentru poza în care i-am răsturnat în cap coșul de gunoi – chiar nu știu cine a venit cu ideea, dar m-am mirat că nu am avut-o eu. Tăcea, lacrimi îi apăreau în colțurile ochilor și zâmbea inocent. Pe de o parte mă bucuram că nu se plânge, iar pe de alta, nu îl înțelegeam. Nu mi se plângea, nu mă întreba nimic, nu-i zicea tatălui său, nu se plângea dirigintei. Într-o seară, cam de Hallowen, am găsit farsa potrivită: să-l trimitem să ducă el coșul de gunoi, în care am pus petarde legate de un fir. Fizica a

funcționat: pe scări s-au auzit bubuituri, apoi un țipăt. Am înlemnit. Nu era de spaimă, era de durere. Toți ne-am privit înghețați.Toți ochii s-au întors spre mine. Oare aveam vreo vină? Alergam disperați, eu parcă având smoală la picioare și capul greu. Parcă-mi stătea inima. Imagini din copilărie, când ne jucam într-o piscină gonflabilă..., un camion rupt în două mânuțele copiilor ce am fost ..., un cățeluș speriat ..., lacrimile noastre împreunându-se în același timp cu mânuțele noastre... perne aruncate și hohotele noastre fericite ..., ultima mângâiere a mamei lui...tristețea din ochii lui....ochii lui... ochii lui. Acum era pe scări și privea neputincios spre piciorul ce nu voia să-l asculte. Deja ajunsese profesorul de serviciu și totul a început să se deruleze cu o viteză amețitoare. Nu știu când a venit ambulanța, când l-au urcat și când el a început să strige după mine. Nu știu când și cum am ajuns acolo, în ambulanță, dar știu că am auzit pe cineva că trebuie să mă întindă și pe mine, că sunt livid. Eu...eu ...livid, dar nu eu aveam nevoie de ajutor. Pe el îl durea, lui îi ieșise osul...Atunci am înțeles. Și ce era mai dureros era că tot el încerca să mă calmeze, repetându-mi calm:

- O să fie bine. Liniștește-te! O să fie bine.

Nu era bine, dar trebuia.

La spital ne așteptau doctorii și tatăl lui. A fost o noapte lungă. El în sala de operații, eu pe hol, lângă unchiul și părinții mei. Am plâns și am povestit totul. Unchiul m-a privit fără o vorbă, apoi mi-a întors spatele supărat. L-am auzit spunând că regretă că l-a adus în școala noastră. Ai mei nu înțelegeau cum am putut să fiu un așa băiat.

În noaptea aceea nimeni nu a dormit. Colegii mi-au dat mesaj că au rămas la școală să explice tot ce s-a întâmplat, că au venit diriginta, doamna profesor consilier, doamna directoare, părinți, toți cu fețe mohorâte, întunecați și că ei au povestit tot ce s-a întâmplat. Toți au șters mesajele de pe internet, poze, profiluri. Am făcut la fel. În zori am intrat la vărul meu: era calm, mă privea fără ură, dar i-am spus că și eu sunt vinovat în mare parte, eu dădusem tonul, eu nu îi sărisem în ajutor. A zâmbit.

Peste o săptămână s-a întors la școală. L-au întâmpinat cu urale și l-au dus pe brațe pe vărul meu, căci învățăm la etaj. M-am ridicat la oră și mi-am recunoscut vina, apoi și ceilalți au spus cam ce au făcut. Doamna dirigintă ne-a recomandat să mergem și noi la consilier. Mergem cel puțin o dată pe săptămână și am descoperit că formăm o echipă grozavă. În fiecare zi, vine câte un părinte din clasă și îl duce sau aduce pe vărul meu cu mașina până la școală, dar el abia așteaptă să scape de ghipsul de la picior. Ne-am schimbat. Toți ne dorim să se recupereze cât mai repede. Vremea când erau răutăcioși a devenit un „a fost odată ca niciodată". Vărul meu a avut dreptate, e bine.

POVESTEA MEA, A TA, A ALTORA

Șuhani Larisa, Neamți Naomi-Magdalena, Ludvig Larisa Daniela, cls. a VIII-a
Școala Gimnazială Săcălaz, Jud. Timiș
Prof. coordonator: Flueraș Adina-Brîndușa

Eu eram o persoană veselă și fericită, care se bucura de zilele frumoase, de natură, de tot ceea ce era în jurul meu. Eram așa cum vă povesteam până la un moment dat. De câteva săptămâni, un coleg de clasă a început să se ia e mine, să mă judece, să mă critice, să-și bată joc de mine. Nu l-am provocat deloc așa că nu înțelegeam de ce face acest lucru și de ce m-a ales tocmai pe mine. După ce au apărut aceste probleme zâmbetul de pe față a dispărut, nu am mai fost așa de veselă pentru că de fiecare data mă gândeam la jignirile lor. Nu mai aveam poftă de mâncare, am devenit din ce în ce mai tristă și mai închisă în mine până am ajuns să am depresie. Era teribil! Plângeam în fiecare seară, simțeam durere în suflet aveam o dispoziție proastă iar în mintea mea auzeam numai vocile acelea care își bateau joc de mine, de felul în care arăt și de înălțimea mea. Mă tot gândeam că nu există nicio cale de ieșire, eram tot mai retrasă cu fiecare zi care trecea, nu mai doream să vorbesc cu cei din jur și plângeam mai mereu.

Într-o zi, o colegă de-a mea, o fată cu un suflet foarte bun m-a încurajat și a început să-mi spună lucruri care să mă consoleze, să mă liniștească și să mă susțină. Eu, pe măsură ce mă simțeam tot mai tristă îi ignoram pe cei din jur, nu mai vedeam și nu mai auzeam lucrurile bune, și … la un moment dat nu mai auzeam nici măcar jignirile. Am încercat să ignor tot ceea ce se întâmpla, să-mi spun că nu este ceva grav și că mă descurc singură cu tot ceea ce se întâmplă dar, de fapt, aveam nevoie de sprijin. Astfel, i-am spus mamei despre problemele de la școală. Pe măsură ce discutam cu ea și puneam în aplicare sfaturile primate suferința și durerea se micșorau, am început să zâmbesc mai des și să fiu mai veselă. De asemenea, am primit un mesaj deosebit de la o colegă de clasă –abia atunci am înțeles ce înseamnă prietenia și încurajarea. Aceasta este povestea mea și experiența mea din ultimul timp.

Prin această experiență pe care am împărtășit-o cu voi aș vrea să vă fac să meditați la cateva aspecte și să înțelegeți anumite lucruri:

- ✍ Nu îi crede pe cei care te judecă și te critică mereu; fii veselă mereu, iubește-te așa cum ești, ești frumoasă în felul tău;

- ✍ Nu uita să te bucuri de lucrurile bune din jurul tău și nu te concentra doar asupra lucrurilor neplăcute;
- ✍ Prețuiește persoanele și nu îți bate joc de ele pentru că într-o zi, poate, nu le vei mai avea;
- ✍ Nu judeca și nu critica pe alții; prima data încearcă să afli, să descoperi ce se află în sufletul celuilalt. Încearcă să-l cunoști, împrietenește-te cu toată lumea care te place;
- ✍ Nu accepta ca alții să te judece iar dacă, totuși, fac acest lucru nu accepta ca fiind corect ceea ce ei spun;
- ✍ Alege să fii o persoană corectă, bună, loială, de încredere; alege să faci bine, nu rău și, poate, răul se va risipa iar acea persoană care te-a jignit va dori să-ți fie prieten;
- ✍ Iartă și mergi mai departe!

Iată unul dintre mesajele cele mai încurajatoare pe care mi l-a transmis o prietenă după ce i-am povestit totul:

”În ziua de astăzi majoritatea copiilor sunt judecați pentru felul cum se îmbracă sau arată, de aceea nu trebuie să asculți vorbele altora, pentru că nu toată lumea vrea să te vadă cu zâmbetul pe buze. De asemenea, puțini oameni înțeleg că este important să fii mulțumit pentru tot ceea ce ai, nu pentru haine scumpe sau de firmă. În momentul în care învățăm să fim mulțumiți cu ceea ce avem acest lucru se va vedea și în comportamentul nostru, chiar și pe fața noastră printr-un zâmbet larg.

Chiar dacă bluza pe care o porți nu este scumpă sau dintr-un magazin renumit, eu sunt convinsă că tu arăți minunat cu ea, așa că *Hai...capul sus și zâmbetul pe buze!* În felul acesta ceilalți vor înțelege că nu au cum să te doboare.

Sunt convinsă că ai în jurul tău și oameni frumoși care sunt alături de tine, așa că profită din plin și arată-le afecțiunea ta... și tu vei primi afecțiune la rândul tău. Învață să apreciezi gesturile mici pentru că ele sunt foarte importante și vei fi mult mai câștigată dacă faci acest lucru din tot sufletul tău.

Iar dacă vreodată ți-ai dori să te răzbuni, fă acest lucru *prin comportamentul tău bun față de celălalt, prin voioșie, dragoste și blândețe*, ... acest gen de reacție îi vă deranja cel mai mult pe cei care te supără. *Fii tare*...**ești puternică...***iubește-ți viața cu bune și cu rele*, **noi credem în tine!**”

DIFERIT NU ÎNSEAMNĂ NEAPĂRAT RĂU

Văduva Alexia, clasa a VIII-a B
Școala Gimnazială ”Iuliu Hațieganu”, Cluj-Napoca
Prof. coordonator: Simona Moldovan

Uneori, viața îți poate da peste cap toate visele pe care le ai, iar acest lucru i se poate întâmpla oricui.

Erin este o fetiță în vârstă de 8 ani, frumoasă și deșteaptă, dar toate aceste calități sunt puse în umbră de către problema acesteia ce o împiedică să aibă prieteni. Încă din primele clipe ale vieții ei, doctorii au sesizat o malformație la unul dintre degetele de la mâna stângă. Erin este sănătoasă, dar sufletul ei suferă din cauza acestei probleme. Degetul mijlociu al fetiței este mai mare decât celelalte și acest lucru o împiedică să fie asemeni celorlalți copii.

Părinții sunt singurele persoane în care Erin are încredere, aceștia o fac să zâmbească, dar lipsa de prieteni o întristează, deși ea *ascunde* acest lucru părinților, din dorința de-i proteja. Aceștia nu știu faptul că este *batjocorită* de colegi, *exclusă* intenționat din grupul clasei de la diverse activități sau felul în care se simte în astfel de momente. De asemenea, învățătoarea deși o apreciază foarte mult pentru rezultatele școlare, acesta nu intervine în nici un mod atunci când Erin este pusă în *situații jenante*, când nici un coleg nu dorește să muncească cu ea în grup, ba mai mult chiar le permite indirect să o *excludă* ținând cont de afirmațiile acestora că le este frică să lucreze împreună cu ea, să nu fie nevoiți să o atingă sau să o vadă.

Caracterul acesteia era destul de puternic, deoarece ducând lipsă de prieteni și neputând să vorbească cu nimeni despre acestă problemă, ea continua să vină zilnic la școală și să învețe.

Posibilele cauze care generează **problema de bullying** ale lui Erin ar putea fi malformația acesteia și modul în care este privită de către colegii care au o *batjocoresc* de câte ori au ocazia, mai mult, când vorbesc despre ea, nu-i folosesc numele ci i-au dat o *poreclă*, și atitudinea lui Erin de a se simți *intimidată* și a ascunde ceea ce simte, este o barieră pentru cei care ar putea să o ajute.

Soluțiile care ar putea rezolva situația de bullying a lui Erin, ar fi mutarea acesteia la o altă școală sau schimbarea atitudinii învățătoarei și a colegilor de clasă.

Mutarea la o altă școală ar putea fi o soluție de moment, e posibil ca acolo să

întâlnească colegi mai deschiși să o accepte pe Erin, inclusiv fizic, având aceea malformație, dar toate acestea sunt presupuneri.

Rămânerea în aceeași școală și clasă și găsirea de soluții pentru situația lui Erin, ar putea fi pe termen lung, mult mai benefică pentru toată lumea.

Astfel, se poate apela la consilierul școlar care să intervină pentru schimbarea acestei situații.

Consider că, ar fi necesar ca Erin și colegii săi, să fie informați despre modul în care se simte o persoană *respinsă, exclusă, jignită* pentru ceva care nu a depins de ea, o malformație.

Activitățile de grup prin care elevii ar putea învăța cum să relaționeze cu ceilalți, chiar dacă nu sunt asemeni lor, ar putea fi o variantă pentru a schimba modul de gândire și acceptare al celuilalt. Aceste activități, ar putea fi susținute de către studenții de la facultatea de psihologie, care probabil s-ar putea apropia mai mult de colegii lui Erin prin joc.

Probabil, ar fi necesară și o informare a colegilor lui Erin, privind siguranța sănătății lor, asistenta medicală a școlii le-ar putea explica despre diferența între o boală care se transmite și ceva fizic, cum este malformația lui Erin, care nu-i afectează pe ei în nici un fel, chiar dacă ar atinge-o.

Ideal ar fi ca și dna învățătoare să fie învățată, de către consilierul școlar, cum să acționeze în astfel de situații delicate și să nu permită sub nici o formă bullying-ul.

Deasemenea, părinții ar putea să apeleze și ei la consilierul școlar, să reușească să-și cunoască mai bine copilul și nevoile lui, și modul în care să-l susțină pe acesta.

Concluzionând, indiferent de modul în care arăți sau ce probleme ai, este important să spui cuiva ceea ce te deranjează. Erin, a început cu stângul viață socială, dar cu un pic de ajutor și implicare din partea persoanelor din jurul său, fetița a primit șansa la o altă viață la care probabil doar visa în ascuns.

Tabla de şah

Sucală Patricia Maria, clasa a- VIII-a A
Şcoala Gimnazială „Ştefan Pascu” Apahida
Prof. coordonatori: Moldovan Ileana, Marcov Eleonora

Pentru o persoană de culoare, poate fi greu să trăieşti într-o comunitate de „oameni albi”. Acest fenomen se numeşte rasism şi este întâlnit și în rândul copiilor, din păcate...

Chiar în şcoala unde studiez eu, acum câteva săptămâni, am primit vestea că vom avea parte de un coleg nou. Toţi eram foarte bucuroşi la gândul că vom avea încă un prieten în plus, cu care să mergem în parc, la teatru, cu care să ne distrăm. Am aşteptat toţi cu sufletul la gură sosirea noului amic... până in ziua sosirii, când am aflat că este o persoană de culoare.

În mintea mea nu s-a schimbat nimic. Kana a rămas persoana cu care voiam să-mi petrec timpul, să povestim, să învățăm împreună, indiferent de culoarea pielii. Dar pentru restul colegilor mei, Kana era o umbră, de care lumea se ferea, unii îl umileau, strigând în spatele lui cuvinte jignitoare, iar eu nu înţelegeam de ce.

Într-o zi plăcută, cu soare, am rămas cu Kana în parc să ne jucăm. Colegii mei erau şi ei în parc, dar ne ocoleau, râdeau, aruncând cu ghemotoace de hârtie în el. Kana era foarte trist şi nu ştia cum să reacţioneze, aşa că am hotărât să-l ajut eu.

Am ajuns acasă la mine şi împreună am elaborat un plan, pe care urma să-l punem în aplicare a doua zi, la şcoală. Înainte de toate, m-am consultat cu Kana încă o dată, să mă asigur că e de acord cu planul. Ne-am înțeles ca el să citească în faţa clasei povestea vieții lui, să îşi prezinte viaţa, satul natal, familia şi prietenii de acolo, cum se joacă ei, cum trăiesc, să vorbească despre poporul său. În timp ce acesta citea discursul pregătit, colegii mei au căzut pe gânduri şi au realizat că şi Kana este la fel ca ei: are o familie numeroasă, dar frumoasă, bucurii și greutăți, prieteni de încredere, chiar şi un animăluţ de companie. Singurul lucru diferit era culoarea pielii.

După acea experiență lucrurile au început să se schimbe la noi în clasă. Am devenit mai apropiați, mai toleranți, mai umani.

A doua zi, am mers toţi la cinema, am mâncat îngheţată. Colegii s-au împrietenit cu Kana și l-au acceptat printre noi. Eram foarte bucuroasă să îl văd fericit. În sfârşit, se simţea în largul lui.

Dacă nu te-am convins că rasismul este o formă de bullying foarte dureroasă , te sfătuiesc să mergi în bucătărie, iar din frigider să alegi două ouă, unul alb şi unul mai inchis la culoare, să le spargi şi vei vedea că în interior sunt structurate exact la fel. Ambele au câte un albuş şi câte un gălbenuş. Ce le deosebeşte este coaja, atât. Trebuie să înţelegem că nu culoarea pielii contează, ci sufletul omului și că violența nu poate rezolva nimic, ea distruge! Dragostea și acceptarea este un izvor de putere, de evoluție, de umanitate!

Stop violenţă!

Dinu Georgiana–**Alexandra**, clasa a VIII-a
Şcoala Gimnazială Alexandru Odobescu Urziceni
Prof. îndrumător: Ştefan Adrian – Viorel

În urmă cu ceva timp, am luat parte la o întâmplare dintre câţiva elevi din şcoala mea care a avut într-un final un sfârşit fericit.

Era o zi de joi, iar noi am ieşit de la şcoală la ora 17. Eram în drum spre casă alături de un grup de prieteni şi m-am decis să intru puţin în magazinul de pe colţ pentru a-mi lua ceva de băut. Ceilalţi au spus că mă vor aştepta afară cât timp îmi cumpăr o sticlă de apă. După ce am ieşit din magazine am observant că prietenii mei se luat de o fetiţă mai mica, încercând să obţină bani de la ea. Când i-au luat banii au împins-o, după care au intrat şi ei în magazine pentru a-şi lua şi ei ceva.

Atunci am alergat către fetiţă pentru a o ridica şi i-am dat înapoi suma de bani pe care prietenii mei i-au luat-o. I-am spus că voi vorbi cu ei să nu mai facă astfel de lucruri. Ea a plecat, iar ei au ieşit din magazin cu tot felul de dulciuri. Le-am spus că nu este bine cum au procedat, însă ei nu m-au luat în seamă. A doua zi, la şcoală, acelaşi grup de prieteni era în curtea şcolii aşteptând pe cineva. Atunci a ajuns cu ghiozdanul în spate şi fetiţa de care s-au luat. Fără să mai treacă câteva clipe, au început să ţipe la ea. Imediat am intervenit, luând-o de mână şi spunându-le să-şi ceară scuze. M-au întrebat de ce îi iau apărarea şi mi-au spus că dacă nu îi dau drumul mă vor exclude din grup. Le-am zis atunci faptul că prietenia lor falsă nu îmi va lipsi şi am plecat imediat la director pentru a-i spune cele întâmplate. Acesta mi-a spus că am procedat bine iar în momentul în care am ieşit din biroul său am fost întâmpinaţi de grupul de copii care au venit să-şi ceară iertare şi care au promis că nu se va mai întâmpla.

De atunci ei au ajutat toate persoanele care se aflau în ipostaza copilei. Această întâmplare m-a făcut să văd că în oameni nu există numai răutate, ci şi bunătate.

O poveste despre bullying

Chiper Crina, clasa a-VIII-a A
Şc. Gimn. "Manolache Costache Epureanu", Bârlad, judeţul Vaslui
Prof. îndrumator: Dinovici Irina

Majoritatea dintre noi ne-am confruntat probabil cu bullying-ul. Acest tip de comportament este unul ostil, ce poate răni emoţional. Nu trebuie să recurgem la această manifestare deoarece îl înjosim şi pe cel asupra cui îl folosim, cât şi pe noi. Dar totul se poate schimba aşa cum s-a schimbat în povestea mea.

La marginea unei grădini era un stup plin cu albine. Albinele lucrătoare luau polenul doar de pe un anumit câmp de flori, ce îl cunoşteau foarte bine. Într-o zi pe acel câmp a apărut o floare nouă cu o înfăţişare foarte diferită de celelalte. Când albinele au trecut pe deasupra florii aceasta le-a strigat să vină să ia polen şi de la ea. Acestea s-au întors spre floare şi au început să râdă de ea, spunându-i că nu ar lua niciodată polen de la o floare atât de urâtă. Albinele au plecat iar floarea a început să plângă. Când au ajuns la stup albinele încă se mai amuzau pe seama florii şi s-au sfătuit între ele ca atunci când şi celelalte albine vor vedea floarea să o ocolească. În acel moment o albinuţă din stup a auzit toată povestea şi a început să se simtă vinovată pentru fapta făcută de surorile ei, aşa că a doua zi când s-au dus să culeagă polen albinuţa s-a dus la floare, care încă plângea şi a întrebat-o dacă poate să culeagă polenul de la ea. În acel moment floarea s-a oprit din plâns şi s-a uitat la albinuţă. Albinuţa i-a zâmbit. Floarea s-a încruntat puţin şi a întrebat-o pe albinuţă de ce vrea să culeagă polen de la ea dacă celelalte au spus că nu vor face asta niciodată. Atunci, albinuţa şi-a cerut iertare în numele surorilor ei, pentru că au râs de ea. În acel moment, floarea şi-a deschis petalele şi a lăsat albinuţa să-i ia polenul. După ce a terminat, a ajuns la stup şi a făcut miere din polenul pe care l-a luat de la floare. Când a fost gata a pus albinele să o guste. Acestea s-au bucurat deoarece mierea ieşise atât de bună. După ce au terminat-o de mâncat au întrebat-o din ce polen a făcu mierea. Zâmbind a spus ca a făcut-o din polenul florii pe care au jignit-o. Atunci toate albinele au lăsat capul în jos de ruşine şi s-au dus pe câmpul unde era floarea. Au ajuns la ea şi au început să-i spună cat de frumoasă este, ce polen dulce are şi câte şi mai câte. Floarea le-a iertat dar în adâncul sufletului rămăsese "veninul" de la " înţepăturile albinelor".

Povestea mea întruchipează realitate prin intermediul lumii animalelor. Albinele reprezintă grupul de persoane ce judecă aparenţele, dar nu şi albinuţa care a făcut faţă

presiunii grupului şi s-a ghidat după sentimente. Floarea reprezintă persoanele firave şi vulnerabile, dar bune la suflet.

Bullying-ul poate avea consecințe grave asupra persoanelor dacă le rănim emoțional. Oricât am încerca să le "coasem" sufletul la loc cu vorbe dulci şi fapte bune, doar îl vom "peticii" căci el tot "rupt" este. Sufletul nu este vreun card de memorie să-i putem da resetare oricând dorim noi, deci trebuie să avem grijă cum ne jucăm cu vorbele şi faptele, s-ar putea să rănim. O metodă pentru a repara într-un fel fapta noastră este să conştientizăm ceea ce am făcut şi cât de mult a suferit acea persoana.

SPUNEȚI STOP BULLYING!

STOP BULLYING!
BUNĂ, SUNT AMELIA!...

Lazăr Carmen Adina, clasa a VIII-a B
Liceul Tehn. „Nicolae Teclu”- Copșa Mică/Șc. Gimnazială Nr. 3 – Copșa Mică, jud. Sibiu
Coordonator prof. Grecu Gianina

Bună! Sunt Amelia, sunt din Washinton D.C., am șaisprezece ani și aproape o sută de kilograme! De ce vă spun asta? Doar ascultați-mi povestea... Am primit „diagnosticul” de obezitate la vârsta de trei ani. De atunci, kilogramele mele au fost mereu un motiv de batjocură. La școala generală, primeam mereu porecle răutăcioase, iar colegii mei veneau câteodată îmbrăcați în porci în sala de clasă, purtând în piept ecusoane cu numele meu. Singurul meu prieten era un cățeluș șchiop care mă înțelegea mereu. Erau zile în care, de frică, nu mă duceam la școală. Colegii aruncau cu mâncare în mine și mă băteau.

La liceu, deși am mai crescut, lucrurile nu s-au schimbat foarte mult. Și aici, greutatea mea este un motiv de râs. Totuși ceva s-a schimbat. Batjocura și bătăile s-au intensificat, violența fizică și verbală asupra propriei persoane căpătând amploare.

La un moment dat, am cedat și am căzut într-o depresie din care nu știam dacă voi reuși să supraviețuiesc. Mama a venit de multe ori la școală pentru a vorbi cu profesorii, dar nimeni nu a făcut nimic.

Astăzi, luni, situația mea se agravase destul de mult. Câinele meu, singurul meu prieten protector și devotat, ca să fie în asentimentul meu, se stinge din viață. Simt cum depresia îmi invadează întreaga ființă, starea mea de sănătate agravându-se. Cu o ultimă fărâmă de speranță, m-am hotărât să consult un psiholog.

Nu avem foarte mulți bani, iar ai mei muncesc zi și noapte ca să avem ce pune pe masă și să nu ne pierdem casa. Plata unui psiholog ar fi peste puterile financiare ale familiei...

Într-o zi, la rugămințile mamei, m-am dus la liceu. Toți îmi făceau poze pe care scriau mesaje groaznice la adresa mea, postându-le, apoi, pe internet. Am ajuns acasă plângând, iar în capul meu a fost un singur lucru - „Ce rost mai are să trăiesc dacă sunt o povară pe umerii tuturor?” – viața nu mai are niciun sens, trebuie să se termine acum. Într-o clipă de criză existențială, am luat un pumn de pastile, câteva ore mai târziu, trezindu-mă într-un spital. Mama plângea pe scaunul din salon. Privindu-i disperarea din ochi, mi-am dat seama de ce făcusem. Nu mă mai suportam, nu doream să mai fiu tratată ca un animal.

După o lună de recuperare, m-am pus pe slăbit. Făceam sală trei ore pe zi și îmi făcusem o dietă perfectă pentru mine...

Bună, sunt Amelia, sunt din Washinton D.C., am șaptesprezece ani și am șaizeci de kilograme! După un an am ajuns să slăbesc formidabil de mult. Am un corp perfect în urma unei operații de micșorare a stomacului, a unei diete echilibrate și a sportului în principal. Mâine mă întorc la școală și sunt curioasă de cum vor reacționa colegii.

Bună, sunt Amelia, sunt din Las Vegas, am douăzeci și cinci de ani și sunt milionară! După atâția ani, mi-am împlinit visul, am devenit actriță, iar în timpul liber, sunt și profesoară de fitness. Dețin trei centre pentru persoanele cu dizabilități, deschise în memoria cățelului meu. Părinții mei trăiesc în același oraș cu mine, pe o stradă prosperă din Los Angeles, într-o vilă unde nu simt lipsa banilor. Ei au avut grijă de mine, acum, am eu grijă de ei.

În prezent, scriu o carte ce surprinde probleme generate de fenomenul „bullyingului". Anual, milioane de copii sunt agresați verbal, fizic sau prin intermediul online datorită aspectului fizic, financiar sau din cauza neputinței de a se apăra. Pentru acești tineri am un sfat: „Urmați-vă visele, spuneți cuiva ce vi se întâmplă, unui profesor, părinților! Aceștia te pot ajută să depășești o situație critică. Într-o zi vei ajunge mai bun ca ei, iar aceste persoane vor deveni inferioare ție, dar nu le trata în același fel, căci NU RĂSPUNDEM LA RĂU CU RĂU!!!"

Deschide-ți ochii și cere ajutor, altfel vei ajunge în prag de sinucidere! Fiecare pierdere e un gol imens, chiar și în inima unui necunoscut...

AGRESIVITATEA ÎN ȘCOALĂ

Pângăleanu Cătălin, Clasa a VIII-a A
Școala Gimnazială nr. 4 Mediaș, jud. Sibiu
Coordonator prof. Vasiu Daniela Grațiana

Una dintre problemele cu care societatea se confruntă în zilele noastre este agresivitatea. Aceasta se manifestă în diferite medii: la școală, la serviciu sau în mediul online. Cu toate acestea, ea este cel mai des întâlnită în școli. Fenomenul este adesea numit „bullying”.

Pe parcursul celor aproape opt ani pe care i-am petrecut în școala gimnazială am întâlnit diverse situații de acest gen. Una care m-a impresionat mult, pentru că am reflectat timp îndelungat la aceasta, lăsându-mi sufletul frământat, chiar plin de remușcări, și care mi-a rămas impregnată în suflet, a avut loc în timpul clasei a șaptea.

La începutul anului școlar trecut, clasei noastre i s-a mai alăturat un elev, Cosmin. Acesta era din altă localitate și se mutase împreună cu familia în orașul meu. Colegii mei au privit cu reticență venirea noului elev. Aceștia, văzând că noul nostru coleg este printre cei mai buni și apreciați elevi din clasă, au fost cuprinși rapid de invidie. Zi de zi ei au început să îl jignească. Băiatul nu a fost acceptat în niciunul dintre grupurile de prieteni din clasă. Colegii încercau să îl facă să nu se simtă bine la școală, chiar dacă nu voiau să recunoască. Nu îl tolerau în preajmă, schimbau repede vorba sau tăceau brusc când acesta se apropia de ei, făceau grimase vizibile absolut intenționate când trecea pe lângă ei.

Cu timpul, noul nostru coleg devenea din ce în ce mai trist, mai abătut, se simțea exclus. El a încercat să vorbească mai mult cu colegii pentru a se putea integra, dar inițiativa lui a rămas fără niciun folos. Într-o zi, el a vorbit cu doamna dirigintă despre problemele sale, care, la început, i-a certat pe colegi, aceștia devenind și mai distanți față de el. Stima de sine era vizibil scăzută, iar comportamentul colegilor și-a pus amprenta asupra modului în care el a înțeles relația, colaborarea, înțelegerea cu cei din jurul său.

Mi-am dat seama că acele răutăți au depășit limitele toleranței și treptat-treptat, am încercat să abordez subiectul noului nostru coleg în diverse discuții alături de colegi. Le-am spus că poate e bine să-l cunoască mai întâi așa cum este și apoi să-și facă o părere despre el. După numeroase încercări, i-am convins să îl invite la un restaurant din centrul orașului. Băiatul a acceptat destul de reticent, gândindu-se că poate va fi supus altui șir de ironii și răutăți. Totuși, a considerat că e ocazie bună pentru a-și arăta adevăratul caracter. La

restaurant s-a dovedit a fi manierat și amuzant și am descoperit că aveam multe preocupări comune. Colegii mei au început să îl placă și să-l accepte.

De atunci, el a devenit un prieten apropiat al colegilor mei. Aceștia și-au cerut scuze pentru comportamentul lor nepotrivit, plin de invidie și de păreri preconcepute.

În concluzie, agresivitatea nu este de folos nici agresorilor, dar nici celor agresați. Copiii se pot dovedi a fi buni prieteni dacă manifestă înțelegere, răbdare, tact și pornesc de la ideea că toți sunt egali.

În fond, așa cum considera Mahatma Gandhi „Toleranța este celălalt nume al libertății”.

Manifest despre neiubire

Cotaru Elena-Ştefania, clasa a VIII-a
Licel Tehnologic „Simion Leonescu" Luncaviţa, Tulcea
Prof. îndrumători: Arcuş Bristena, Manolachi Maria

...Oamenii pot fi uneori foarte egoişti şi pot să discrimineze în orice zi şi în orice moment, Un exemplu clar pot fi chiar eu...o fată simplă, de la ţară, care nu pot spune că am o situaţie financiară strălucită! Sunt marginalizată în fiecare zi de aproape orice coleg de clasî. NU doar situaţia financiară mă face să mă simt foarte prost, dar şi lipsa mamei care s-a îmbolnăvit de o boală cruntă numită cancer. Când aud cuvântul „mama" spus de fiecare dată cu aceeaşi gingăşie, gândul îmi tresare, faţa mi se luminează, iar sufletul mi se umple de bucurie!

Colegii la şcoală îmi spun lucruri foarte urâte care-mi răsună în auz până în noapte, târziu: „poate că mama ta a murit deoarece nu şi-a mai suportat propria fiică". Aceste lucruri mă răneau, mă rănesc şi mă vor răni cât timp voi rămâne în această şcoală. Cu situaţia financiară sunt foarte obişnuită!. Uneori mă încurajez singură, dar cuvintele sunt de prisos.

Mi-aş dori să scap de oamenii care mi-au făcut rău. Sărăcia m-a făcut să mă maturizez foarte mult, dar cuvintele colegilor mei mi-au desenat în inimă conturul unei suferinţe pe care nici măcar amintirile dulci ale unei iubiri nesfârşite de mamă nu o vor putea şterge. Chiar nu înţeleg de ce toţi prietenii mei m-au aruncat de o parte, într-un colţ al uitării, de când mama, o persoană firavă cu vocea suavă, cu privirea blândă şi părul mătăsos, a ales să plece la cer. Ce era şi mai năucitor şi nedrept era certitudinea că nici unul dintre cei care mă judecau nui mă cunoşteau cu adevărat şi nici măcar nu încercaseră să mă cunoască, alegând să mă descompună în cuvinte ascuţite, vocali, urlând cu o putere nesfârşită, făcându-mă iarăşi şi iarăşi să sufăr, dintr-o plăcere sadică, ca un nesfârşit stadion de privitori flămânzi care vedeau un Sisif mărunt, neputincios ce-şi ducea tăcut suferinţa păşind din secundă în secundă. Un calvar, o Golgotă şi nici o mântuire...

În şcoală, a fost un concurs despre experienţele de zi cu zi ale adolescenţilor, în care fiecare concurent trebuia să facă un eseu de 3 pagini. Luându-mi inima în dinţi am participat şi eu, dar nu aveam mare încredere în mine. Spre surprinderea mea dar şi a celorlalţi colegi, eseul meu a fost declarat cel mai bun de către doamna director. Aceasta m-a felicitat şi m-a rugat să-l citesc pe scena din sala de festivităţi unde toţi elevii şcolii noastre erau prezenţi.

Emoţionată, mi-am luat inima în dinţi şi am urcat pe scena care mi se părea foarte spaţioasă.

Elevii se uitau ciudat la mine. Vedeam privirile ironice care mă făceau să mă simt analizată asemenea unei insecte sub lupa necruţătoare a unui biolog plictisit şi puţin arogant. Am început să rostesc cu voce tremurată primele cuvinte:

„MANIFEST”

Obişnuiam să am aripile lungi

Care mă lăsau să zbor până la soare...uneori ajungeam chiar şi în lumina unor stele micuţe pe care le iubeam

Visarea mea ea mereu colorată iar sufletul meu asculta fascinat simfonia subtilă a unui real în care mă simţeam acasă

Iar atunci au apărut EI, OAMENII IMPORTANŢI

OAMENII IMPORTANŢI sunt aceia care cred că au dreptul să pună etichete.

Etichetele se lipesc de suflet şi consumă hulpav frânturile de dumnezeire din om.

OAMENII IMPORTANŢI sunt aceia care folosesc cuvintele asemenea unor pumnale

Te leagă în patul lui Procust şi aruncă plictisiţi şi nemiloşi direct în cuibul inimii tale,

OAMENII IMPORTANŢI nu iartă niciodată

Îţi mutilează fiinţa, o decupează în nenumărate suferinţe şi se amuză

Când lumina din ochiu tău se stinge pentru totdeauna

Vouă oamenilor OAMENI IMPORTANŢI vă spun cu un strigăt de înger rănit:

Nu mai ucideţi vise!

Nu mai zidiţi în castelele voastre de nisip speranţe şi dorinţe!

Nu mai opriţi lumina să ajungă pe tărâmul meu!

Nu furaţi libertatea...iubirea e darul Eternului către fiinţa de lut, iar voi o răpiţi, o sechestraţi şi faceţi lumea o caricatură hidoasă a Edenului.

O tăcere apăsătoare se lasă în amfiteatru. Profesorii care acceptaseră suferinţa fără să intervină şi elevii care acum fuseseră numiţi cu numele lor adevărat, OAMENII IMPORTANŢI, se vedeau pentru prima oară oglindiţi în pupila dilatată a celei ce spusese adevărul. Era o radiografie onestă care arată umbra bolnavă ce le înlocuia făptura.

Las-o să fie ea!

Urîtu Andreea- Niculina,
Liceul Tehnologic Oglinzi, Neamț
Prof. îndrumător: Bîrgăoanu Maria

Ce frumoasă ar fi viața fără persoanele care se cred perfecte...fără persoanele care văd răul doar din ochii altora, mai ales fără a le cunoaște povestea. Toți ar trebui să știe asta...”Nu judeca înainte de a cunoaște!”, ar trebui să fie un principiu abordat de toată lumea, însă, din păcate, nu este așa.

Cel mai des, cazurile mai rele se întâmplă în rândul adolescenților. O să exemplific acestea cu o povestire. Ana, o fată minunată, era mereu batjocorită de către trei fete mai mari. Cred că una dintre cauzele hărțuirilor era invidia. Ana era o fată extrem de frumoasă, deșteaptă și amabilă. Se îmbrăca lejer și era mai tăcută. Tatăl ei a murit atunci când avea 12 ani, iar acum, la 15 ani, are grijă de surioara sa. Mama lor este plecată majoritatea timpului, pentru a asigura un trai decent. Mereu era strigată pe holurile școlii ”Urâto”, ”Idioato”... apoi o îmbrânceau zâmbind și spunând ”nu ești în stare de nimic”, iar Ana rămânea pe jos plângând. Trebuia să se adune și să fie puternică pentru surioara sa, care o aștepta zâmbind acasă. Nimeni nu îndrăznea să o ajute. Toți se temeau de Maria, Alexia și Dana, cele trei fete ”cu mușchi”. Erau mai degrabă mutilate... Nici pe departe frumoase. Culmea e că, deși o batjocoreau, ele nu-i cunoșteau povestea. Nu aveau habar că fata are o putere interioară nedescrisă, dar totodată e și timidă. Batjocura nu a încetat până în momentul în care Ana era demoralizată complet și a vrut să se sinucidă, aruncându-se de pe pod. Nu mai suporta să îndure toate batjocurile, era în cel mai negru prag. Din fericire, chiar în acel moment, doi băieți au trecut pe lângă ea. Au apucat-o de mâini și au tras-o spre ei. S-au așezat împreună cu ea la sol și au încercat să o liniștească. Fata plângea extrem de tare, dar ținea mâna băieților strâns. Ana le-a povestit despre familia ei, despre cum este batjocorită și cum trebuie să zâmbească pentru surioara sa. Le-a mulțumit printre lacrimi că o ascultă și că au oprit-o din a face acel pas greu. Au făcut cunoștință, iar Marius și Vlad au condus-o pe fată acasă. Au făcut cunoștință și cu surioara ei și au admirat curățenia din casa fetei.. Și-au luat rămas bun, Ana fiind mai fericită acum. A doua zi, când a ajuns la școală, începea din nou să fie victima unei batjocuri de a celor trei fete. Nu au apucat să spună cuvintele, că exact în acel moment, Marius și Vlad s-au așezat în fața Anei cu încredere. Erau vizibil mai înalți decât cele patru fete, fiind ca un paravan în calea lor. ”Auziți, măi, încrezutelor? Ce vă

frământă? Ce treabă aveți voi cu această fată minunată? Ea e mult mai puternică și mult mai inteligentă decât voi!- spune Marius cu încredere. Apoi, Vlad, foarte apăsat, le povestește fetelor ce face Ana zi cu zi. Cum întreține casa atât de bine, încât lipsa mamei nu se observă. Holul răsuna, liniștea a cuprins pe toată lumea. El a adus și cuvinte grele asupra celor trei agresoare, iar acestea aproape că plângeau. Erau vizibil surprinse de povestea fetei. Au recunoscut că sunt idioate și și-au cerut iertare în fața Anei. Ana a zâmbit și a spus că dorește ca fetele să nu mai facă asta nimănui. Fata i-a îmbrățișat pe cei doi prieteni și le-a mulțumit pentru tot. Au păstrat legătura, ei au susținut-o mereu, devenind prieteni de nădejde. Timpul ce a urmat a fost mult mai bun. Ana era respectată acum în școală, era mult mai fericită și chiar mai amabilă.

Haideți să nu judecăm fără să știm! Să lăsăm fiecare persoană să fie ea însăși, să o lăsăm să zâmbească! Putem mereu fi în locul victimelor, ar fi bine să respectăm pe oricine. În fiecare din noi poate sta o persoană minunată. Trebuie să-i apreciem pe toți!

Nepăsarea ne face complici

Bușoi Teodora – Maria- clasa a VIII a,
Școala Gimnazială Nr. 1 Motru
Prof. coordonator: Bușoi Camelia- Felicia

„NU! Lăsați-mă! Ce v-am făcut eu vouă?!”, sunt vorbele care m-au îndemnat să scriu această istorisire, deoarece, de curând , am descoperit cu stupoare că, în școala noastră, locul în care mă așteptam cel mai puțin, au loc zilnic agresiuni asupra unuia dintre copiii cu nevoi speciale.

Treceam zilnic pe coridoarele școlii, la fel ca noi toți. În timp ce eu vorbeam nepăsătoare de unghii, păr sau haine, în baia alăturată, cineva lipsit de apărare și care nu înțelegea de ce au loc toate acele acțiuni împotriva sa, era supus unor tratamente inumane care îl dureau. Cunoșteam situația clopilului. Știam că este un copil cu nevoi speciale, și mă uitam cu spaimă la toate gesturile pe care acesta le făcea, de teama de a nu deveni o viitoare victimă a ceea ce credeam eu că poate găzdui un monstru. Însă, mă înșelam amarnic. În timp ce el era văzut de oameni nepăsători ca mine, o posibilă ,,bestie’’, adevăratele ,,bestii’’ îi transformau acestuia viața într-un adevărat coșmar. Mă feream de el. Încercam să îl evit pe cât posibil, deși nu îmi făcuse nimic. Și el, la rândul lui, îi evita pe cei ce îi făceau rău. Prefera să își petreacă pauzele la cabinetul de asistență psiho-pedagogică,cabinetul medical de vorba cu doamnele asistente, la cancelarie sau unde știa că va găsi mereu pe cineva care să îl asculte și care să îl înțeleagă. Clasa nu era o opțiune pentru pierdutul timpului în pauze. Cei care îl făceau să nu se simtă în siguranță în acel loc, erau chiar cei ce îi fuseseră colegi timp de șase ani. Colegi, dar niciodată prieteni. Nu l-au înțeles niciodată, și nici nu au încercat. La fel ca mine. Mă sfiam de privirea lui, cu toate că era așa caldă și cristalină. Se vedea pe chipul său că nu înțelege ce se petrece, dar și că nu era supărat. El nu condamna represiunile colegilor împotriva sa. Era primul atunci când venea vorba de împăcat și iertat. Și totuși ceva mă ținea la distanță. Am înțeles ulterior că erau doar inepțiile insuflate de alții și gândirea mea prostească.

Avea un obicei. Îi plăcea să aducă cu el, mereu, o minge. Ea îi era singura prietenă, atunci când ajungea în locul în care trăia, timp de șase ore, un adevărat coșmar. Se juca singur, fără să deranjeze pe nimeni, dar era mereu întrerupt de către cei care îi provocau ulterior, o criză de nervi greu de potolit, râzând de el și încercând să îl scoată pe acesta drept un nebun. Însă, nu era deloc așa. Cei care dădeau dovadă de nebunie și erau lipsiți de cei

șapte ani de acasă, din care ar fi trebuit să culeagă roadele de multă vreme, erau chiar ei. Lucrurile acestea se petreceau zilnic, dar mie mi-a luat aproape doi ani să le văd. De ce? Am fost lipsită total de interes. Am tratat situația nepăsătoatre, spunând scurt și sec ,,Nu este treaba mea''. Dar, era. A mea, și a tuturor celor din jur. Însă măsurile luate au fost ,,abstracte''. De multe ori, nimeni nu le-a înțeles și nu le-a respectat, iar lucrurile au degenerat. Cu foarte puțin timp în urmă, am ajuns la școală și am avut parte de o surpriză foarte neplăcută. Școala era împânzită de poliție, și pentru prima oară, aceasta nu era o activitate organizată de consilierul școlar. Vestea ce a urmat, a lăsat loc unui fior rece să îmi străpungă ființa și să îmi acapareze tot corpul. Era vorba din nou de acel copil. De data aceasta, lucrurile erau mult mai grave. Mâinile sale erau acoperite de vânătăi, iar ochii de lacrimi. Ce m-a înfiorat și mai tare a fost momentul în care am aflat când se petrecuse această faptă inadmisibilă, pentru că atunci am realizat cu adevărat marea mea contribuție la denigrarea acestei ființe nevinovate și că foarte multe dintre faptele ce au avut loc ar fi putut fi evitate prin simpla mea intervenție. Cu o zi în urmă, trecusem pe lângă baie, în drumul meu spre cabinetul medical. Când am ajuns în dreptul ușii, am auzit țipete. Vocea tremurătoare nu cerea ajutor, deoarece nu conștientiza ce se petrece, așa că am ales să îmi continui drumul. În mintea mea, cu ochii închiși, a avut loc o reconstituire a ultimelor câteva luni, realizând cât de des am trecut pur și simplu, deși auzeam mereu acele țipete neajutorate. Și apoi am deschis ochii. Am revăzut poliția și brațele înnegrite ale băiatului. Ochii mi s-au umplut de lacrimi și sufletul de vinovăție, în momentul în care l-am vazut cum întinde mâna, parcă desenată cu mânie, pentru a se împăca cu cei ce îl torturaseră. În acel moment, am realizat pentru prima dată, la nivel conștient, că în școala noastră, aveam un adevărat caz de bullying. Totul a început prin acele cuvinte jignitoare aruncate în vânt, precum ,,grasule'' sau ,,prostule'', cuvinte care dor și care rănesc. Și ce dacă este supraponderal sau are nivelul de dezvoltare al gândirii mai scăzut, poate, decât ceilalţi? Cu ce te afectează pe tine și de ce te interesează? Lucrurile au continuat, în ciuda măsurilor impuse, trecând la marginalizarea sa din colectiv și mai apoi la intimidarea lui, prin amenințări și fapte copilărești precum lipitul gumei în păr, fapte care pe el îl deranjau. Credeam că lucrurile vor rămâne aici. Dar am deschis iar ochii și mă aflam tot în fața poliției, amintindu-mi că lucrurile au degenerat.

Au fost mulți factori care au contribuit la tot ceea ce s-a petrecut. Unul dintre aceștia, îl constituie chiar refuzul părinților de a accepta că acesta este un copil special,un ,,copil mic într-un corp mare'', dorindu-și să fie tratat la fel ca toți ceilalți. Ce au obținut? Au obținut transformarea ,,normalității'' contemplate de aceștia, într-un caz de bullying în școală, despre care am ales să cern aceste vorbe pe hârtia imaculată. De asemenea, dezinteresul

total de care am dat dovadă, atât eu, cât și alți copii, a contribuit la această întâmplare, pe care doar am considerat-o neprevăzută, în timp ce aceasta se apropria cu pași repezi de noi. A fost nevoie să se ajungă aici, ca, atât copiii cât și părinții să conștientizeze că, trebuie să primească ajutor. În sfârșit, au acceptat să intervină consilierul școlar. Astfel că, elevii implicați au intrat într – un program de consiliere, inclusiv elevul agresat, au fost stabilite reguli de grup, au fost realizate activități de dirigenție împreună cu consilierul școlar, întâlniri periodice cu părinţii elevilor implicaţi, măsuri care ușor, ușor au funcționat.

Am ales să vorbesc despre toate aceste fapte, dar și despre copil, la trecut, pentru a - mi arăta dorința înverșunată de a-mi îndrepta greșelile făcute, dar și pentru a da trecutului ce este al trecutului și viitorului ce este al viitorului, deoarece schimbarea vine din prezent, se trege din fapte din trecut și are urmări în viitor, și de asemenea, am vrut să trag un semnal de alarmă asupra acestui ,,masacru'', ascuns sub inofensiva denumire de bullying, care într-o civilizație care se respectă și care își dorește evoluție, ar trebui să țină de domeniul trecutului.

Am ales să arăt cu detetul mai întâi spre mine însămi şi apoi spre ceilalţi. Sper că, asa cum am înţeles eu că, bullyingul este prezent în şcolile din Romania şi că poate fi stopat doar de fiecare dintre noi, aşa poate, vor înţelege şi alţii şi nu vor mai trece nepăsători pe lângă semenii lor.

Şi, să nu uităm: “Nepăsarea ne face complici!”

Elena

Cojocaru Miruna Ioana, clasa a VII-a
Liceul Tehnologic Corbu, Harghita
Prof. Zbanca-Raucescu Raluca Georgeta
Cons.sc. Ciucanu Onorica

Bullying-ul este ceva de care toți ne ferim,este ceva pe care nu toți îl înțelegem, este ceva care te face să suferi.

Elena este o fată drăguță, frumoasă, talentată,care își petrece timpul cântând,luând lecții de pian, învățând pentru școală, ea participând la olimpiade școlare.Însă viața ei nu este așa perfectă precum pare. A trebuit să schimbe clasa de două ori și să se mute de la un liceu la altul de patru ori. Îi era greu să își facă prieteni deoarece toți râdeau de felul ei de a fi:se îmbrăca doar în haine negre, asculta numai muzică hip-hop, nu râdea prea des, zâmbea foarte rar, uneori era cu gândul în altă parte. Viața ei era grea. A cerut ajutorul profesorilor însă ei erau de partea clasei, spunându-i că ar trebui să se schimbe. Părinții ei nu o înțelegeau. Pe zi ce trecea, mersul la școală devenea un chin. Dimineața se trezea cu gândul că din nou elevii vor râde de ea cum au făcut de fiecare dată. Erau unele zile în care copiii îi ascundeau ghiozdanul sau cățile,îi scriau pe caiete lucruri groaznice cum ar fi ''De ce mai exiști?'', o împingeau, o loveau, o porecleau, își băteau joc de ea. Până într-o zi, când, colegii ei au umplut paharul. Ei au plănuit împreună să o facă să plângă. După ore au obligat-o să stea în fața oglinzii. Elena se uita la ea. Eliza, fata cu care credea că este prietenă, cea cu care tocmai luase prânzul, stătea lângă ea șoptindu-i la ureche:''Uită-te la tine! Ești atât de urâtă și grasă. Nimeni nu te place! Tu nu observi asta? Nu ești de folos nimănui. Nu are nimeni nevoie de tine! Toți te urăsc, chiar și părinții tăi. Probabil te mai țin doar ca să nu zică lumea că sunt părinți răi. Tu ai măcar un prieten? Te crezi foarte deșteaptă plimbându-te pe la olimpiade? Dacă ai fi fost chiar așa, atunci poate că părinții tăi chiar te-ar fi iubit. Nu meriți să exiști! Mai bine ne era tuturor fără tine! Pentu ce trăiești?''

Elena a început să plângă. Lacrimile îi udau obrajii roșii din cauza nervilor. Nu își mai putea vedea chipul din cauza lacrimilor. Ceilalți au plecat, lăsând-o singură plângând. După ceva timp, Elena simți căldura unei îmbrățișări. Cineva a apărut din senin, iar acum o ținea strâns în brațe șoptindu-i în continuu: „Va fi bine, știu asta!”. Ioana i-a demonstrat că tot ce a auzit sunt doar minciuni. I-a aratat că este mai frumoasă și mai puternică. După acea zi, viața Elenei s-a schimbat. Acum vine zilnic fericită la școală împreună cu noua ei cea

mai bună prietenă, Ioana. Acum nimeni nu râde de ea, toată lumea se comportă frumos, unii își petrec timpul sau pauzele cu ea. Totul este exact așa cum și-a dorit. Avea nevoie de atenție și de un om care să o înțeleagă. Acel om este Ioana. Ea a ajutat-o foarte mult. După ziua aceea, ea a renunțat la prietenii ei, la pauzele petrecute cu colegii pntru a sta cu ea. În fiecare zi o întreba ce face și cum se simte. Ei îi acorda cea mai mare atenție. Întotdeauna o ajuta și îi era alături când îi era greu. I-a convins pe toți și a făcut ceva ce Elena nu a avut curajul să facă. Ioana a ieșit în fața clasei și a povestit viața ei. I-a făcut să înțeleagă prin ce trece și prin ce a trecut.

Acum , Elena are o viață minunată. Se înțelege cu toți și o are alături pe Ioana. I-a iertat pe toți care au rănit-o.

Bullying-ul este o experiență traumatizantă, iar persoanele care trec prin asta suferă îngrozitor de mult. Doar ele știu ce înseamnă să îți fie frică să mergi la școală, să vorbești sau să faci un lucru care te-ar putea costa scump. Oamenii au nevoie de atenție. Au nevoie de persoane care să le fie alături, să-i ajute sa treacă peste asta.

Noi putem preveni bullying-ul! Putem schimba radical viața unor persoane care nu merită tot ce li se întâmplă. Trebuie să fim niște oameni mai buni, să ne punem în locul lor și să ne dăm seama că ei au nevoie de ajutor. Au nevoie de oameni care să-i înțeleagă.

Prin simplul fapt că suntem niște personae bune și cu un suflet mare le schimbăm viața sau chiar îi scăpăm de o experiență traumatizantă cum ar fi bullying-ul.

FAPTE NEPERMISE

Savu Andra Gabriela, clasa a VII-a
Școala Gimnazială Albeștii de Argeș
Prof. îndrumător: Dineţ Aurel

Deschide larg geamul camerei sale. E o zi frumoasă, dar degeaba. Astăzi la școală, Adam tot va veni să-i ia banii de mâncare, cum a mai făcut și în alte zile.

Bran nu mai suportă această tortură zilnică. De multe ori simțea nevoia de a-și anunța părinții despre asta, dar îi era frică. Îi era teamă de faptul că Adam va afla că și-a anunțat părinții și aceasta va deveni mult mai violent.

Trage aer în piept. Își pune hanoracul său negru, trăgându-și gluga pe cap. Își ia ghiozdanul în spate și pornește trist spre școală. Uneori nu-i mai venea să meargă la școală, dar nu putea să se lase de învățat, din cauza unui huligan.

Acest chin a început acum un an. A fost cea mai urâtă zi din viața lui, Adam i-a luat banii, iar Bran a fost nevoit să mănânce doar cornul și laptele primit la școală. Toți copiii au râs de el.

Nici nu intră bine în școală, că Adam îl trage de ghiozdan și-l bagă într-un colț.

-Ai adus Banii? Îl întreabă, strângându-l de guler și ridicându-l în sus.

Bran îi întinde banii, iar Adam îl lasă jos. Îi ia și îi numără.

-Atât? Se răstește acesta către bietul băiat. Unde este restul?

-Ăștia sunt toți, spun Bran, cu glas tremurând.

În următoarea secundă, Bran se trezește cu un pumn în față și cu un picior în burtă. Acesta cade la pământ. O lacrimă îi curge pe obrazul alb.

-Altădată să aduci toți banii, spune Adam după care pleacă.

Bran se ridică și își șterge lacrimile. În restul zilei, copiii au râs de el. I-au spus că nu e bărbat și se comportă ca un pui de găină. Acest lucru a umplut paharul.

Ajuns acasă, Bran s-a dus la mama lui și i-a povestit totul.

În următoarea zi, părinții lui Bran au venit cu el la școală și au anunțat profesorii și directorul școlii. Aceştia au luat atitudine față de faptele lui Adam, chiar a doua zi.

Bran a fost mult mai liniștit la școală. S-a preocupat mai mult de învățătură. Nimeni nu și-a mai bătut joc de el.

Și tu poți spune” Stop bullyingului”!

Trecutul meu

Şchiopu Ionela, clasa a VIII-a,
Liceul Teoretic „L. Rosseti” Răducăneni, Iaşi
Prof. îndrumători: Moraru Oana, Bujoreanu Nicoleta

A fost odată o fată care în clasa a V-a a fost criticată pentru înfăţişare, aspect fizic. Era timidă, inocentă şi retrasă, nu ştia cât de rea poate fi lumea. Dar de fiecare dată când se uita în oglindă se critica, se considera un monstru din cauza unor pistrui. A încercat să se adapteze, a trecut un an şi bârfele nu s-au oprit, iar ea pe zi ce trecea devenea mai rece faţă de părinţi, faţă de cei cunoscuţi.

A ajuns în clasa a VII-a, a devenit din ce în ce mai rău, a început să se machieze pentru a scăpa de pistrui, de a scăpa de critici, bârfe, de tot. A ajuns să se integreze într-un grup ce o trăgea în jos. Totuşi, bârfele nu s-au oprit, parcă totul era din ce în ce mai rău. A început să se închidă în ea. Au ajuns ca şi profesorii să o critice pentru machiaj, crezând că o face pentru a impresiona pe cineva, când de fapt ea voia să fie la fel cu ceilalţi.

A ajuns în pragul disperării, s-a închis în casă, nu ieşea cu zilele deoarece se ura, se ura din cauza celor care au făcut-o să creadă că tot ce se întâmplă e din vina ei, că e vina ei că nu poate să fie cum vor cei din jur. A intrat în depresie, începând să se pedepsească prin mutilare. Se ura, ura tot ce era legat de ea. Până când a luat decizia de a dispărea pentru totdeauna. A fost găsită de mama ei şi salvată.

În concluzie, această fată am fost eu. Acesta a fost trecutul meu şi prin asta am trecut eu timp de 4 ani. Dar m-am ridicat. Mi-am dat seama că viaţa mea nu depinde de cei din jur, nu merită să îmi pierd viaţa pentru nimeni şi nimic în lume.

Într-un final am realizat că viaţa merită trăită în ciuda celor ce nu mă suportă. În viaţă primim obstacole de care trebuie să trecem. În viaţă ni se dă o sticluţă de fericire şi multă ură pe care trebuie să le combinăm şi să echilibrăm balanţa.

Principiul pe care îl am acum în viaţă este „Cad, mă ridic şi merg înainte!”

Cum să-ţi fii cel mai bun prieten

Marin Cosmina Eugenia, clasa a VIII-a
Dâmboviţa
Prof. coordonator: Gabriela Stănescu

„Extraterestrule!”, „Monstrule!”... Asta era tot ce auzeam în fiecare zi la şcoală. Dar partea cea mai rea era că nu aveam pe nimeni care să-mi ia apărarea. De ce credeţi că îmi spuneau aşa? Ei bine...sufăr de o boală numită heterocromie, această boală face referire la diferenţa culorii irisului, unul fiind albastru, iar celălalt verde. Jocurile copilăriei se derulau pe fundalurile zgomotoase în care se auzeau numai jigniri la adresa mea.

Din pricina bolii nu am avut niciodată un prieten adevărat, iar mare parte din copilărie mi-am petrecut-o cu nasul în cărţi, iar asta m-a făcut să devin antisocială. Învăţasem deja că o etichetă sau un nume exprimat printr-un singur cuvânt „urât”, „ciudat”... poate descrie complet o persoană, dar oamenii sunt destul de complecşi pentru a fi definiţi de nişte simple etichete ori simple cuvinte. Începusem să învăţ pe piele mea desconsiderarea aspectelor pozitive; îmi ignoram aspectele pozitive, iar stima de sine începuse să scadă de la o zi la alta. Nu ştiu dacă îmi mai luam în seamă reuşitele, nu mă mai mulţumeau rezultatele deşi parcurgeam sarcini dificile pe care le consideram plictisitoare.

Când am ajuns la liceu lucrurile s-au complicat deoarece fiecare persoană avea câte un grup de prieteni, iar eu eram de una singură. Tot liceul mă cunoştea drept fata ciudată. Când mergeam pe coridor toate privirile se îndreptau spre mine, auzindu-se numai şuşoteli la adresa mea. Atunci când ajungeam acasă părinţii mei încercau să aibă un dialog cu mine, dar eu îi evitam, îndreptându-mă direct către camera mea.

La şcoală cel mai mult îmi plăcea să-mi petrec pauzele în bibliotecă. Într-o zi când căutam o carte de poezie, acestea fiind peferatele mele, când am luat-o a picat de lângă aceasta o altă carte. M-am aplecat s-o ridic şi am răsfoit-o curioasă. Ajungând la cuprins am observat că un capitol din carte era acest „Cum să-ţi fii cel mai bun prieten”. Simţind nevoia de a citi-o pe aceasta în schimbul cărţii de poezie am împrumutat-o.

Ajungând acasă am început s-o citesc; ca un miracol, viaţa mea se schimba de la o zi la alta, nu fără efort ci antrenându-mă în fiecare zi pentru iubire şi acţiune. Am început să mă iubesc mai mult, să-mi apreciez defectele, să realizez că sunt un om normal şi nu un monstru.

Mi-am îndepărtat teama de a vorbi cu persoane, ajungând să-mi fac prieteni adevăraţi care

nu mă vorbeau pe la spate.

Încrederea, entuziasmul, aprecierea pentru bucurii mărunte, curiozitatea şi căldura sufletească erau ingredientele ce mă însoţeau în fiecare zi. Dobândisem o siguranţă emoţională parcurgând treaptă cu treaptă etapele maturizării mele, însoţită fiind de înţelepciune şi curaj.

Înţelesesem că prin a-mi recunoaşte punctele mele forte am depăşit vulnerabilitatea dinainte, învăţând să mă iubesc pe mine însămi. Asa înţelesesem că „vesel”, „echilibrat”, „conştient”, „optimist” nu mai erau doar nişte cuvinte, ci adevărate trăsături de caracter ce îmi alcătuiau scutul de protecţie pentru fiecare zi.


Clasele a IX-a – a XI-a

Povestea Marei

Pascaru Simida
Liceul de Artă ”Ștefan Luchian” Botoșani
Prof. Mațoschi Meda

Mara era o adolescentă de 13 ani,care locuia într-o căsuță modestă, la marginea unui sătuc. Ea făcea parte dintr-o familie numeroasă și locuia împreună cu cei 8 frați și cu părinții săi. O fetiță mică de statură, zveltă, Mara era o fire perseverentă, cu o minte sclipitoare și rezultate excelente la școală, așa că îi întrecea pe toți prin capacitatea de memorare și simțul observației. Era o fată inocentă, sufletistă și atentă. De la un timp, vederea i-a slăbit, fiindcă citea foarte mult și învăța în fiecare zi, astfel că a fost nevoită să poarte ochelari.

Plăcerea ei era ca în fiecare dimineață și în fiecare seară să-și liniștească sufletul și mintea, ascultând trilurile minunate ale păsărelelor care cântau în pădure. Putem spune că ducea o viață frumoasă, într-un ambient familial plăcut, cu niște părinți iubitori, de la care a moștenit bunătatea și iubirea pentru ceilalți. Ca orice adolescentă, Mara visa să ajungă mare, să meargă la liceu, unde să-și facă prieteni noi, unde să se maturizeze, urmându-și visul de a deveni medic.

Anii au trecut și Mara a trecut într-o altă etapă a vieții. În sfârșit, a venit ziua mult dorită, când adolescenta a pășit pe poarta liceului, puțin sfioasă și timidă, dar plină de speranță, împreună cu tatăl ei. Fiindcă mulțimea se îmbulzea, tatăl ei a îndemnat-o să-și caute clasa. S-a strecurat prin mulțime și, ajutată de câteva eleve care erau de câțiva ani în liceu, și-a găsit în sfârșit colegii. Însă, de cum a dat cu ochii de ei, ceva a început să o tulbure pe Mara. A observat îndată că aceștia nu prea o agreau, dându-și coate între ei și schițând câte un zâmbet răutăcios. Chiar îi auzea, vorbind:

- Uite ce ochleari are, zise un băiat mai plinuț. Nu are deloc stil.
- Dar uită-te la hainele ei, zici că-s de pe vremea bunicii. Se vede că nu are gust vestimentar, zise o fată înaltă, bine aranjată, care era de mai mulți ani în liceu și devenise populară.

Mara și-ar fi dorit mai degrabă să nu audă conversația colegilor ei. Se gândea "Oare toți cei de la oraș sunt atât de răutăcioși și plini de aere? Oare voi putea să-mi fac vreun prieten printre atâtea grupulețe?" Ea a început să se încurajeze singură: "O să fie bine, Mara! O să fie bine!"

Prima zi de școală a trecut, însă Mara deja a rămas cu un gust amar, pentru că, deși spera că lucrurile se vor îmbunătați, colegii tot continuau să râdă pe seama hainelor și ochelarilor ei.

Dar lucrul acesta n-a împiedicat-o pe Mara să-și facă prieteni: câteva fete din liceu, cele care au ajutat-o să-și găsească clasa în prima zi de școală: Ana, care era în clasa a 10 a, Almeea și Maia din clasa a 11 a. Fetele erau silitoare ca ea, modeste și bune la învățătură. Ea era cea care le făcea mereu să râdă, să se bucure de viață, mergeau mereu la plimbare, învățau împreună și petreceau mult timp la bibliotecă. Nu era o fire petrecăreață, cum erau colegii ei, care-și petreceau mai toate week-endurile prin cluburi, sau stând în oraș până noaptea târziu. Ea prefera să stea acasă și să învețe tot mai mult, spre a-și îndeplini visul de a deveni medic.

Ușor, ușor, Mara s-a acomodat cu programul și, încurajată mai mereu de prietenele ei, obținea rezultate excelente la școală, ajungând prima din clasă, chiar din primul semestru. Însă colegii ei, geloși pe ea, în loc s-o laude, o luau în râs, strigând-o "Tocilara". Făceau în continuare glume pe seama ei, ceea ce, la un moment dat, a început s-o deranjeze și să-i taie din elan.

Odată, s-a organizat în școală un concurs de recitat poezii, la care și Mara a hotărât să participe, încurajată de prietenele ei. A reușit să învețe destul de repede poezia Luceafărul, care s-a cerut la concurs. Obișnuia s-o repete în fiecare zi în fața oglinzii de acasă, cu gesticulație și mimică.

Ziua concursului a venit. Era multă lume în sală. Câțiva profesori stăteau la o masă și urmau să-i jurizeze pe elevi. Când a văzut mulțimea, Mara a început să roșească și s-a emoționat atât de tare, încât a spus prietenelor ei că nu mai vrea să participe, deoarece nu credea că se va descurca. Ba mai mult, îi auzea pe colegi în spatele ei, vorbind:

-Ce mai caută și tocilara asta aici? A venit să se facă de râs? Ce, se face ea mare recitatoare acum?

Dar prietena ei Ana o încuraja spunând:

- Nu-i băga în seamă, Mara. Nu trebuie să te dai bătută acum la sfârșit, îi zise Ana. Amintește-ți cu câtă plăcere și cât de repede ai învățat această poezie, cât de încântată erai când ne-o recitai nouă în parc. Nu ai învățat-o în zadar.

- Concentrează-te acum pe poezie, și ai să vezi că totul va fi bine, a continuat Almeea.

- Bine, fetelor. Voi încerca, a spus Mara.

A venit și rândul ei să recite poezia, însă mintea i s-a blocat și, tot ce-și amintea în momentul acela, erau vorbele colegilor care-i răsunau în cap: "Ce, se face ea mare recitatoare acum?". Nicidecum nu-și putea aminti poezia. Nici măcar vreun vers. Colegii au început să chicotească prin spate, dându-și coate și râzând de ea. Prietenele ei îi zâmbeau din bancă, dar asta n-o ajuta prea mult. La un moment dat, a renunțat și a ieșit din sală rușinată și plângând. Ana a ajuns-o din urmă și, încercând s-o încurajeze. Dar Maia, parcă vedea ce se va întâmpla a doua zi în clasă:

- Nu era destul că, mai mereu, colegii mă necăjeau fără motiv. Ei bine, acum vor avea unul. Ana, nu ți-aș dori să fii în locul meu.

- Ei, Mara...nu trebuie să gândești așa. Tu știi bine că poți face lucruri minunate și ești o fată deșteaptă, silitoare și nu oricine are capacitatea de a memora ca tine. Până la urmă, toți putem avea câte o zi proastă, oricât am fi noi de capabili. Ai să vezi că mâine va fi mai bine, spuse Ana.

Ei bine, a doua zi, nu a decurs chiar atât de bine. Colegii au întâmpinat-o cu aplauze, dar nu ca s-o laude, ci să râdă de ea, strigând în urma ei :"Recitatoarea". I-au găsit o nouă poreclă. Ba chiar un coleg pe nume Cosmin, a îndrăznit s-o insulte:

- Ce ți-a trebuit să te duci la concurs, să ne faci de râs, tocilaro? Să nu te mai prind la vreun concurs, și mai ales, să ne faci pe noi de râs, că altfel, ai încurcat-o cu noi, ai înțeles?

- Da, a răspuns Mara, și a ieșit plângând din clasă.

Colegii nu s-au lăsat sensibilizați de lacrimile ei, ci mai degrabă, au luat-o în râs, strigând după ea:

- Unde te duci, recitatoareo? Plângi cumva?

Maia mergea din când în când acasă, în sătucul în care a crescut. Le povestea totdeauna alor ei doar de momentele frumoase, pe care le petrecea cu prietenele ei, le comunica situația școlară, însă niciodată nu dicuta despre colegii care-i făceau zile grele, sau despre întâmplarea cu acel concurs. Nu dorea ca părinții ei să mai aibă și altă grijă pe cap. Își zicea: "Cu timpul, se vor rezova și acestea".

Însă, colegii continuau să se distreze pe seama ei și, mai în toate zilele, o îmbrânceau și o porecleau în tot felul.

Deși avea cele 3 prietene care o sprijineau mai mereu, Mara a început la un moment dat să se înstrăineze de ele, și atunci când acestea o chemau la plimbare, ea se scuza că are mult de învățat pentru teste și nu are timp de ieșit. Însă, în realitate, Mara nu avea mult de învățat, ci mai degrabă, avea "mult de plâns".

A început la un moment dat să se închidă în sine, să se înstrăineze tot mai mult de toți și de toate, nu mai putea mânca, și din această cauză a slăbit foarte mult. De multe ori amețea la școală, însă colegii n-o băgau în seamă, crezând că ea caută atenție în felul acesta. Ba chiar, i-au găsit o nouă poreclă: "Amețita".

Dându-și seama că ceva nu e în regulă cu Mara, că a slăbit mult și nu mai vorbea cu nimeni, prietenele ei, o întrebau mereu:

- Mara, ce e cu tine? De ce ai slăbit atât? De ce nu mai vrei să stai cu noi? De ce ești atât ciudată în ultima vreme?

Dar ea le răspundea:

- Nu pot astăzi să ies cu voi, fetelor. Poate altădată. Acum trebuie să mă concentrez mai mult pe școală. Trebuie să învăț mult, ca să intru la Medicină.

Însă, Mara le mințea mereu, inventând tot timpul câte o scuză. Chiar și visul de a deveni medic s-a spulberat, a început să ia pastile pentru depresie. Era cu moralul la pământ. A ajuns și la gândul sinuciderii, spunându-și: "Ce rost mai are să trăiesc? Oricum, totul e pierdut acum".

Prietenele ei s-au hotărât să facă ceva pentru ea. Nu mai puteau s-o vadă în starea asta, așa că au luat legătura cu consilierul școlar și i-au programat Marei o ședință, fără ca ea să știe.

Într-o zi, pe când Mara se frământa cu gândurile prietenele ei au bătut la ușa ei, însă ea din nou s-a scuzat, spunând că nu are timp. În acel moment, Ana i-a spus:

- Nu poți să continui așa, într-o zi vei cădea în depresie rău de tot și nu vei mai avea șanse să te ridici. Unde e Maia cea veselă și plină de speranță de la început? Unde e cheful de viață pe care-l aveai odată? Unde-s vorbele acelea înțelepte prin care ne încurajai mereu? Nu te-am mai văzut zâmbind de mult. Trebuie să vii cu noi la cineva care te poate ajuta. Te rugăm. O vrem înapoi pe Mara noastră.

- Of, fetelor, dacă ați ști voi ce lupte duc în fiecare zi cu mine însămi, v-ați da seama că nu se mai poate face nimic. Dar, vă voi face pe plac. Asta, ca să nu ziceți totuși că sunt o ciudată.

Ajungând la consilierul școlar, Marei îi veneau în minte tot felul de gânduri negre: "Crezi că vei rezolva ceva aici? Tot aceeași vei fi când te vei întoarce. Oare mai are rost să pierzi vremea? Du-te mai degrabă acasă."

Gândurile de renunțare se luptau astfel cu mintea ei. Mara a vrut să fugă. Însă, ceva parcă o ținea lipită de scaun. Inima îi bătea atât de tare și la un moment dat, nu a mai știut

ce se petrece. Auzea parcă prin somn cum vorbeau prietenele ei, și a început să amețească. Văzând-o moleșită, Ana o strigă:

- Mara, ce-i cu tine? Ești palidă la față.
- Nu mă simt prea bine, fetelor. Vreau să merg acasă. Putem veni în altă zi?
- Să nu cumva să te gândești să renunți, spuse Almeea răspicat. Astăzi trebuie să-ți aduni toate puterile. Deja am vorbit cu doamna consilier școlar. În câteva minute, vei intra în sala dumneaei.

Peste câteva minute, fata a intrat în sală. Aici o aștepta o doamnă simpatică, pe fața căreia puteai citi bunătate și afecțiune. A rugat-o pe Mara să-i povestească tot ce s-a întâmplat. Mara a început, cu glasul tremurând, să-i povestească de prima zi de școală, apoi a continuat cu toate celelalte. Încet, încet, își dădea drumul la vorbire și prindea curaj. A spus tot ce avea pe suflet, fără să piardă vreun amănunt. În momentele acelea simțea cum mintea i se eliberează, iar gândurile negre o părăseau pe rând.

Când a terminat Mara de povestit, doamna consilier școlar a luat cuvântul:

- Mara, Mara...când ai început să-mi povestești, îmi ziceam în minte: "Fata asta, nici nu știu de ce a mai venit aici! E destul de puternică să lupte cu obstacolele vieții. Ce-aș mai putea eu s-o sfătuiesc?" Dar, pe parcurs, când ai continuat să povestești, mi-am schimbat părerea și mă gândeam: "Cât de schimbători și influențabili pot fi oamenii! Cât de repede cedează în fața gândurilor și a greutății! Cum se clatină ei, ca o frunză-n vânt". M-am cutremurat la gândurile acestea. Drept să-ți spun, nu mă așteptam nicidecum ca lucrurile să ia așa o întorsătură în viața ta. Mara, trebuie să înțelegi că tu ai fost înzestrată cu un dar, pe care nimeni nu ți-l poate lua: ÎNȚELEPCIUNEA. Mulți poate și-ar dori să aibă această capacitate mare pe care tu o ai. Tu ești privilegiată. Colegii tăi nu se pot compara cu tine. Ei sunt geloși că tu ai ceea ce ei își doresc. Poate că ei au multe lucruri materiale de care beneficiază, poate că sunt populari în școală, poate că pozează bine în exterior, dar, știi ceva, Mara? Sufletele lor sunt goale! Și, să-ți mai spun ceva. Viața nu va fi mereu presărată cu petale roz, nu-ți va oferi mereu tot ceea ce îți dorești, poate nu vei avea tot timpul prieteni care să te încurajeze. Poate vei trece singură prin anumite încercări pe care ți le va oferi viața, așa cum ai și făcut-o în ultima perioadă. Nu sunt numai flori pe calea vieții, sunt și lacrimi amare, sunt și suspine, momente de cădere. Abia aici se vede cât de tare ești cu adevărat. De, exemplu, nu poți zice despre un marinar că este unul iscusit, curajos, până nu-l vezi luptând cu valurile, până nu-l vezi că-și dă ultima suflare ca să se salveze. Așa e și cu viața ta, Mara. Trebuie să lupți cu gândurile tale, să nu pleci urechea la toate vorbele colegilor. Poate ei au fost îngăduiți în viața ta, tocmai ca tu, prin ei, să-ți testezi răbdarea,

nivelul de curaj și de înțelepciune. Ia toate aceste întâmplări ca pe niște pietre puse în cale, și întreabă-te: "Oare pot să le dau la o parte? Voi găsi în mine puterea aceasta?" Nu vorbele lor trebuie să pună stăpânire pe mintea ta, ci gândurile tale de ridicare. Tu ai puterea să-ți încarci mintea cu ele, și tot tu ai puterea să închizi portița minții și să nu le dai voie să intre. Alegerea e la tine, Mara. Cârma vieții e în mâinile tale. Acum, depinde de tine cum vei acționa. Poate colegii tăi vor rămâne la fel de răutăcioși, egoiști. Nu-i judeca, pentru că, la sfârșitul vieții viața va avea grijă să-i judece. Tu, Mara, tu trebuie să te schimbi. Trebuie să te concentrezi acum mai mult pe reînnoirea minții și a forțelor tale, trebuie să crezi în tine și vei vedea că lucrurile vor lua o întorsătură mai bună. Alege să petreci mai mult timp cu prietenele care te-au adus aici. Ele sunt persoanele care contează cu adevărat acum în viața ta, ele te vor ajuta să treci peste aceste lupte, îți vor fi mereu alături, te vor ocroti, te vor înconjura cu dragoste și bunătate. Vor râde și vor plânge cu tine. Curaj, Mara! Încă mai ai șanse să te ridici!

Discuția s-a încheiat, iar Mara i-a mulțumit doamnei consilier școlar, deplin recunoscătoare și cu ochii în lacrimi, zicând:

- Doamnă dragă, astăzi dumneavoastră ați reușit să faceți cu viața mea, ceea ce eu n-am reușit poate în toți acești 16 pe care îi am. Ce mare putere au cuvintele! Mulțumesc, Doamne, că mai există astfel de oameni în lume. Astăzi, mi-am recăpătat speranța. De astăzi, vreau să-mi schimb viața. Mulțumesc din suflet pentru tot ce ați făcut.

Dacă până atunci Mara nu voia să dea cu ochii de prietenele ei, acum abia aștepta să le reîntâlnească, să le povestească tot ce s-a petrecut, să le strângă în brațe și să le mulțumească pentru că s-au arătat grijulii și pline de dragoste față de ea.

Când s-au întâlnit, din ochii Marei au început să curgă râuri de lacrimi. Fetele nu știau ce se petrece cu ea, au venit și au îmbrățișat-o cât de tare au putut, și, deși s-au abținut să nu plângă, tot au izbucnit în lacrimi. În momentele acelea, Mara și-a amintit vorbele doamnei consilier școlar: "Ele te vor înconjura cu dragoste și bunătate. Vor râde cu tine și vor plânge cu tine". Nici nu și-a putut găsi cuvintele, așa că a continuat să plângă pe umerii lor.

Pe drum, a reușit să scoată câteva vorbe de recunoștință față de dragostea și bunătatea lor, cerându-și totodată iertare pentru momentele în care a fost egoistă. Au hotărât ca din acea zi să-și spună unele altora tot ce le apasă și să se sfătuiască mereu împreună, în toate problemele.

Din acea zi, Mara și-a schimbat viața complet, ignorând de fiecare dată gândurile de descurajare sau vorbele neplăcute ale colegilor, dând dovadă de curaj și înțelepciune. În

felul acesta, și colegii s-au oprit din a mai face glume pe seama ei, au lăsat-o în pace și ea a putut să-și continue studiile liniștită, a reînceput să creadă în visele ei, dându-le viață.

A absolvit liceul cu rezultate foarte bune și a intrat la Facultatea de Medicină. Nici aici nu a renunțat la visele sale, nu a renunțat să creadă în ea și astfel a găsit mereu puterea de a merge mai departe.

Peste ani, Mara a devenit un doctor foarte renumit, priceput, cu multe abilități. Și-a întemeiat o familie, și a reușit să sădească în cei din jur o sămânță de încredere, încurajându-i mereu prin vorbele ei înțelepte.

Poveste Marei are un final fericit...însă, din nefericire, sunt mulți care aleg să-și pună capăt vieții, așa cum a fost tentată și Mara să facă. Nu te juca cu viața ta! De asemenea, nu te juca cu viețile altora, pentru că, așa cum a spus și doamna consilier școlar din povestea noastră, la sfârșit, pe toți ne va răsplăti viața, exact așa cum meritățm!

Nu e la voia întâmplării faptul că te-ai născut în lumea aceasta. Poate zici la un moment dat: "Mai bine nu mă năsteam! sau: Ce rost are să mai trăiesc? Oricum, viața mea e ratată..." Acestea sunt doar șoapte de amăgire, pe care doar tu ești stăpân. Tu le poți respinge, prin gânduri pozitive, așa cum a făcut și Mara. De asemenea, vreau să-ți spun că viața are rost! Depinde de tine cum alegi s-o trăiești. Dintre toate, viața are prioritate.

Așa că, ridică-te, continuă să lupți pentru a-ți îndeplini visele, mergi înainte, indiferent de câte-ți va oferi viața. Ai încredere în tine, poți face lucruri mărețe!

TREBUIE DOAR SĂ VREI!

PUTEREA DE A ÎNVINGE... ÎMPREUNĂ

Butuc Maria Magdalena, clasa a IX –a G
Colegiul Economic „George Bariţiu” Sibiu
Coordonatori:
Prof. VIDRIGHIN TEODORA
Prof. consilier şcolar MITEA MIHAELA ELENA

Mult zumzet. Copii care aleargă, vorbesc, unii chiar se îmbrâncesc. Pe holurile şcolii zarvă mare. În stânga şi-n dreapta mea zeci de glasuri, uneori asurzitoare. Deseori mă doare ceea ce văd, la fel de puternic precum mă face să sufăr şi ceea ce aud – prea multă agresivitate în jur.

Ţin minte totul de parcă ar fi fost ieri. Trecusem în clasa a VI-a şi pe atunci nu înţelegeam lucrurile la adevărata lor gravitate pe care o percep încă, la ani distanţă, când, din nefericire, aceleaşi lucruri se întâmplă, sub aceleaşi sau alte forme. Am avut un coleg care era zilnic hărţuit şi agresat de către alţi colegi, însă de teamă nu le mărturisea profesorilor ceea ce i se întâmplă cu adevărat şi, mai ales, ceea ce trăieşte. În fiecare zi îl vedeam supărat, plângând prin pauze, nevorbind cu nimeni şi stând aproape în permanenţă singur în timpul pauzelor îndeosebi. Nu înţelegeam cu exactitate de ce (anume) îi era teamă.. Oare să nu păţească ceva (şi) mai rău? Sau poate el le-a greşit cu ceva acelor colegi?...

Zilele treceau, iar el venea din ce în ce mai supărat la şcoală, până când, într-o zi, nu a mai venit deloc. Atunci chiar m-am speriat. Dacă într-adevăr acei colegi i-au făcut ceva şi mai rău, mai grav? Astfel, într-o dimineaţă, îndreptându-mă spre şcoală, l-am zărit stând pe scările unui bloc, mi-am făcut curaj şi m-am îndreptat spre el. Îl simţeam încă foarte speriat. L-am întrebat de ce anume nu vine la şcoală şi mi-a mărturisit adresându-mi o privire care parcă implora bunătate în special: ”- Dac-ai şti... Dac-ai simţi... Mi-e aşa frică!...” Apoi l-am întrebat de ce nu vorbeşte cu cineva din familie sau măcar cu un profesor despre ce anume trăieşte, ce i se întâmplă şi, din nou, cu privirea de această dată parcă pierdută mi-a dat acelaşi răspuns: „Îmi e frică”. M-am aşezat atunci lângă el, pe scări, şi am aşteptat cinci minute. Mă gândeam cum anume l-aş putea ajuta... Apoi, s-a întors cu faţa blândă spre mine şi, cu lacrimi în ochi, m-a întrebat: „Dar tu... de ce nu te îndepărtezi de mine, asemeni celorlalţi?”. Când am auzit asta, am rămas câteva secunde pe gânduri şi i-am răspuns: „De ce aş face asta? Dacă nu eşti lăsat în pace, dacă te simţi sau eşti hărţuit, asta nu înseamnă că eşti diferit faţă de restul, de noi... Eşti şi tu copil, ca noi toţi”. Se uita cu ochii înlăcrimaţi la

mine şi, dintr-o dată, a plecat capul zâmbind timid. Din păcate trebuia să plec spre şcoală, eram deja în întârziere, când din spate aud şoptind un glas răguşit „Mulţumesc...Mulţumesc mult”.

A doua zi mă îndrept spre şcoală zâmbind, deoarece nu l-am mai zărit la scara blocului, ferm convinsă fiind în acele clipe că şi el s-ar fi dus la şcoală. Intru în clasă şi mă uit la banca lui... Era aceeaşi, goală deja de două săptămâni. Brusc mă întristez, mă aşez în banca mea, gândindu-mă la tot ceea ce am vorbit ziua precedentă cu el, făcându-mi griji dacă nu (îi) greşisem cu ceva.

Mai târziu însă, la una dintre pauze, aud acelaşi glas răguşit strigându-mă... Mă întorc şi merg la el. Eram atât de fericită că a venit, în sfârşit, la şcoală. El mi-a mulţumit, îmbrăţişându-mă sfios, pentru că discutasem atunci cu el şi îmi mărturisise că avea de gând să vorbească, la rândul lui, cu profesorul-diriginte. Eu îl încurajam.

Zilele treceau una câte una, iar colegul meu nu a mai fost agresat de către ceilalţi colegi, mai ales că profesorul-diriginte ne dăduse posibilitatea să realizăm un proiect de tip voluntariat la care, surprinzător, s-au înscris toţi colegii, prilej cu care am lucrat pe echipe, ne-am cunoscut mai bine, am înţeles că suntem diferiţi, că nu avem niciun drept să îl agresăm sub nicio formă pe cel de lângă noi, ba mai mult decât atât, avem o datorie de onoare – să-l respectăm, înainte de orice, pentru că este Om, asemeni nouă.

Am înţeles atunci că nu trebuie niciodată să aştept ca lucrurile să se repare de la sine, pentru că asta nu se va întâmpla. Frica e doar un sentiment care vine şi pleacă... Şi atâta timp cât îmi pasă de cel de lângă mine, stă în puterea mea ca necondiţionat şi dezinteresat să ajut, fie chiar cu simpla prezenţă sau cu o privire caldă, o vorbă bună cel puţin.

Stă în puterea noastră să spunem *Stop bullying. Stop intimidării!*

Proiectul „Stop Bullying-ului (Spune NU intimidării)” - CJRAE CJ 2019. Povestea.

MILASCON ADINA-DORIANA, Cls. a IX-a D
Liceul Tehnologic “Electromureș”, Tg.Mureș
Coordonator: prof. psiholog Tătar Alexandra

THE DIFFERENT ONE



Bună! Numele meu este Cristina, şi recent m-am mutat cu familia mea. În ultimele zile am fost foarte entuziasmată, mă tot gândesc cum va fi școala, noii colegi și prieteni.

- Cristina, Vlad! Haideți să alegem un liceu unde să vă înscriem.

Vlad este fratele meu, este mai mare cu un an, în clasa a unsprezecea. Acesta e blond, cu ochii verzi, mama mea având ochi albaștri și părul negru ca tăciunele, iar tatăl meu este brunet cu ochii căprui. Mereu am fost cea diferită în familie, în primul rând fizic, dar și comportamental; părul meu este roșcat, iar în privința ochilor... ei bine, eu am Heterocromie, o afecțiune în care un iris diferă de celălalt; în cazul meu, irisul drept este albastru, iar cel stâng este căprui. Membrii familiei mele sunt sportivi, mereu merg la alergat sau la sală, în timp ce eu ador muzica, mai ales vioara, pe care o și practic. Am găsit liceul care părea să fie perfect, și am decis să mergem să depunem formularele, fiind aproape de casă. Am ajuns acolo, iar un domn amabil ne aștepta nerăbdător.

- Bună ziua, eu sunt directorul, bine ați venit la liceul nostru!... Aș începe cu un tur al liceului, spune acesta, arătându-ne intrarea liceului.

Odată ce am intrat, am putut observa copii pe holuri, și câteva grupulețe. Treceau elevi pe lângă mine și se uitau ciudat, sau uimiți, de parcă nu au mai văzut o persoană cu heterocromie... probabil că nu au văzut. Un grup de patru fete au trecut pe lângă mine, m-au analizat din cap până în picioare, apoi și-au șoptit una celeilalte ceva la ureche și au început să râdă, uitându-se încontinuu la mine. M-am simțit rușinată și tristă în același timp, pentru că simțeam deja că mă judecau după cum arăt, dar nu mă cunoșteau. Gândurile amare mi-au fost întrerupte de vocea directorului:

- Aici se află sala de muzică. Avem o trupă grozavă a școlii, în caz că unul dintre copiii dumneavoastră este interesat, zice el, plin de mândrie.

- Da, eu sunt interesată, cânt la vioară, mă grăbesc eu să spun.

Nici nu știu cum să descriu ce șimțeam, eram atât de entuziasmată, dar și speriată, fericită, dar totodată și confuză. Nu știam ce mă așteaptă.

După turul nemaipomenit al școlii, am vrut să revăd încă o dată sala de muzică. După scurt timp, văd ușa pe care este un afiș: scria “sala de muzică”; am observat că era goală, așa că am intrat. Am zărit pe perete o vioară, una acustică. Eu aveam o vioară electrică, deci nu am cântat niciodată la una acustică. Am luat instrumentul și arcușul, am acordat-o și am început să cânt. Vioara începu să scoată niște sunete atât de melodice și angelice, sunete care mă calmau de fiecare dată. Am auzit pe cineva intrând, dar am presupus că era fratele meu; m-am oprit din cântat și i-am spus, fără să mă întorc:

- Vlad, sunt destul de mare să îmi port singură de grijă, nu mă mai dădăci atât, bine?

am spus eu, exasperată.

- Îmi pare rău să te informez, dar eu nu sunt Vlad de care vorbești tu acolo, se aude dintr-o dată o voce feminină, râzând. Rămân uimită pentru câteva secunde, apoi mă întorc si zăresc o fată frumoasă, cu părul lung, brunet și la vârfuri puțin blond; avea ochii verzi și niște pistrui frumoși.

- Te rog să mă scuzi, chiar nu am știut, spun eu, rușinată.

- Wow! Ai... heterocromie... spuse ea, încet.

- Da, am... spun eu, mirată că cineva știe denumirea afecțiunii mele. Oamenii mă cred ciudată, din cauza asta, așa că nu mă mândresc cu faptul că am boala asta, adaug eu, plecându-mi ochii, timid.

- E atât de rară heterocromia... dar eu nu o consider o boală, pentru că e ceva deosebit, dar frumos. Asta te face mai interesantă, spune ea, și se apropie de mine pentru a-mi studia mai bine ochii.

- Mulțumesc, răspund eu.

- Nu m-am prezentat! Sunt Melania, din clasa a X-a B.

- Eu sunt Cristina, și cred că o să fim colege, îi răspund Melaniei, iar ea râde.

- Te rog, spune-mi Meli.

- Bine, Meli. M-ai putea ajuta, te rog? Nu prea știu unde este clasa...

- Cristina, prima oară haide să mergem până la bibliotecă să luăm cărțile de care vei avea nevoie, apoi mergem să îți cunoști colegii. În acest liceu este important să îți faci o reputație bună; dacă nu ai o reputație bună, sau dacă faci ceva ce nu le place unora, încep să își bată joc de tine - așa sunt ei, mă informează ea.

Faptul acesta mă sperie: sunt deja ciudată, mai lipsește doar să își bată joc de mine. Eu am o fire foarte sensibilă și știu că asta mi-ar face rău..

După școală, Meli m-a întrebat dacă vreau să ies cu ea și cu prietenii ei, iar eu am acceptat. Speram să nu fie vreo problemă că merg și eu.

- Mami, tati, eu ies cu o prietenă, bine?

- Bine, scumpete, aprobă mama.

După câteva minute, o zăresc pe Meli la terasa unei cofetării de lângă școală.

- Bună, Meli.

- Hei, Cristina, arăți foarte bine!

- Mersi. Prietenii tăi vin? întreb eu, curioasă.

- Da, trebuie să ajungă.

După câteva minute, apare o gașcă de trei băieți și două fete.

- Hei, Meli! Toți o salută, apoi se uită la mine ciudat.

- Hei, gașcă, începe Meli, dar pe când să spună ceva, un băiat o întrerupe.

- Meli, mai sunt mese libere, nu trebuie să stai cu fata asta bolnavă, subliniază el, disprețuitor, și prietenii lui încep să râdă, în afară de o fată blondă.

- Radu, ce te-a apucat? De ce vorbești asa? întreabă Meli, supărată.

- Radu... începe fata blondă să spună, dar el o întrerupe.

- Ce, Roxi?! țipă el. Nu vedeți cum arată? Cu ochii ăia diferiți și slabă! arată ca un băț și mai e și urâtă, strigă Radu, iar cei 4 prieteni răbufnesc din nou în hohote de râs, de data aceasta cu lacrimi.

Toate aceste cuvinte și reacții m-au umilit și m-au durut, și le-am simțit cu mi-au străpuns inima ca niște gloanțe, dar... e adevărul, și adevarul doare.

- Ești un idiot, pentru că ai spus toate astea, deși nu o cunoști; ești chiar un nesimțit, îi transmite Roxi, și mă ridică să plecăm.

- Mă dezgusti, adaugă Meli și se ridică să plecăm toate trei.

*

Din ziua aceea, eu nu am mai fost eu, eu cea fericită sau eu cea optimistă. Am fost deprimată și tristă, și plângeam în fiecare seară, pentru că eram diferită, iar oamenii judecă persoanele diferite.

Singurul lucru care mă calma era muzica, muzica viorii mele. Se pare că Roxi și Meli faceau parte din fanfară, și urma să avem un spectacol mare, care ne garanta un început de carieră în lumea muzicală.

*

Într-o nouă zi de școală, merg spre clasa mea, dar îi aud pe Vlad și pe prietenul lui, Matei, cum mă strigă. Vlad nu știe tot ce s-a întamplat, știe doar că cineva s-a luat de mine, și când încearcă să mă întrebe ce s-a întâmplat concret, îi spun că prefer să nu vorbesc despre asta, pentru că îmi face rău. Dar Raul și cei doi băieți, Alex și Rareș, când mă văd, mereu strigă dupa mine și mă fac în toate felurile - schelet, bolnavă, idioată, proastă și multe altele... fetele care m-au vazut în prima zi și au ras de mine, au început să ma facă urâtă, săracă (pentru că nu am haine de firmă), nespălată și uneori mai vin și se mai bagă în mine. Nici nu am observat că Vlad și Matei încercau să vorbească cu mine. Vlad spusese ceva, dar nu am auzit.

- Scuze, Vlad, ce ai spus? Nu eram atentă.

- Te-am întrebat cum mai ești, Cristina. Te rog, spune-mi, cine se tot ia de tine; îi aranjez eu, doar spune-mi, mă roagă acesta.

- Cristina, noi suntem aici, da? spune Matei și mă ia în brațe. E ciudat, Matei pare atașat

de mine, mereu spune că va avea el grijă de mine, mă îmbrățișează, mereu observă când ceva e schimbat la mine, iar când îmi e frig, îmi dă jerseul lui. Cred că Matei are sentimente pentru mine, nu pot să neg; ne știm de puțin timp, dar și eu simt ceva pentru el.

- Băieți, e bine, sunt bine, nu contează ce se întâmplă, îi ignor eu. Îi apăr, îi apăr pe cei ce îmi fac rău, pentru că presimt că dacă ar afla Vlad și Matei cine se ia de mine, s-ar enerva, iar lucrurile nu ar ieși prea frumoase. Nu vreau ca băieții să abia probleme, din cauza unor idioți care își bat joc de mine. Vlad pleacă nervos; îl înțeleg, dacă eu aș fi sora mai mare și cineva s-ar lua de el, aș reacționa la fel.

- Cristina, oricare ar fi acele persoane ce se leagă de tine, îți promit că o să aflu, și o să le învăț eu o lecție, spune Matei, apoi îmi dă un mic pupic pe frunte și pleacă. Am observat că cele 3 fete - Amalia, Larisa și Ana - care mereu se iau de mine, mă priveau foarte urât, și au văzut cum se comporta Matei cu mine; nu e de mirare că sunt geloase, Matei este frumos, arată foarte bine. Orele au trecut cu greu, dar acum mă pot bucura de ora de muzică.

-Offf, mi-am lăsat telefonul în laboratorul de biologie! oftez eu. Merg să imi iau telefonul, apoi mă întorc la dulapul meu.

- Surpriză, surpriză, roșcato! strigă Amalia, urmată de Larisa și Ana. Se pare că îți merge cam bine cu Matei, nu crezi? Hai să te învăț ceva, proasto, spune ea, și mă împinge agresiv în dulap, Larisa și Ana ținându-mă de mâini. Matei nu o să fie niciodată cu o nespălată ca tine, ești prea înapoiată mintal să ai tu prieten, așa ca hai să te facem mai frumoasă, amenință ea, cu un zâmbet murdar pe față.

După aceea, scoate o foarfeca de la spate și se repede să îmi taie părul!

- Termină odată, oprește-te! țip eu la ea, dar tot ce face e să râdă și să se distreze cu foarfeca prin părul meu. Lacrimile încep să îmi curgă pe obrajii înroșiți, și simt că nu mai are rost să fac nimic. După ce termină de tăiat din păr, adaugă:

- Asta să fie o învățătură de minte, să stai departe de Matei! după aceste cuvinte, plecă.

Nu știu cum, am ajuns în sala de muzică, unde îmi părea că toți mă asteaptau.

- Cristina! Te așteptam. Hmm... îmi place cum te-ai tuns, spune domnul profesor.

Mă uitam la Meli și la Roxi, care pur și simplu se uitau șocate la mine. M-am așezat lângă Roxi și i-am aruncat o privire care sugera ‘’nu întreba’’. Ea îmi scrie ceva pe un bilețel și mi-l dă mie. Pe bilet scria ‘’cred că îmi place de fratele tău’’. Am ramas uimită, dar totuși mi se părea drăguț.

- Bine, elevi, spectacolul se apropie, așa că vreau să știu: sunteți gata? întrebă domnul profesor.

- Da!!! strigă în cor, nerăbdători, colegii mei.

- Dar vreau un solo, la vioara acustică, cine se oferă? vrea să știe profesorul.

Ridic mâna, și observ că și Roxi o ridică.

-O să facem un concurs între voi două și o să votăm; cine are cele mai mult voturi, va susține solo-ul.

Am decis amândouă că așa este cel mai bine. A început Roxi, apoi am urmat eu. Eu mi-am pus tot sufletul în acea melodie, care era compusă de mine. Îi și dădusem un nume acelei partituri: *The Different One*, pentru că toate notele care curgeau, plângeau parcă, se îmbinau într-o muzică a sufletului meu, care s-a simțit, dintotdeauna, asuprit, fiindcă eu am avut mereu însemnat pe chip că sunt diferită. Iar ochii sunt oglinda sufletului, nu e ironic?

Acum trebuia să votăm.

- Se pare ca am ajuns la o concluzie: Roxana, ai 12 voturi, iar tu, Cristina, ai 18 voturi. Felicitări, tu vei susține solo-ul! exclamă domnul profesor, privindu-mă. Eram încântată. Am aruncat o privire lui Roxi, dar ea își împachetase lucrurile și pleca. Am alergat după ea.

- Roxi, stai! strig eu.

- Lasă-mă, Cristina, sunt bine, replică ea, și își continuă drumul.

Mă simțeam, brusc, foarte prost, pentru că știam că era posibil să fi ruinat visul prietenei mele... am mers acasă foarte tristă, după tot ce se întâmplase. Acolo erau Matei și Vlad.

- Ce Dumnezeu ai pățit la păr?! țipă Matei, speriat, și vine repede spre mine, examinându-mi aproape la fiecare fir de păr al meu.

- Surioară, acum îmi spui cine a facut asta, îmi ceru Vlad, pe un ton cât de serios posibil.

- Cine a făcut ce? întreb eu, de parcă nu ar fi fost mai mult decât evident.

- Cine ți-a tăiat părul, Cristina? Spune, cine îți face atâta rău, pentru că deja nu mai suport să te văd mereu în starea asta oribilă! Urăsc să te văd așa, știi bine! strigă cat poate de tare Vlad la mine. Eu însă am fugit în camera mea plângând... înțeleg că este nervos pentru că cineva îmi face rău, dar nu înseamnă că trebuie să se descarce pe mine... După câteva ore, Matei veni în camera mea.

- Cristina? întreabă el.

- Da, Matei... ce este? răspund eu, ștergându-mi lacrimile și nasul. Acesta se apropie, mă cuprinde de umeri și mă îmbrățișează.

- Cristina, dacă nu îi spui lui Vlad, măcar mie, te rog frumos, bine?... mă întreabă el, în șoaptă. Cine îți face atâta rău, îngeraș? insistă el, pe un ton dulce.

- Amalia... cu Larisa... și cu Ana... au spus că vor să mă facă mai ”frumoasă”, pentru că tu nu ai umbla cu o nespălată și urâtă ca mine, iar Alex, Radu și Rareș mereu își bat joc de mine... recunosc eu, și o lacrimă îmi curge pe obraz, dar o șterge rapid.

- Bănuiam eu... mereu le-am vazut că îți tot spuneau ceva, dar nu eram sigur ce... nu știu ce o să le fac, zice el, încordat.

- Te rog, nu le fă nimic, lasă-i în pace; altfel, o să îmi facă și mai mult rău, îl rog eu, și simt că iar îmi vine să plâng, de data asta și mai tare.

- Atunci nu o să le fac nimic, îngeraș, spune el.

- Nu înțeleg ce are toată lumea cu mine. Sunt diferită, dar asta nu înseamnă că sunt blonavă sau fără ajutor; pot face atât de multe, dar lumea mă judecă și eu nu mai pot rezista așa, mă plâng eu, cu mâinile în cap. De ce toată lumea e așa cu mine?! de ce? pe când să mai spun ceva, Matei mă sărută, de parcă știa că doar așa mă poate face să tac sau să mă calmez. Se ridică apoi și se uită la mine:

- Gata cu supărarea, da?

- O să încerc... răspund eu.

- O sa fiu aici pentru tine, bine? declară el. Ai mâncat ceva azi? ma întreabă dintr-o dată.

- Nu am mâncat, spun eu.

- De ce? Cristina, îți faci rău, o să ajungi la spital. Haide, o să îți fac eu ceva de mâncare, zice el, și mă ia ca pe un sac de cartofi în spate, îndreptându-se spre bucătărie.

- Matei, lasă-mă jos! țip eu.

- Nu, până nu mănânci.

- Ce faceți? vine Vlad și întreabă.

- Nu a mâncat nimic azi, spune Matei.

- Du-o în bucatarie, acuma. Cristina o sa te îndopăm cu mâncare.

- Nuuu, nu-mi e foame! reproșez eu.

- O sa te gâdilăm dacă nu, continuă Matei.

- Offf, bine! spun eu, bosumflată ca un copil mic.

În timp ce băieții pregăteau mâncarea, am pus o poză cu ei doi pe Instagram, scriind: "Cei mai buni bucătari". După cincisprezece minute, primeam o grămadă de mesaje, de la diferite persoane din liceu. Amalia mi-a răspuns, răutăcios, la postare: ”Nu ți-a ajuns "noua ta tunsoare? Lasă că vezi tu mâine.” apoi, multe fete mî întrebau ce caut eu cu Matei și cu Vlad, adăugând că sunt prea fraieră să fiu prietenă cu ei. Alex mi-a scris chiar că nu ar trebui să am prieteni, o înapoiată mintal ca mine... Am simțit că tensiunea îmi creşte și, odată cu aceasta, anxietatea. Matei s-a întors spre mine și a văzut că eu chiar nu sunt bine; simțeam că nu mai pot să respir, că o să leşin în orice moment, am simțit cum amorțesc și ametesc, și de atunci totul s-a făcut negru. Am leşinat, din cauza lipsei de mâncare și din cauza stresului.

*

M-am trezit pe un pat de spital. Matei și Vlad stăteau pe niște scaune, lângă mine.

- Cristina, nu știu ce-ți fac într-o zi pentru chestiile astea ce le faci tu, spune Vlad, apoi vine și mă ia în brațe.

- Ne-ai speriat de numa, zice Matei, și se apleacă să îmi dea un pupic.

M-am uitat la Vlad puțin șocată, dar l-am văzut până la urmă zâmbind. Tocmai atunci, ărinții mei au intrat în salon cu doctorul.

- Cristina, nu ştim ce e cu tine, de ce te neglijezi... dar cel mai bine ar fi să mănânci cât mai mult şi să bei cât mai multă apă; o să îți dau un tratament de câteva zile şi o motivare pe o săptămână, afirmă doctorul. Eram uşurată că nu trebuia să merg la liceu, nu mai suportam deja insultele, aveam deja prea multe vântăi pe corp de la cum mă împingeau Amalia și prietenele ei în dulapuri, de la piedicile pe care mi le puneau... poate exagerez, dar poate e pur și simplu exagerată toată această hărțuire, în care au devenit atât de agresivi cu mine, atât fizic, cât și verbal.

- Cris, spune tata, ce s-a întâmplat cu tine? Am mai trecut prin asta, s-a întâmplat ceva la liceu acum? Cu prietenele tale? Trebuie să ne spui, ca să rezolvăm problema. Mă uitam în ochii tatălui meu, și vedeam tristețe; în ai mamei, la fel.

Inima a început să-mi bată tot mai tare... nu voiam să afle ce se întâmplă, ar fi fost mai rău, toți din liceu m-ar fi urât, dacă din cauza mea ar fi fost exmatriculați cei mai populari elevi. Am stat pe gânduri câteva secunde, apoi am decis că cel mai bine ar fi să nu le spun încă.

- Mami, tati, nu s-a întâmplat nimic la liceu, şi nici cu prietenele mele; am fost doar stresată din cauza spectacolului, fiindcă trebuie să susțin un solo şi să compun. Am fost prea concentrată la muzică şi am uitat să mănânc... îmi pare rău că v-am speriat aşa tare, spun eu, și o lacrimă mi-a curs pe obraz. Mă durea atât de tare că nu puteam vorbi cu părinții mei despre asta, îmi era frică ca vor acționa fără să ştiu şi ar face mai rău.

*

Am fost externată, apoi am ajuns acasă şi primul lucru pe care l-am făcut a fost să mănânc. Nu pot să spun că m-am simțit mai bine însă.

- Cristina, poți să mergi în camera ta, venim și noi imediat, mă încurajează Matei, şi îmi dă un pupic pe frunte. Gesturile lui mă făce să mă simt puțin mai fericită, puțin mai vie, mă fac să simt că are rost să trăiesc și eu, că are rost să iubesc și eu, că viața în mare parte are momente grele, dar momentele fericite, câte ar fi ele, ne oferă amintiri frumoase pentru toată viața. Am mers la mine în cameră şi am luat telecomanda; am decis să mă uit la un film, m-am înfofolit bine cu pătura şi, pe când să îl pornesc, intră băieții în cameră cu brațele pline de dulciuri,

popcorn, sărățele și tot felul de gustări...

- La ce ne uităm? întreabă Vlad.

- Desene! am exclamat eu și Matei deodată, iar Vlad râde de noi; poate că avem noi șaptesprezece și optsprezece ani, dar tot copii rămânem.

- 101 Dalmații e bine? întreb eu.

- Da, confirmă amândoi. Ne-am înfofolit acum toți trei cu o pătură și am început să ne uităm la film, am mâncat multe gustări și, pe la jumatatea filmului, am adormit toți...

Următoarea dimineață, când m-am trezit, am strigat la Matei să meargă la școală.

- Nu mă voi duce fără voi doi, se împotrivi el, și își puse mâinile în sân.

- Trebuie să mergi, nu putem lipsi toți, se vor crea zvonuri, spune Vlad, iar eu îmi dau ochii peste cap: de ce sunt așa unele persoane? De ce trebuie să judece înainte să cunoască adevărul? De ce trebuie ei să inventeze o poveste? Ca să pară mai interesanți? Nu le înțeleg logica acestor persoane care creează zvonuri despre alte persoane doar pentru că nu le suportă; poate nu le suportă şi nici măcar nu cunosc persoana respectivă. Tot felul de întrebări mi se învârt în minte...

*

Zilele acestea în care am stat acasă au trecut repede, prea repede. Abia ce m-am trezit şi deja știu că trebuie să merg la şcoală. Mi-am făcut ghiozdanul și mi-am luat o pereche de blugi pe mine și o bluză, am decis să mă machiez puțin astăzi. Puțin rimel, puțin fond de ten, puțin luciu de buze și arătam aproape ca o altă persoană. Mă simțeam mai frumoasă, ochii mei părând voluminoşi şi strălucitori. În acel moment, nu mai îmi era ruşine că am heterocromie, mi se părea un lucru chiar unic și interesant, eram eu însămi, eu cea frumoasă, şi mi-am dat seama că orice ar spune cineva, nu poate schimba părerea pe care o am eu și cei apropiați despre mine. Am plecat la şcoală plină de speranță și mai încrezătoare ca niciodată; eram puțin speriată, dar orice ar fi zis Amalia sau Radu, le-aș fi răspuns înapoi. Am ajuns la şcoală. Mergeam pe holuri și dintr-o dată am fost împiedicată, eu căzând în genunchi pe jos, iar Radu cu Alex treceau pe lângă mine, Radu râzând.

- Nu înțeleg, de ce îmi faci toate astea? Doar pentru că am ochii de culori diferite şi ție nu îți convine? Am spus ceva de tine sau ți-am făcut ceva, că să te comporți așa cu mine? E chiar absurd ce faci! Strig eu, în urma celor doi.

- Te-ai trezit să comentezi, copilă? se întoarce Radu, şi vine către mine și mă apucă de braț și mă ridică brusc. Mă uitam direct în ochii lui, pentru că deja eram sătulă să îmi fie frică, sătulă să îndur de atâta timp prostiile lui, mai ales că făcea toate astea fără niciun motiv. M-a luat şi de celălalt braț și m-a împins spre perete.

- Radu! Calmează-te, omule, e doar o fată. Ce tot ai cu ea, până la urmă? Chiar nu ți-a făcut nimic, spune Alex cu voce tare. Am rămas șocată când am auzit una că asta: Alex îmi lua mie apărarea? Doar şi el îşi bătea joc de mine, sau o făcea ca să nu pară ”slab”?

- De ce te bagi? zice Radu, printre dinți, foarte iritat; în acel moment, Vlad și Matei veneau spre noi. Amândoi se uitau la mica noastră ceartă, la fel și restul elevilor de pe hol. În următorul minut, tot ce am văzut a fost că Vlad l-a tras puternic pe Radu de pe mine, care s-a dezechilibrat și a căzut la pământ.

- Vlad, nu cumva să îi faci ceva, că eu nu o să mai vorbesc cu tine, spun atunci serioasă, cunoscând consecințele care vor fi dacă se vor bate. Vlad era, oricum, mai mare cu un an, iar Radu era speriat, se vedea pe fața lui; nu spunea nimic și nu reacționa, pentru că înțelegea că dacă se va bate cu Vlad, va pierde. Matei a venit la mine și m-a luat în brațe.

- Ce ți-au făcut? mă întreabă Matei, foarte serios.

- Nimic serios, îl mint eu. Ştia că îl mint, dar ştia și motivul, aşa că s-a prefăcut că mă crede. S-a dus și l-a tras pe Vlad din dreptul lui Radu, ținându-l, până când Radu se ridică.

- Care e problema ta? îl întreabă Vlad, nervos.

- Niciuna, răspunde Radu pe un ton vinovat, și apoi pleacă.

- Ești bine? mă întreabă atunci Alex.

- Și tu ar fi bine să o laşi în pace, spune Matei și se pune în fața mea.

- Înțeleg că îți faci griji pentru prietena ta, dar eu nu m-am legat de ea, nici nu o să o fac, zice el, apoi pleacă.

Matei stătea lângă mine. Mă luase de mână și a vrut să plecăm. Apare și Amalia cu prietenele ei.

- Vai, vai, vai, se pare că domnișoara Cristina a prins curaj să comenteze înapoi, o, ce drăguț, și Matei o ține de mânuță!

- Se pare că este o problemă aici, din câte observ, se auzi o voce din spatele nostru.

Ne-am întors și, uimiți, l-am văzut pe domnul profesor de muzică, cu care ne înțelegeam foarte bine.

- Nu este nicio problemă, domnule profesor, spune Amalia și încearcă să plece.

- Stai așa, domnișoară Amalia, nu e prima oară când observ că îți bați joc de Cristina, să nu mai spunem că i-ai tăiat părul! Te rog să mă însoțești chiar acum în biroul directorului. Spune acestea şi o urmează, dar se întoarce puțin la mine şi îmi face cu ochiul. Întrebările deja îmi invadează mintea: de unde ştia că Amalia mi-a tăiat părul, sau că își băteau joc de mine? Voi vorbi cu el despre asta.

*

De atunci, totul s-a schimbat la liceu - colegii au început să mă salute, am început să îmi fac prieteni noi, mulțumită domnului profesor de muzică, care a aflat de starea mea de la prietenele mele; cu Roxi am vorbit, vom face un trio la spectacol. Radu a venit și și-a cerut mii de scuze, nu știa cum să reacționeze. Amalia a fost exmatriculată, prietenele ei fiind pedepsite. Părinții mei au aflat, într-un final, iar atunci au vrut să mă mute la un alt liceu, dar nu am fost de acord. Am învățat multe lucruri din aceste momente frumoase, dar și rele în acelaşi timp: viața e grea, trebuie doar să îți alegi persoanele potrivite cu care să o trăieşti, despre care știi că îți vor fi alături, orice ar fi. *Viața e precum o vioară dezacordată, la care e greu să cânți armonios, fără să înveți anumite lecții, e o vioară pentru care trebuie să găsești arcușul potrivit.* Aceasta este povestea vieții mele.

De piatră...

Vultur Andreea
Liceul Teoretic "Grigore Moisil", Timișoara
Prof. îndrumător: Mihăilă Ana Maria

Mama era profesoară de română la clasa în care, bineînțeles, eram și eu. Eram fericită de asta, pentru că știam că o să am tot sprijinul ei, că îmi va explica când nu am înțeles lecția, acasă. Mama fiind profesoară mă aducea și pe mine în lumea ei, de adult matur, plin de responabilități, dar îmi arăta mereu partea frumoasă. Oh și câte erau! Asta m-a determinat să fiu o minge de energie gata să cucerească lumea asta și pe cele de după hotarele coperților. Cunoașterea era o aspirație spre fericire. Eram vorbăreață și căram după mine întrebări cu sutele... La început glumele erau drăguțe. Credeam că e o joacă. Și într-adevăr erau amuzante când râdeau cu mine, dar cu timpul au început să râdă de mine. Eram o floare care creștea cu lumină, soarele îmi era lampă și sub lună aveam conversații în gânduri cu norii. Apoi niște colegi s-au pus în lumina mea și am început să mă ofilesc încet. Faptul că mama îmi era profesoară i-a făcut să creadă că sunt nedreptățiți, că, fiind fiica ei, o să am parte de tratament special. Și nu era deloc așa. Mama nu avea o atitudine părtinitoare față de mine, din contră.

Greșisem odată un răspuns la o întrebare, pentru că nu fusesem atentă. Văzusem o albină și mă întrebam de ce... De ce are dungi de pușcăriaș? Apoi de ce pușcăriașii purtau dungi? Mama m-a certat atunci, știam că voia ce e mai bine pentru mine, dar din acel moment colegii mi-au pus și mie dungi. Școala devenise închisoare. Nu mai aveam întrebări, pentru că ei râdeau. În ochii lor eram vulnerabilă, făceam greșeli și nu aveam să reușesc vreodată. Problema era că nu eram singura în situația asta. Era un război de cuvinte veșnic și eu și alți colegi eram puși la perete mereu. Vorbele mărunte s-au transformat în piedici nevinovate, în caiete furate sau creioane ascunse, în minciuni copilărești care mă aruncau în fața călăilor din ochii aprinși ai dirigintei sau a mamei mele. Nu aveam curajul să îi spun mamei mele ce se întâmpla. Dacă aflau colegii mei că am făcut asta, îmi vedeam și ultima picătură de pace între niște scobitori. Totuși ea simtea că ceva nu este în regulă și deseori mă întreba dacă am probleme. Zâmbeam și îi ziceam că mi-am făcut deja tema la matematică. Mințeam, nu o făceam. Nu aveam timp. Trebuia să mă ocup să îmi înalț ziduri de siguranță pentru următoarea zi, să fiu cât se poate de perfectă. Era obositor. Așa că într-o zi am plâns. Dar am plâns de mi s-a dus rimelul și de pe ochiul minții. Bătrânica de pe banca pe care stăteam s-a uitat la mine. Nu m-a întrebat de ce

plâng. Mi-a zis: "Mulțumesc că mi-ai amintit de nepoțica mea. Mi-e dor de ea, dar m-am certat cu fiica mea și nu am curajul să îmi recunosc greșeala. Dacă ai greșit sau ai oameni care ți-au greșit, mulțumește-le că sunt acolo. Ei te-au făcut cea de azi. Cu bune, cu rele..."

Uitasem de ce plâng. Avea dreptate. M-am decis că e timpul pentru o schimbare. Fiecare se lupta să rămână la suprafată, înecându-i pe alții. Eu eram de mult sub piatra care începea să îmi fie și fortăreață. Am căutat pe fundul oceanului și am găsit și alte cetăți. Erau ca mine. Așa că ne-am împrietenit. Și asta a fost greu, dar la urmă eram prieteni. Mi-am amintit ce îmi spusese bătrânica aceea, o străină totală. Am început să adopt o altă perspectivă. Totul era spre bine. Fiecare vorbă jignitoare, fiecare gest supărător primea câte un mulțumesc. Inițial părea că nu are nici un efect. Dar îi dezarmasem. Nu știau ce să facă. Era deja sfârșitul anului, dar măcar lucrurile începeau să se schimbe. Apoi mi-am zis că trebuie ca lumea să știe ce se întâmplă. Cineva trebuia să țină un discurs după festivitatea de încheiere. Era un discurs spus în fața clasei, deci nu era mare lucru... sau nu părea mare lucru...pentru alții. M-am oferit voluntară. Colegii mei erau deja încântați. Parcă își pregăteau popcorn-ul ca să vadă spectacolul. A venit și ziua decisivă. Copii cu părinții lor s-au așezat în bănci. Și mama stătea. Toată lumea voia să plece. Era cald. Dar eu aveam ceva de spus.

Discursul fusese pregătit de dinainte, de mine și prietenii mei de cetate. Aveam susținerea lor. Îmi spuneam în repetate rânduri că va fi bine... trebuia.

Discursul suna cam așa:

Știu că acest discurs ar putea părea personal, dar nu este. Este din suflet și vreau să mă ascultați cu atenție. Îți mulțumesc Erik că mereu îmi evaluezi situația școlară și îmi ridici standardele, îți mulțumesc Amara că mereu ești atentă la vestimentația mea și că mă faci să am mai multă încredere în mine, îți mulțumesc Sara că urmărești cum stau cu starea socială și îmi reamintești să mă bucur de prieteniile pe care le am, prin simplul fapt că le am, îți mulțumesc Alex că îmi scri în caiet când merg la tablă ca să nu rămân în urma....

Am spus mulțumesc de 27 de ori, inclusiv prietenilor mei care mă susținuseră, așa cum putuseră ei. Apoi le-am mulțumit părinților care aveau și creșteau niște copii cu niște calități uimitoare. Nimeni nu zicea nimic. În mintea mea erau aplauze, ca în filme, cu toată sala în picioare. Liniște. Un alt eșec. Eram un tablou de eșecuri, artă modernă din cioburi.

Am avut o vară uimitoare, în care am mai uitat de chinul de la școală. Apoi a început școala din nou. Un coleg a vrut să se ia de mine chiar din prima zi de școală, dar s-a întâmplat o minune. Au sărit vreo 5 colegi în apărarea mea. Era prea frumos. Făcusem până la urmă o schimbare. Am ajuns să fiu prietenă cu aproape toți colegii mei după un timp. Câștigasem o luptă, nu cu ei, pentru că între noi nu fusese nicio luptă adevărată, câștigasem lupta cu fricile

mele. Am transformat gloanțele lor în flori. În definitv, plecau gloanțe de la ei, dar depindea de mine cum sunt când ajung la mine. Eu aveam flori. Am lipit vechile cioburi într-o vază deformată în care am pus flori. Totul depinde doar de cum văd eu lucrurile. Am aprins din nou lumina și am început să mă văd mai bine.

O lecţie de viaţă

Anca Loredana, clasa a XI-a G
Liceul Teoretic „Tudor Vladimirescu”, București
Prof. îndrumător: Constantin Daniela

15 septembrie 2015. Prima zi de școală din clasa a 9-a. Eram doar o fată simplă de 14 ani căreia îi plăcea să stea singură, dar din păcate a ajuns în haosul unei noi școli. Noi colegi, noi mentalități. Până atunci nu privisem viața prin ochii cuiva care a suportat răutățile altora. Dar anturajele de liceu au schimbat totul.

Am intrat pe poarta școlii de una singură. Cu umbrela într-o mână și cu o carte în cealaltă, am pătruns în ceea ce urma să numesc ”iad” pentru următorul an de școală.

Curtea școlii era plină de copii, mai mari și mai mici decât mine, care stăteau strânși în grupuri, formându-și cercurile de prieteni. Deși școala aceasta era la doar două sate distanță de casa mea, nu cunoșteam pe nimeni. Era prima oară când vedeam toate acele fețe.

În cadrul acestor grupulețe amuzamentul părea să fie maxim. Bineînțeles că am fost nevoită să stau singură, într-un colț al curții, cu umbrela și cu cartea pe care o citeam. Citeam foarte mult în perioada aia și pot spune că am fost educată așa încât să nu văd învățatul ca pe o povară, precum mulți alții de vârsta mea, dar asta nu însemna că trăgeam de mine ca să iau 10 pe linie. Nu îmi păsa atât de tare, atâta timp cât notele mele mă făceau să mă simt în regulă. Pentru o observație pe care o voi face mai târziu (pentru a vă face să înțelegeți unde m-a adus această poveste de bullying), voi menționa că media mea anuală a anului precedent acestuia cu pricina a fost de 9.23.

Stând în colțul curții singură am început să citesc și am observat că unii copii se uitau ciudat la mine. Când mă uitam la ei, își întorceau privirile înapoi spre prietenii lor și era evident că se miră de comportamentul meu care lor li se părea ciudat. Pe atunci rețelele de socializare erau abia descoperite de puștii ca noi și deveniseră în scurt timp singurul mod prin care puteai să arăți cât de „mișto” ești. E de la sine înțeles că li s-a părut ciudat, chiar comic, să vadă o fată care citește și nu vorbește cu nimeni.

-Scuză-mă, ești nouă?
-…da?

Vocea aceasta m-a întrerupt din gânduri și m-a readus la realitate din fantezia cărții. Era o fată cam de aceeași vârstă cu mine, care urma să-mi fie colegă de clasă.

-Sunt Clara, am observat că stai aici singură și mi-am dat seama că cel mai probabil ești o elevă nouă… În ce clasă ai intrat…? Poate te pot ajuta.

-Într-a 9-a B.

-Pe bune? Deci suntem în aceeași clasă! Cum te cheamă?

-Anastasia. Unde sunt cei din clasa noastră?

-Sunt toți mai încolo, dar nu cred că ai vrea să te împrietenești cu ei. Sunt toți niște „proști". (Voi pune în ghilimele toate aceste apelative, sincer nu mi se pare în regulă să numești pe cineva astfel în nicio situație.)

-A… Și ce facem, stăm aici ca două „fraiere", singure?

-Păi, dacă vrei, putem merge la prietenii mei, sunt după colț.

Am urmat-o tăcută, nevăzând nimic rău în asta. Pe scurt, prietenii ei erau aproape toți în clasa a 11-a și „rebeli". Stăteau lângă o bancă și fumau.

În fine, să trecem la ce este semnificativ. Am stat cu ei în ziua aia, apoi alte zile întregi. Cei din grupul meu de „prieteni" tot încercau să mă facă să fumez, dar am refuzat de fiecare dată (și atunci mi se părea o prostie, ca și acum), dar într-un final, după prea multe insistențe, am „tras" un fum dintr-una din țigările lor, iar unul dintre băieți s-a hotărât să îmi facă o poză „pentru amuzament" cu țigara în gură, în timp ce alt băiat, Mihai, voia să mă învețe cum să fac.

Îmi petreceam tot mai mult timp în compania lor, ceea ce m-a făcut să îmi pierd aproape pe îndelete interesul față de școală și de învățat. Acest lucru a dus la o scădere drastică a notelor mele, nu doar la o materie, ci la aproape toate. Am ajuns să înjur și să vorbesc urât, fapte ce nu îmi stăteau deloc în caracter de fapt, căci am fost educată mult mai bine decât atât. Dar atunci nu realizam asta.

Într-o seară am primit un mesaj de la Andrei, cel care a imortalizat singurul moment când am pus gura pe o țigară. Îmi trimisese poza aceea și un mesaj care spunea ceva de genul: „Nu cred că ai vrea ca ai tăi să vadă asta". Nu am de gând să înșir aici toată această discuție care m-a adus la disperare. Pe scurt, îmi cerea să am o relație cu el, sunt sigură că înțelegeți ce vreau să spun prin „relație". Normal că nu am acceptat, aveam doar 14 ani... Cine ar fi fost de acord? El insista și insista și mă amenința că are să trimită poza profesorilor și să spună și că i-am acceptat propunerea, chiar daca nu era adevărat. Am continuat să refuz categoric.

Așa a început iadul bullying-ului.

Următoarea zi, mergând pe hol, toți cei din școală se uitau la mine și râdeau pe măsură ce treceam pe lângă ei. Eram deja sigură ce se întâmplase. M-am dus afară, la grupul pe care îl

consideram al meu, doar ca să-i văd și pe ei toți râzând de mine. Pentru ceva ce nici nu am făcut. L-am confruntat pe Andrei, dar tot ce a reieșit din asta a fost penibilitate, un sentiment ce a căzut pe capul meu deși nu eu eram vinovată. M-am uitat la Clara care doar a dat din umeri și a zis „ce vrei, dacă-ți place…!" – un vocabular foarte neadecvat al unei fete de clasa a 9-a. Am intrat în clasă umilită, încercând să nu plâng, deși știam că toată lumea, inclusiv profesorii, văzuseră poza și auziseră zvonurile false, dar pe care ei le credeau a fi adevărate.

În momentul când s-a sunat de pauză m-am ridicat să plec, cu intenția de a mă duce la baie și a plânge până plec acasă.

Mai apoi, părinții mei au fost chemați la școală și mama m-a apărat cât de mult a putut, știind că eu nu sunt așa, căci ei m-au crescut mai bine de atât. Îi mulțumesc enorm că, deși nu i-am spus eu toate astea și nu m-am destăinuit ei, a fost de partea mea.

Vreau să mă întorc la menționarea mediilor școlare. Pentru a înțelege cât de mult m-a schimbat toată experiența bullying-ului și, totodată, anturajul sau grupul în care am intrat. Media mea anuală a scăzut de la 9.23 la 6.45. Involuție evidentă.

Mi-am petrecut vacanța de vară prinzând din urmă materiile la care aveam probleme mari din cauza delăsării mele. Am citit, de asemenea, foarte mult. Până în ziua de astăzi iubesc și apreciez cărțile mai mult decât oamenii.

În clasa a 10-a am tras din greu și mi-am uimit profesorii, părinții, dar mai ales… m-am uimit pe mine. Colegii mei au renunțat, într-un final, când au văzut că vorbele lor chiar nu mă mai afectează și că pot râde eu de ei din multe puncte de vedere.

Povestea mea s-a încheiat prin părinții și profesorii mei, care au rezolvat până la urmă situația. M-am urât mult timp pentru că m-am alăturat unor adolescenți asemenea lor, dar mi-am dat seama că nu eu sunt cea care a greșit. Soluția împotriva batjocorei pe care mi-a adus-o acest Andrei a constat în mai multe controale medicale care au dovedit atât că nu fumez și că nu am fumat vreodată, cât și că nu am avut nicio relație de orice fel cu el. Astfel, el este cel care a suferit consecințe mai grave decât niște jigniri și acuzări false.

După această experiență am învățat că oamenii se vor folosi de orice prilej pentru a obține ceea ce vor, indiferent care ar fi acel lucru. Lor nu le va păsa că rănesc sentimentele celui pe care îl batjocoresc din egoism, chiar daca sunt conștienți că umilirea îi va schimba acestuia viața pentru totdeauna.

Tot ce pot să spun cuiva care se confruntă cu o situație de bullying este că trebuie să crezi în tine. Dacă tu știi că poți mai mult, atunci nu îi lăsa pe alții să te tragă în jos. Sunt mai jos decât tine pentru un motiv. Nu am de gând să spun ceva clișeic, cum ar fi că totul va fi bine. Da, asta este adevărat, dar unui om care ajunge ținta răutăților altora, această afirmație i se va

părea absurdă.

Țineți minte*: nu trebuie să fiți răi! Dacă nu aveți ceva frumos de spus, mai bine abțineți-vă! Nu e nevoie să faceți pe altcineva să se urască, crezându-se greșit din cine știe ce punct de vedere, doar ca să vă simțiți voi bine!*

SPUNE STOP BULLYING-ULUI!

Popovici Andreea-Iulia
Colegiul Tehnic de Comunicații Nicolae Vasilescu-Karpen Bacău
Prof. coordonator: Popa Luminița

Este dimineață. Îmi fac ritualul magic din zorii zilei ce mă ține cu adevărat înfloritoare întreaga zi. Anume îmi beau cafeaua in liniște, apoi las picurii calzi ai dușului să-mi străpungă pielea.

Ajung în cele din urmă la școală. Privesc cum stătea pitit stingher un suflet batjocorit și trist în spatele clasei. Am putut citi în ochii săi un amarnic sentiment de neputință. M-am apropiat ușor, cu pași calzi si încrezători si i-am întins mâna. I-am oferit o îmbrățișare, căci știam că vorbele ar fi de prisos. I-am șters cu blândețe lacrimile și l-am lăsat să suspine în liniște.

Am realizat în acea oră că sufletul ce stătea alături de mine era ținta bullying-ului. Privea astfel mirat asupra mea, căci am reușit sa zăresc dincolo de aparențe. Am văzut durerea ce-l chinuia.

După un timp în care am reușit să-i câștig încrederea; s-a deschis în fața mea și se simțea protejat, gurile rele nu s-au ferit să ne discute. Devenisem în scurt timp un subiect de discutat la fiecare colț al sălii micuțe de clasă. Apoi s-a răspândit în întreg liceul. Asta deoarece sufletelul salvat din ghearele atacatorilor, era un nimeni, pentru ei.

Un an mai târziu, mă trezesc ca fiind una dintre tințele principale ale bullying-ului. Umbrele întunecate ale ființelor rău-voitoare mă urmăreau la orice pas. De ce? Pentru că alături de amicul meu odată agresat și el, devenisem vulnerabilă. Aveam sentimente și eram sensibilă. Mă batjocoreau fiindcă eram om, întâi de toate. Găsiseră în intenția mea de a-l ajuta pe acest suflet, un punct slab.

Știam cum aveau sa decurgă zilele mele la școala. Râdeau și mă trezeam mereu ținta glumelor nesărate. Aruncau cu obiecte în mine. De parca aș fi fost doar trup, fără suflet...

Mergem să învăț cu groază știind ce mă aștepta. Nici măcar educația nu mă mai putea salva. Priveam acel loc ca pe un ospiciu, căci oamenii în cauză aveau probleme mai mari decât batjocura. Am fost amenințată că dacă voi spune cuiva, se va alege praful de mine. In acel moment nu mă gândeam că fac aceste lucruri din frustrări interioare, vedeam doar răutate în ochii lor.

Luni în șir m-am simtit abandonată, neputincioasă, îndurerată si înfrigurată. Mi-era frig sufletește. In acel moment cred că aș fi preferat să fiu aruncată câinilor, decât sa-mi sfâșie sufletul așa.

Simțeam cum durerea s-a transpus deja în întreaga mea ființa și știam că din moment în moment voi ceda.

Astfel, într-una din zile, când am încercat să opresc un alt joc de al lor, am fost închisă în baie și mi-au sfâșiat și hainele (nu doar sufletul) pentru a mă face de râs în fața tuturor. Acela a fost momentul în care ființa mea se transformase. Am simțit cu adevărat cum sentimentele se desprind de mine și devin rece. Precum gheața. Tremuram, iar sângele stătea parca să-mi fiarbă în vene.

Așa am ajuns să devin ceea ce uram cel mai mult. Eram una dintre "ele" acum, poate chiar mai rău..

Dacă inițial aceasta fusese doar o barieră pentru a-mi apăra emoțiile, în timp mă transformasem întru-totul. Nimic nu mai era de fațadă, eu devenisem mai rece și superficială ca niciodată.

Recunosc, aceasta mă salvase pentru început din a mai fi ținta bullying-ului. Eram de neatins, nimic nu mă putea afecata, dar n-a ajutat decât temporar..

Realizasem că aceasta nu era decât o mască. Toți cei ce fac parte dintr-un grup "agresiv" au de fapt un suflet bun, cald, iubitor și blând. Trebuie doar să cauți.

Am fost acolo. De ambele părți ale extremelor. In niciuna dintre situații nu este plăcut să te afli.

Cel mai bun lucru care mi s-a întâmplat a fost să-l întâlnesc pe prietenul meu. M-a găsit între furtunile personalității mele bipolare și răutăcioase. Apoi a căutat aurul și l-a găsit. Simțea parcă cum în mine încă se zbate sa iasă la suprafața bunătatea și Frumusețea sufletească.

A avut răbdare și m-a înțeles. M-a ascultat. A fost acolo. A combătut peisajul meu obscur, cu multă lumina. Iar pentru asta îi sunt veșnic recunoscătoare.

Bullying-ul nu este doar o formă de a ataca, ci o serie de frustrări pe care "atacatorul" le aruncă asupra victimei. Acesta însă trage un semnal de alarmă, căci nici el nu se simte bine.

Trebuie doar să privim dincolo de aparențe. Să vedem în sufletul omului, căci societatea ne distruge învățându-ne să ne ascundem emoțiile și să ne îngrădim sufletul cu ziduri de spini și coroane sumbre din lacrimile celor neputincioși.

In final, am aflat că nimic nu este mai frumos decât curcubeul ce izvorăște în sufletul tău după o îndelungată furtună!

POVESTEA UNEI AGRESOARE

Tudor Marinela, clasa a XI a D,
Liceul Teoretic ”Gh. M. Murgoci” Măcin, jud Tulcea
Prof. coordonator: Cabaua Veronica

O veche fotografie presărată cu praful timpului îmi scoate la iveală amintirile oribile impregnate ostentativ pe undeva prin inconştient. Este uşor decolorată, cu marginile răzuite, cu mulţi copii cu zâmbete nesigure pe chipurile lor inocente. Astăzi au crescut, de mulţi nu ştiu nimic. Alături de ei trebuia să-mi construiesc cele mai frumoase amintiri de-a lungul celor patru ani de liceu.

Însă într-un mod paradoxal, pentru mine liceul nu a fost despre amintiri frumoase, despre prima dragoste sau despre prietenii adevărate. Curăţând fotografia de praf, descopăr un chip familiar, cu o privire pătrunzătoare posedată de un căprui demonic şi cu un zâmbet subtil, dar totuşi îi pot simţi tristeţea. Îmi pot da seama că sub armura ei formată dintr-un tricou prea negru, prea mare pentru trupul său nedezvoltat, îi protejează inocenţa şi frumuseţea, ascunde multă dramă, mult prea multă durere, mult prea multe vânătăi.

Îmi aduce aminte de povestea unei...agresoare.
Într-adevăr, povestea unei AGRESOARE!

Liceul chiar îţi dă prilejul de a te reinventa. Aşa făcusem şi eu. Eram genul de tipă misterioasă care ura pe toţi, şi în principiu pe cei fericiţi, şi totuşi râvneam după fericire. Eram genul de tipă care nu avea prieteni, tachina şi râdea abuziv şi pe nesăturate, şi totuşi doream pe cineva în faţa căruia aş fi putut să-mi deschid sufletul protejat de hainele mele mari şi întunecate. Eram genul acela care era scârbită de îndrăgostiţii de pe holuri..şi totuşi aveam nevoie de cineva care să-mi ofere atenţie şi afecţiune.
Liceul era portiţa mea de scăpare dintr-o lume pe care o uram cu toată fiinţa. Îmi uram familia, îmi uram tatăl care bea prea mult, îmi uram mama care nu lua atitudine şi-i suporta scăpările tatălui...mă uram pe mine pentru că în ciuda atitudinii mele de rebelă, de fată rea, persoană oribilă care-şi face colegii să sufere, nu eram în stare să fac absolut nimic.

Astfel, o zi obişnuită începea cu certurile matinale ale celor doi părinţi care câteodată aveam impresia că uitau că locuiesc cu ei, ce-mi ţineau loc de deşteptător. Îndepărtam oboseala clătindu-mi faţa şi gura cu apă, în timp ce mirosul hipnotizant al cafelei se intensifica acaparând fumul de ţigară amestecată cu cel de alcool. Sorb cu lăcomie din cafeau fierbinte, precum un

prădător ce nu-şi lasă hrana proaspătă să se răcească, simţind fierbinţeala sangelui curgând uşor, în jos, pe esofag. Odată devorată poţiunea revigorantă a dimineţii cu miros de cafea, toate simţurile mi se trezesc la viaţă după ce au apucat calea morţii pe aleea somnului profund. Mai departe, îmbrăcam un tricou negru, posibil cel pe care l-am purtat şi ieri, îmi astupam cearcănele şi o porneam nerăbdaroare spre liceu. Sincer abia aşteptam să scap de ai mei, să scap de acel loc mizer, cu miros de durere îmbibat de suspinele mamei amestecate cu mirosul de alcool şi mahmureală, acel loc numit "acasă", căci liceul, altfel spus, putea fi considerat locul în care oamenii îmi remarcau existenţa, chiar dacă asta ar fi însemnat să atrag atenţia prin diverse moduri..agresive ce-i drept. Însă, oricum cei pe care îi împingeam, dispreţuindu-i poate, sau cei în care aruncam cu mâncare sau chiar cei cărora le puneam piedică, nu erau adevăratele victime. Sau cel putin aşa credeam. Dacă chiar tu mi-ai fi spus că acele persoane, victimele mele, suferă, n-aş fi crezut...pentru că în ochii adolescentei care credea că şi-a pierdut inocenţa undeva printre ecourile ţipetelor dintre pereţii reci ai casei cu cadavre umblătoare, posedate de un suflet muribund şi rece, ce emană boală şi tristeţe adevarata suferinţă era cea pe care ea o trăia, iar ei, fericiţii, nu aveau dreptul să zâmbească în preajma suferinţei sale. Însă abia după ce acele gesturi agresive le-am dus la extremă, depăşind graniţa bunului simţ, unii ar fi zis "cei şapte ani de-acasă", însă chiar nu era cazul meu, transformându-se din glume aparent banale care în esenţă răneau adânc, într-o adevărată dramă.

Jocul de-a nefericita care se hranea prin tachinarea altora, făcând-o pe victima, a luat o altă întorsătură, căci nu eram altceva decât cea care agresa. A fost nevoie ca una dintre victimele mele să se sature de abuzurile zilnice încât să-şi dorească a-şi pune capăt zilelor, ca eu sa realizez cum eram de fapt, sau ceea ce devenisem.

Ea e Ella. Mereu mi s-a parut cea mai uşor de indimidat, luându-mă de aspectul fizic şi profitând de faptul că nu vorbea prea mult. Nu ţipa, nu se revolta în ciuda vorbelor mele, sau piedicilor. Nu facea nimic altceva decat să se curăţe când vărsam mâncarea pe ea. Ba chiar îi băgam bileţele în caiete de la aşa- zişi "admiratori". Curând am exagerat. Am facut un cont fals de Facebook cu numele George, care aparent era dintr-alt liceu. Timp de două săptămâni am vorbit cu Ella, timp în care am şi cunoscut-o. Era pasionată de artă, picta superb, şi avea o voce ce-ţi mângâia timpanele precum o ploaie într-o zi de vară ce se stingea pe pielea arsă de soare. Însă ceva inexplicabil din mine, îmi umbrea conştiinţa, dorindu-mi doar să-i fac rău, doar pentru ca era uşor influenţabilă, era cea mai bună victimă. Astfel, am convins-o să se vadă cu George într-o cafenea, care, în mod cert, mai târziu şi-a cerut scuze că nu a putut să ajungă. Bunătatea Ellei era de admirat. Ea nu s-a suparat, deşi îl aşteptase ore-n şir. Am continuat să vorbim, deşi nu mai eram aşa sigură dacă îmi mai doream să-mi duc la final planul diabolic.

Începusem să o consider prietenă, chiar dacă eu nu am avut posibiltatea să mă deschid în faţa ei. La liceu am mai slăbit-o de povara agresiunilor mele, însă nu a durat mult, iar toata răutatea din mine a fost transpusă printr-un singur click.

Ajunsesem acasă, tată era pornit pe ceartă trântind şi aruncând cu tot ce avea în cale. Furia sa exacerbată şi absurdă îi posedă judecata, navălind asupra mamei pe care o izbeşte cu fruntea de uşă. Un sunet de război, mult prea dur pentru fiinţa mea. Ecourile cioburilor de sticlă încă le auzeam sfărmându-se în valurile de vorbe tzunamice alea barbarului cu titlu de "tată". Ridic privirea. Era sânge..Curgea lin şi curat precum un pârâiaş zdruncinat de o pietricică aruncată. Câteva picaturi i se scurgeau pe pleopele ce se zbăteau uşor sub protectia sprâncenelor înclinate ale mamei. Genele sale erau umede, dar nu din cauza lacrimilor, căci, ea era puternică, nu plângea...doar mă privea cu neputinţă, iar eu de asemenea, ştergându-i acel lichid călduţ cu miros rece. În acel moment nu mai credeam nicio clipă în bunatea oamenilor. Am trăit în sălbăticia din mijlocul oraşului, în brutalitatea vorbelor şi loviturilor tatălui.

Ella doar mi-a dat un mesaj, un simplu "Bună!" la momentul nepotrivit, iar eu nu mă puteam îndepărta de turmă, de regulile şi de modelul mascului feroce. Astfel, prin intermediul acelui click, am decis să mai distrug cuiva o viaţă. Eu, prin intermediul lui George, postasem o poză descărcată de pe net, cu o domnişoară ce putea fi asemuită cu Ella, într-o ipostază indecentă. Mă dispreţuiesc chiar şi după atâţia ani, chiar şi mai mult ştiind ca Ella mi-a oferit iertarea sa, însă eu nu o voi merita niciodată, căci nu voi fi în stare să mă iert primul rând, eu pe mine însămi. Comentariile răutăcioase au apărut imediat. Oamenii se distrau, nimeni nu-mi spunea că am greşit, sau să o şterg... Un alt motiv datorită căruia credeam că bunătatea oamenilor chiar nu exista. Dar eu o cunoscusem. Bunătatea întruchipată era Ella, iar eu eram să o distrug...Văzând totul, mi-a scris doar "Chiar nu înţeleg... Sper că eşti fericit acum!", după care şi-a dezactivat contul. M-am simţit oribil.. Devenisem ca omul pe care îl dispreţuiam cel mai mult....eram ca tatăl meu. Oriunde mă uitam, vedeam durere..o simţeam venind din toate unghiurile, mirosind a frică, a lacrimi..a sânge. Era momentul să nu-mi mai plâng de milă! Am şters poza, am şters contul şi am fugit spre casa Ellei pentru a-mi cere scuze. Nu merita asta. De fapt nimeni nu merita să-mi fie victimă, iar eu nu aveam niciun drept să mă comport mizerabil cu ei... Însă am realizat cam târziu asta.. Ajungând în faţa casei Ellei, erau doua ambulanţe.. Ajunsesem prea târziu. Ella a scris un bilet în care îşi explica motivul a ceea ce urma să facă. Renunţase să mai lupte.. Voia să-şi pună capăt zilelor, înghiţind un flacon de pastile. Însă fratele său a gasit-o leşinată în camera sa. Astfel, bunatatea întruchipată, Ella, a fost salvată. Am fost la ea a doua zi. Nu părea surprinsă să mă vadă. I-am povestit totul, i-am zis ca regret şi că nu este nevoie să mă ierte, pentru că nu sunt demnă de iertarea ei. Ea m-a

privit cu acelasi chip senin şă cu ochiii sedaţi. A dat din cap ca semn că m-a înţeles, apoi am plecat căci aveam multe de reparat. Am cerut ajutor, aveam maximă nevoie de cineva care să mă asculte, aveam nevoie de o altă perspectivă, de o altă voce în afară de cea interioară. Am apelat la doamna dirigintă. Dumneaei m-a direcţionat către doamna psiholog. I-am vorbit cu greu despre mine, despre familia mea, însă eram conştientă că trebuie mai întâi de toate să-mi rezolv mie problemele pentru a fi capabilă să-mi scap mama de tortura sa zilnică. Trecusem cu greu de primul pas. A fost dureros să-mi recunosc problemele şi apoi să mi le înţeleg.Urmau mai multe discuţii, însă trebuia să acţionez într-un fel. Nu mai puteam permite să trăiesc fără un scop anume.

Am ajuns acasă mult mai devreme decât de obicei. Tatăl meu încă se confrunta cu mahmureala. Mama gătea ca în orice zi obişnuită, tăcută, ca şi cum nu se întâmplase nimic. Am luat toate sticlele de alcool şi am început să le vărs. Tiranul cu ochi de un căprui întunecat, mă privea confuz. Urmatorul pas, era confruntarea.

-Tată?

-Da! Ce tot faci?, spuse el pe un ton ridicat şi totuşi nesigur.

-Ai răspuns la apelativul "tată". De ce ai facut-o?

-Îţi başi joc de mine? Sunt taică-tău! Lasă sticlele!

-Nu prea cred... Ţii mai mult la aceste sticle cu care petreci timpul destinat copilului tău. E timpul pentru o schimbare. Eu şi mamă plecăm.

-Lasă sticlele, am zis! Nu plecaţi nicăieri!

-Priveşte-ne!, am fugit in cameră, am luat câteva haine şi o iau pe mama de mână. Nu mai eram eu cea care dădea explicaţii. Era rândul lui. Văzându-ne cum ne îndreptam către ieşire, tata aleargă spre noi. Insistă să rămânem căci va încerca să se schimbe. Însă nu suna prea convingător. I-am dat numarul unui centru dezalcoolizare obţinut de la dna. psiholog. I-am zis să-l folosească şi peste o luna să ne sune. Până atunci, noi ne-am mutat într-un alt apartament. Mama ieşise într-un final din starea de şoc. Totul s-a întâmplat rapid, însă obrajii ei începeau să înflorească, ochii să i se lumineze, buzele să i se dezamorţească. Nu eram vindecate complet. Trecusem prin nişte traume care şi-au pus amprenta mult timp...poate chiar şi în prezent. Am continuat să mă văd cu dna psiholog, ba chiar şi mama începuse acelaşi tratament.
Simţeam schimbarea, simţeam că mi-am salvat mama..că m-am salvat pe mine. Iar probabil tatăl meu, nici în prezent nu a sunat, sau cel mai probabil a pierdut inclusiv numarul de telefonul pe care i l-am dat, printre sticlele de vin.

Scuzele nu ajută mereu. Uneori este nevoie şi de fapte pentru a-ţi arăta regretul. Uşor, m-am regăsit pe mine, am renuţat la arumura mea, am început să mă iert pentru câteva din faptele

mele, să mă accept, să mă îmbunătăţesc. Astfel, am reuşit să-mi găsesc sensul vieţii. Regretele au si ele rolul lor în viaţa noastră. Ne amintesc despre umanitatea noastră, dspre faptul ca binele există pe undeva prin lume. Deşi Ella mi-a devenit cea mai bună prietenă, asta nu înseamnă că tot răul pe care i l-am făcut l-am dat uiării. Ea m-a făcut să cred din nou în bunătatea oamenilor, m-a făcut să cred în ea, m-a făcut să cred în mine!

Poveste

Cătinean Anda, cls. a XI-a
Liceul Teoretic Victor Babeș Cluj-Napoca
Prof. îndrumători: Alb Lucia Maria, Hosu Ala

Salut. Numele meu e Ryan,am 20 de ani, sunt în anul al 2-lea de facultate. Locuiesc singur de 2 ani, am un job stabil care implică ceea ce îmi place și am ajuns să mă întrețin singur din asta. Am o iubită extraordinară și o mâna de prieteni apropiați în care am toată încrederea din lume. Fac Kick Box de 3 ori pe săptămână, Krah Maga de 2 ori și sală în weekend.Îmi place să am grijă de corpul meu și am învățat să îmi gătesc cele mai benefice și mai hrănitoare mese pentru mine.Am scris o carte pe care am publicat-o și care s-a bucurat de un succes imens. Acum lucrez la a doua. Dacă mă vede cineva din exterior îmi spune că am o viață bună. Că omul ăsta care e într-una bine dispus, omul ăsta care îi face mereu pe cei din jurul lui să râdă și să îi împărtășească pofta asta nebună de viață pe care o radiază, a avut mereu o viață bună..că așa i-a fost scris,că lumea lui e perfectă..că e unul dintre norocoșii care o duc bine și la care le iese totul perfect. Părerile pot fi împărțite. Dar povestea e cu totul alta. Nu am avut cea mai fericită copilărie,ci din potrivă acei "cei mai frumoși ani" pentru mine au fost un coșmar. Probabil cea mai neagră perioadă din viața mea. Am trăit ceea ce azi se numește bullying. Am vrut să renunț de atâtea ori…voiam doar să îi fac să taca,să mă lase în pace..în neștiința mea,în universul meu mic trist și singur. Acum urmează să îmi aflați povestea,prin ce am trecut și ce înseamnă să îți distrugă cineva concepția despre copilărie și preadolescentism. Și desigur cum am ajuns azi unde sunt.

La început să vă spun câte ceva despre mediul din care provin: părinții mei au divorțat când eu aveam 2 ani (tata a plecat cu o altă femeie) ,iar eu am rămas singurul "bărbat" din casă. Locuiam cu mama și bunica mea într-un apartament micuț din oraș. Tot ce m-a învățat mama mea (în neștiința ei săracă) despre socializarea cu alți oameni,fie ei adulți sau copii, a fost "Să fii drăguț cu ceilalți". Atât. Și mergea..cu adulții,dar să recunoaștem că nu funcționează asta și cu copiii. Copii sunt răi, oricât de drăguți par să fie..sunt groaznici unii cu ceilalți.Încă de mici încearcă să fie în vârful ierarhiei.Vor să fie plăcuți de toată lumea, poate chiar invidiați de ceilalți pentru cât de bun e el sau ea la ceva. Pentru "ghici cine e tata " și câte și mai câte. Sau cine avea cei mai mulți prieteni..

Eu neavand o bază despre relațiile de orice tip înafară de cea cu mama,îmi era foarte greu să mă împrietenesc cu cineva. Noroc cu desenele animate care mă mai învățau ce trebuie să spun sau să fac ca să îmi fac vreun prieten. Doar că una era acolo și alta în realitate.

Grădinița a trecut așa cum a trecut..dar a urmat școala primară și generală.Acolo intervenea deja scara ierarhica,piramida tropică,îi puteți spune cum vreți. În clasa mea "vârful" era un băiat de bani gata(părinții profesori universitari) și avea cele mai cool lucruri din vremea respectivă.Toți își doreau să fie prieteni cu el.Fetele îl plăceau,băieții îl respectau,universul se învârtea în jurul lui cum s-ar spune,însă..spre nenorocirea mea,m-a prins în ochi rai și a devenit "bătăușul meu". Îl chema Ștefan.

Eu în copilărie,neavand prieteni sau ceva de făcut,îmi ocupam timpul cu macatul în fața calculatorului. Așa am ajuns gras/obez..nu sunt sigur dar nici nu vreau să aflu. Oricum,Ștefan a folosit asta împotriva mea toată școala primară și aproape toată școala gimnazială. Dacă vedea că vorbeam cu alți colegi sau că îi făceam să se simtă bine,venea și se lega de mine.Îmi spunea că sunt "un gras infect care nu merită nimic,care nu o să reușească niciodată, un tâmpit care chiar crede că dacă face doi-trei colegi să râdă gata e totul ok". Ei bine,avea dreptate,nu era. Câteodată mă enerva atât de rău că îi răspundeam înapoi și el asta aștepta.Să îi răspund cu agresivitate că să își poată chema restul de hiene (alți colegi care îl venerau aproape) și să mă bată.Și bineînțeles că eu ieșeam prost: și bătut și cu proboleme la școală că stranesc bătăi. L-am displăcut pe acel om extraordinar de mult. Ajungeam acasă de la școală nervos,îi răspundeam urât mamei mele, nu voiam să vorbesc cu nimeni și bineînțeles că mâncam la nervi și stăteam la calculator. Atunci jocurile au devenit pentru mine un refugiu:un loc în care nu eram judecat sau criticat pentru cum arătam,un loc în care eram foarte bun la ceea ce făceam și chiar apreciat,un loc în care am crescut și în care mă simțeam in siguranță și înțeles.

După un timp,ori de câte ori încercam să fac ceva: un sport(am încercat o grămadă), să scriu un cântec, orice..auzeam în interiorul capului meu aceleași cuvinte: "Nu poți,pe cine încerci să păcălești? Ești jalnic.Nu o să iți iasă nimic niciodată.". Am fost bântuit,chinuit de propriile mele gânduri care erau influențate de copiii de la școală.Am ajuns într-un punct în care nu mai știam ce înseamnă să te bucuri, în care nu aveam încredere în mine,în care nu credeam că se mai poate face ceva. Credeam că sunt o cauză pierdută,că n-am să pot să slăbesc niciodată,că așa sunt și nu exista schimbare și că merit tot ce mi se întâmplă. Adormeam în fiecare seară plângând pentru că știam că trebuia să mă întorc dimineața iar la acei oameni. Nu puteam să

învăț sau să mă concentrez.Lumea reală era dușmanul meu și nu înțelegeam ce mi se întâmplă.A fost groaznic.

Nu puteam vorbi cu tata despre asta pentru că eu îl vedeam prea sever, prea calculat,"prea" bărbat. Nu puteam să îi spun că fiul lui e o abominație. Că nu seamăn deloc cu el.Că sunt slab, că plâng, că nu mă place mai nimeni. Singurii mei prieteni erau Bogdan și Teodor și asta pentru că ne jucam împreună după ore aceleași jocuri. Mama era mult prea sufletistă și aș fi întristat-o foarte tare daca i-aș fi spus prin ce trec (oricum știa de la școală o mică parte din poveste dar nu mă ținea inima să îi spun tot). Și a trecut un an,au trecut doi și tot așa..și lucrurile deveneau din ce în ce mai rău. Pe clasa a 6-a am realizat,sprea fericirea mea, că mai am doar 2 ani cu nesuferiții ăștia și că o să scap de ei în cele din urma. Am pus mana și am început să învăț iar. Voiam să iau note mari în examene că să intru la un liceu bun,cu oameni mai buni. Și încet, încet, am început să nu îi mai acord atenție lui Ștefan. Am realizat că el e doar un copil care nu primea destulă apreciere acasă și care încearca să compenseze asta la scoală.Și l-am ignorat complet 2 ani,dar deja după primul semestru,văzând că nu mai reacționez la spusele lui în nici un fel..s-a plictisit de mine.Răutățile erau din ce în ce mai rare. Nu mai primea satisfacția de a mă enerva,sau de ai face pe ceilalți să rada la scandalul dintre noi. Dacă eu nu ripostam,atunci nu mai era scandal.Era doar el penibil și imatur că se lega de mine complet random iar eu nu făceam nimic în privința asta. Așa bullyingul s-a diminuat considerabil. În clasa a 8-a el era prea preocupat de fete și anturaje ciudate că să învețe și a luat note foarte mici la examene. Spre deosebire de mine,care în ultimii doi ani am lucrat la persoana mea și m-am autoeducat cum să învăț. Gândurile acelea rele se auzeau tot mai încet și tot mai rar până au dispărut la liceu de tot. Am avut noroc la liceul în care am intrat să am o clasă grozavă:oameni buni care nu mă judecau după aspectul fizic. Nu mai eram "Grasul",nu. Acum eram "Băiatul ăla amuzant și de treabă" pentru noii mei colegi. Am reușit spre surprinderea mea să îmi fac niște prieteni pe care nu îi voi uita toată viața. Am aflat că poate să existe schimbare.Am început să fac sală și să țin dietă,slăbeam încet dar cu fiecare kilogram dat jos parcă dădeam jos fășii de ambalaj de pe omul care sunt azi. Se simțea atât de bine schimbarea. Tot în liceu,mai prin clasa a11-a, am început să scriu la prima mea carte. Nu mă așteptam să o termin vreodată de scris..dar m-am trezit după vreo 2 ani cu ea gata. Nu mi-a venit să cred. A fost unul dintre cele mai frumoase momente din viața mea. Încet, încet,până în clasa a 12-a am devenit bărbat. Și acum și arătam a bărbat,nu a biluta cu picioare. Am realizat că viața ți-o faci tu exact așa cum vrei și că nu iți poate dicta nimeni cum să trăiești.Și asta am făcut. Am investit foarte mult timp în mine. După atâția ani,am început însfârșit să am grijă de mine. Să nu mă mai judec de cate ori mă privesc

în oglinda. Să nu mai las părerile altora să mă afecteze în vre-un fel. De aia spun că pe Ștefan l-am disprețuit cel mai mult, și nu că l-am urat. Mi-a făcut un bine de care am devenit conștient doar după câțiva ani după ce mi-am tăiat toate legăturile cu el. Dacă nu era el,eu nu eram cine sunt azi. Consider că mai bine am suferit și m-am "călit" atunci. Azi singurele păreri de care îmi mai pasă sunt ale mele și ale celor apropiați mie, care știu că îmi vor doar binele. În ziua de azi,eu cu tatăl meu suntem foarte apropiați. E exemplul meu:un om harnic,bun la toate care știe să facă orice. Pentru mine,să îmi spui că seamăn cu el e cel mai mare compliment pe care mi-l poate face cineva. Legat de calculator și de "refugiul" meu virtual,acum mă mai joc doar din plăcere când am timp,dar prefer să mă bucur de lumea reală.Să rad pe bune,să ies afara cu prietenii,să stau cu iubita mea și să ne uităm la stele sau să îi cânt la chiatara.Să lucrez la atelier sau să conduc noaptea singur ore în șir pe drumuri goale.Lucrurile mici au devenit totul pentru mine. Mă bucur când o văd pe mama zâmbind ,când merg pe la ea să o vizitez,mă bucur când o aud pe prietena mea răzând. Mă bucur când merg la facultate și vorbim cursuri întregi doar eu cu profesorul despre diferite subiecte. Lumea reală nu e dușmanul. Eu eram propriul meu dușman. Eu mă limitam singur. Nu știu când s-a întâmplat mai exact schimbarea,când s-a făcut acel "click" în capul meu, dar s-a întâmplat la un momendat. Nu stiu cum. Nici nu-mi pasă.Am devenit de atunci cea mai bună versiune a mea și mă bucur maxim de asta în fiecare zi. Ce trebuie să știe și ceilalți copii dacă trec prin așa ceva: bullyingul e doar o perioada,o să treacă. Nu asta înseamnă viața. Viața e mult mai mult de atât și noi ne-o facem singuri exact așa cum vrem. Învățați să vă iubiți exact așa cum sunteți,lucrați la voi, deveniți în fiecare zi o persoana mai buna și în loc să asculatați criticile celorlati, focusați-vă pe voi. Pe pasiunile voastre,pe hobby-uri,pe scoală,pe omaenii care vă iubesc fix așa cum sunteți voi, orice s-ar întâmpla. Depresia, sinuciderile, ura de sine…nu ajută la nimic. Spargeți bula aceea de anxietate și creșteți-vă propriile aripi!

„Fii schimbarea pe care vrei s-o vezi în lume!”

Iagăru Anamaria
Liceul Tehnologic „ Petre. S. Aurelian’’ Slatina
Prof. îndrumător: Oanţă Georgiana, Bojan Ileana

Hei... Plângi? Ai impresia că ești un eșec? Crezi că nimeni nu te iubește? Vrei să te ascunzi în colțul tău întunecat doar pentru a te feri de criticile altora? De ce? Nu trebuie. Știu ce crezi, dar înțeleg prin ce treci.Știu cum te simți, pentru că... şi eu am fost în locul tău.

Cuvintele dor...mult. Extrem de mult... atât de mult încât te afectează psihic. Te fac să te simți de parcă ești doar un gunoi, o nulitate, o greșeală... mai exact, o pată neagră a acestei societăți „imaculate”. Pe zi ce trece, universul tău luminos şi plin de speranță se scurge într-o gaură neagră, tu rămânând înconjurat doar de întuneric. De o mare baltă de obscuritate. Cei din jurul tău lansează spre tine cuvinte pline de ură şi egoism, să numai spun de prejudecăți. Ajungi să te refugiezi într-un colț doar al tău, în speranța că vei avea măcar câteva clipe de liniște şi poate... fericire. Într-un final, ajungi la capătul puterilor.

Ajungi să te gândești la acel pas. Acel pas la care se gândesc toți când ajung în acest stadiu. Gândul că ar trebui să părăsești această lume începe să te bântuie. Îți mănâncă şi ultima fărâmă de liniște. Exact ca un virus, îți acaparează gândirea. Simți că nu ai niciun rost pe această lume, că trăiești degeaba... Ei bine, greșești! Nimeni nu are dreptul să te facă să simți aceste lucruri. Nimeni nu te poate face să te simți de parcă ești o pată neagră pe cămașa imaculată a acestei societăți „perfecte”! Nu ești o nulitate, din contră! Ești la fel ca şi ceilalți. Ai drepturi egale cu restul. Nimeni nu are dreptul să te facă să vrei să mori! Ai dreptul la viață la fel ca alții. Exact ca restul oamenilor, ai un destin de urmat şi un scop de îndeplinit pe această lume.Nimeni, dar nimeni, nu are dreptul să te judece pentru ceea ce faci, înafară de Dumnezeu. Să-ți spun şi de ce:

Cineva înțelept mi-a spus cândva așa: „ Cel ce arată cu degetul spre cineva, în același timp, arată cu alte 3 spre el. Înseamnă că, cel ce judecă o persoană pentru o anumită greșeală, el a săvârșit-o de mai multe ori!” Doar cel fără de păcat, are dreptul să te judece iar acela este doar Dumnezeu. În Sfânta Evanghelie după Ioan, fariseii şi cărturarii au adus la templu în fața lui Iisus, o femeie prinsă în adulter, porunca dată de Moise fiind ca,pe cele ca ea să fie ucise cu pietre. Stăruind să întrebe, Iisus s-a ridicat şi a spus: „ Cel fără de păcat dintre voi, să arunce cel dintâi cu piatra asupra ei!” Auzind acest lucru şi mustrați fiind de cuget, au ieșit rând pe

rând. Iisus a spus atunci: „ Voi judecați după trup. Eu nu judec pe nimeni. Şi chiar dacă Eu judec, judecata mea este adevărată, pentru că nu sunt singur, ci Eu şi Cel care M-a trimis pe Mine!”

Cu asta, am vrut să înțelegi faptul că nimeni nu-i perfect, iar cei care te judecă sunt aceiași care nu-şi văd greşelile. Știu că numai suporți, că ai devenit vulnerabil, că ți-e frică, dar nu trebuie să le arăți asta. Sunt sigură că te întrebi cu ce ai greşit ca să primești astfel de reacții. Ei bine, tu nu ai greşit cu nimic.Ești doar o victimă a bullying-ului. Mai întâi aș vrea să aprofundez acest termen.

Termenul de „bullying” poate fi tradus ca hărțuire. Acest fenomen reprezintă hărțuirea fizică sau verbală a unei persoane prin etichetare, tachinare sau batjocorire în cercul său de cunoștințe sau colegi. Chiar dacă acest fenomen este de cele mai multe ori asociat cu mediul școlar, poate apărea şi în alte contexte. Dacă ai pățit sau treci prin aceste lucruri, atunci ești o victimă a hărțuirii. Știu, ți-e frică. Crezi că ești slab, că nu ai nicio putere în fața lor.

Ai impresia că sunt invincibili, plini de încredere. Total greşit! Pot spune că este chiar invers. Sunt chiar mai slabi decât crezi. Răutatea pe care o arată, este defapt un zid pe care-l ridică în jurul lor pentru a se feri de prejudecățile altora. Dă-mi voie să-ți schimb perspectiva, spunându-ți o poveste:

El e Victor. Tipul popular din școală cu multe admiratoare salivând după el. Mama sa deține o parfumerie, iar tatăl său este CEO la o companie internațională. Crede că i se cuvine tot, așa că nu ezită să folosească forța atunci când întâmpinăprobleme. În majoritatea timpului, lipsește de la școală, asta aducându-i reproșuri din partea profesorilor, rezultatele sale fiind unele foarte slabe. Într-o zi, un elev nou s-a transferat în clasa lui Victor. El e Matei. Mama sa lucrează ca manager la un restaurant, iar tatăl său a trecut în neființă pe când el avea vârsta de 6 ani. Din prima clipă când a păşit în clasă, a atras atenția tuturor mai ales, a fetelor. În scurt timp, a reuşit să se facă plăcut de toată lumea, mai puținde Victor. Avea o prezență impecabilă, iar rezultatele sale eraupe măsură.Fetele încercau cu orice preț să se apropie de el, dar el fiind o persoană introvertită, le respingea. De atunci, de fiecare dată când trece pe holurile școlii, Victor şi prietenii săi râd de el. Ba chiar l-au întrebat cu voce tare dacă „preferă băieții în locul fetelor”astfel încât toată lumea să-i audă. Majoritatea au început să râdă, iar unii au ignorat. A doua zi, Victor şi prietenii lui au lăsat broşuri despre drepturile homosexualilor şi organizații de sprijin pe banca lui Matei. A treia zi, când Matei a trecut din nou pe lângă ei, Victor l-a îmbrâncit în perete, acesta începând să râdă alături de prietenii săi. Zilele treceau, iar atacurile verbale şi fizice asupra lui Matei creşteau îngrijorător, stima lui de sine scăzând considerabil. Într-o zi, Victor i-a lipit o foaie cu „Loveşte-mă!” pe spate iar prietenii săi au început să-l

lovească râzând. Nu a intervenit nimeni. Toți se uitau ca la un spectacol de teatru. După câteva zile, a început să primească sms-uri pe telefon precum: „Ești un ratat!"; „Ești o greșeală pentru această societate!" ; „Nu meriți să trăiești!" ; „Mai bine ai muri odată ,ai face un serviciu tuturor. Nimeni nu are nevoie de un gay ratat!"

Timpul trecea, iar Matei se simțea din ce în ce mai rău. Nu mai mânca, avea dureri de cap şi de stomac, ezita să se ducă la şcoală.Ajunsese să i se pară un chin faptul de a mai merge în acea școală. Rezultatele sale scădeau considerabil, prezența lui numai era ca înainte iar profesorii au observat asta. L-au întrebat, dar el le-a răspuns că are doar niște probleme de sănătate.La un moment dat, s-a gândit să vorbească cu mama sa despre asta, dar aceasta era deja prea ocupată cu serviciul şi nu a vrut să o deranjeze cu problemele sale, deja avea unele. Într-o zi, la ora de sport, în timp ce alergau pe teren, Victor l-a împins pe Matei iar acesta a căzut în genunchi în noroi. În acel moment, Victor l-a fotografiat, încărcând apoi poza pe Facebook cu descrierea: „Așa arată eșecul!".A doua azi, Victor a văzut-o pe fata de care era interesat vorbind ceva cu Matei şi râzând. Pentru el, era picătura care a umplut paharul. La terminarea orelor, el şi cu prietenii săi l-au oprit pe Matei să „discute". Au început să-l lovească fără milă. Toți erau niște spectatori muți, neavând niciunul curajul să se amestece de teamă să nu ajungă în locul său. După ce s-au asigurat că i-au dat o „lecție", au plecat lăsându-l acolo plin de lovituri. Abia găsindu-şi puterile, a reușit să se ridice şi să meargă spre casă. Gândurile sale erau răstălmăcite... nu știa ce să facă, până când... un gând negru îi acaparase mintea. Se hotărâse! Ajuns acasă, ia un scaun şi un cearceaf. Se urcă pe scaun şi leagă materialul de lustră făcând un nod strâns, apoi ia un pix şi o foaie şi începe să scrie:

„*Mamă... știu că nu vei fii de acord cu ceea ce voi face, dar așa e mai bine pentru toți. Nu mai pot suporta ceea ce se întâmplă! Sunt o greșeală pentru această lume. Am auzit de atâtea ori acest lucru, încât am început s-o cred. Lumea e atât de rea şi egoistă, încât am obosit. Numai pot lupta cu atâta răutate care e în jur. Am vrut doar puțină liniște, dar se pare că am cerut prea mult. Îmi e foarte dor de tata... de aceea vreau să mă duc la el. Îmi pare rău doar de faptul că vei rămâne singură, dar sper că nu vei rămâne supărată. Nu uita, oamenii care mor, sunt îngeri ce se întorc acasă iar eu vreau acasă, mamă. Sper că mă vei ierta vreodată. Adio, mamă...*"

Odată terminat, a împăturit biletul şi l-a pus pe pat apoi... a făcut pasul. Câteva secunde mai târziu, a ajuns şi mama sa acasă. Ajunsă în fața camerei lui, ciocăne, dar nu primește niciun răspuns. Când a intrat, oroarea a pus stăpânire pe ea. Lacrimile i-au invadat ochii şi se întreba de ce a făcut asta. L-a dat jos de acolo, dar era inconștient. Din fericire, încă mai respira. În acel moment, a observat şi bucata de hârtie împăturită pe pat. A deschis-o şi a început să

citească, pufnind şi mai tare în plâns pe măsură ce continua. Habar nu avea prin ce trecea copilul ei. Mai târziu, Matei a deschis ochii confuz, văzând-o pe mama sa lângă el. Aceasta l-a luat în brațe, fericită că s-a trezit. Nu a mai rezistat şi a pufnit în plâns pe umărul ei. Avea nevoie să-i spună. Trebuia să se descarce așa că, a început să-i povestească tot ce s-a întâmplat. A doua zi, mama sa a mers la școală şi a vorbit cu directorul şi cadrele didactice. Aceștia habar nu aveau de ceea ce se întâmplă, dar au luat măsuri împotriva lui Victor. Diriginta i-a sunat părinții, iar pe el l-au chemat în biroul directorului. Au ajuns şi ei, iar împreună cu fiul lor au fost informați despre ceea ce s-a întâmplat. Aceștia au rămas șocați. În acel moment, Victor a realizat ceea ce a făcut şi a început să regrete. Nu credea că-l va împinge pe Matei să facă un gest atât de extrem. Atunci şi-a dat seama de ce nu-l suporta pe Matei. Era invidios pe faptul că reușea să se facă atât rapid plăcut de ceilalți, chiar şi de profesori. Se simțea atât de prost... nu realizase că ajunsese să fie un monstru. S-a uitat în ochii săi şi a putut vedea efectele faptelor sale. Îi părea atât de rău pentru ceea ce a făcut. Şi-a cerut din tot sufletul iertare şi a promis că se va schimba. Matei l-a iertat, ba chiar au devenit prieteni. Din acel moment, Victor a renunțat să se mai poarte urât cu ceilalți. A început să fie o persoană mai bună...

Din păcate, nu toate poveștile de genul au un happy end. Unii chiar reușesc să-şi ducă la capăt ceea ce şi-au propus.Sper că am reușit să te fac să reflecți asupra anumitor lucruri cu această poveste. Probabil şi tu ai fost cândva martor la o situație de genul şi nu ai acționat fiindcă aveai impresia că nu te privește.Greșit! Ieri a fost el, azi altul, mâine poți fii chiar tu. Acest fenomen crește din ce în ce mai mult şi îl vezi peste tot, nu doar în școli.

Din nefericire, aproximativ 70% din elevi au fost măcar o dată martorii unei situații de hărțuire în clasa lor, dar şi în grupul lor de prieteni iar peste 60% din elevi au fost victimele cyberbullying-ului.

Ca urmare a acestui lucru, 6 din 10 copii cresc cu o formă de violență fizică sau emoțională iar aici vreau să trag un semnal de alarmă asupra părinților care cred că bătaia e „ruptă din rai”: Indiferent de natură, violența nu e o soluție! Nu se va rezolva nimic, ba chiar va agrava lucrurile.

Mahatma Gandhi spunea așa: „ Fii schimbarea pe care vrei s-o vezi în lume!”Dacă vrei să faci o lume mai bună, schimbarea trebuie să înceapă la tine. Dacă vrei să se oprească toate aceste atacuri, trebuie să-ți schimbi atitudinea.

Știu, cuvintele dor dar, nu trebuie să-ți pese de ceea ce cred alții atâta timp cât tu te simți bine în pielea ta şi știi cine ești cu adevărat.Nu trebuie să le arăți că ești vulnerabil. Noaptea plângi, țipă, exteriorizează-te dar ziua... Ziua fii indiferent, distruge-i cu zâmbetul tău! Vei vedea că, în momentul în care vei începe să acționezi așa, atacurile vor înceta fiindcă nu te vor

mai vedea ca pe o țintă ușoară.

Lumea secolului XXI a devenit o junglă urbană, unde pentru a reuși să supraviețuiești, trebuie să te lupți cu norme şi legi nescrise, prejudecăți şi minciuni. Toți se bat cu pumnul în piept că vor o lume mai bună şi se plâng de punctul în care am ajuns, dar nimeni nu face nimic în privința acestui lucru.

Vreau să mai ții minte doar atât şi să nu uiți niciodată acest lucru:
„ Copile, fă ceva să-ți fie măcar ție mai bine ,dar fără să-i răneşti pe cei din jurul tău!”

Greșeala

Tomuș Alexia, clasa a IX-a B
Seminarul Teologic Ortodox "Sfântul Simion Ștefan" Alba Iulia
Coordonator: prof. Trif Ioana-Daniela

Greșeala a fost să-i cred, să-i las să-și bată joc de mine, de felul în care arătam, de sensibilitatea mea și de caracterul meu, pe care l-am format cu ajutorul părinților.

Toate acestea s-au întâmplat acum 10 ani, când eram în clasa a IX-a. Colegi noi, școală nouă, profesori noi, pot spune chiar și o viață nouă. Credeam că la liceu totul va fi diferit, că adolescenții nu mai pun atât de mult preț pe aspectul fizic, că nu contează dacă ai câteva kilograme în plus, că caracterul trebuia să fie cel mai bine conturat și dezvoltat. Chiar eram foarte entuziasmată și simțeam că totul avea să fie bine. Ei... ce să vezi... asta a fost doar în capul meu! Prima zi de liceu a fost ok, dar ce a urmat, pot spune, că mi-a lăsat o cicatrice care nu se va vindeca niciodată și care va da sentimentelor mele o amploare mai mare de fiecare data când vorbesc despre asta.

Eu dintotdeauna am fost foarte complexată de cum arătam, iar cuvântul "grasă" era unul dintre cele mai dure cuvinte şi pe care mi-aş fi dorit să nu-l mai aud niciodată. Prima săptămână de liceu a fost decentă să zicem, pe lângă ce a urmat, chiar dacă eram respinsă de toată lumea, inclusiv de colegul meu de bancă, Alex, care s-a făcut remarcat încă din prima zi. Toţi vorbeau între ei, se cunoşteau, iar eu stăteam „cu ochii-n telefon", asta după ce am încercat să mă bag în seamă cu câţiva colegi, însă fără succes. Eram o fire foarte sociabilă, îmi plăcea să-mi fac prieteni noi, să cunosc lume nouă, însă corpul meu nu mă ajuta deloc la
acest capitol. Eu eram singura din clasa care încă nu se integrase în nici un grup, care stătea tot timpul singură, iar asta m-a făcut să cred că nu mai era totul aşa „roz" cum credeam eu la început.

Nu a trecut mult timp şi am început să fiu şi eu integrată şi să simt că fac parte din clasa aceea, deoarece colegii veneau la mine şi îmi puneau tot felul de întrebări, unele mai interesante, altele lipsite de orice logică, şi întrebarea la care nu îmi plăcea deloc să răspund şi care îmi crea o stare de disconfort şi mă deranja enorm: „De ce eşti aşa grasă? Ai probleme de sănătate?". Sinceră să fiu, chiar nu ştiam un răspuns logic şi normal la această întrebare, mâncam la fel de mult ca şi colegele mele şi totuşi ele erau slabe şi toţi băieţii erau în jurul

lor, iar eu eram grasă şi în jurul meu nu era nimeni. După un timp, am devenit irascibilă la această întrebare şi am început să vorbesc destul de obraznic şi nepotrivit, iar fiindcă arătam cum arătam, aceasta a început să fie chestiunea de care colegii mei să-şi bată joc în fiecare zi. Râdeau de fiecare gest pe care-l făceam, iar tot ce ziceam a ajuns să fie folosit împotriva mea. Tot ce la început am crezut că o să fie bine, de fapt a fost cea mai întunecată parte din viaţa mea. Colegii nu înţelegeau cum mă simţeam, nu înţelegeau cât de mult rău îmi făceau, ei doar se amuzau pe seama mea şi erau satisfăcuţi. Ba chiar într-o zi, cand aveam ore până la 13:00, colegii mei voiau să plece de la ultima oră, ora de germană iar eu am refuzat, cel mai încrezut băiat de la mine din clasă, Raul, mi-a luat ghiozdanul, l-a aruncat pe geam şi atunci am fost nevoită şi eu să plec. M-am simţit groaznic, înjosită, mergând spre casă şi îmi puneam o singură întrebare : ”De ce mi se întâmplă mie toate acestea?" Mă simţeam oarecum neîndreptăţită de Dumnezeu fiindcă, pentru mine, mersul la şcoală devenise un chin, o tortură, o pedeapsă pentru ceva ce nu am făcut. Şi partea cea mai urâtă, era că începuseră şi alţi elevi din şcoală să îşi bată joc de mine. Într-adevăr, era cineva din clasă care nu-mi adresase niciodată un cuvânt urât sau să zică orice despre fizicul meu şi acea persoană era un
băiat, Sergiu, din ultima bancă. El era singurul cu care mai schimbam din când în când două vorbe şi uneori ne şi plimbam prin curtea şcolii, fiindcă ceea ce ne lega pe noi foarte mult era timiditatea şi sensibilitatea noastră.

Eram hărţuita atât verbal,cât şi fizic, eram împinsă pe holul şcolii, aruncată pe jos exact ca un gunoi, ca şi când eu nu eram un omn nu aveam sentimente şi nici aceleaşi drepturi ca ei. Însă, atât părinţii, cât şi profesorii mei habar n-aveau la ce eram eu supusă în fiecare zi, cât sufeream şi ce era în sufletul meu. Sufeream în linişte, ţineam totul în mine, ceea ce mi-am dat seama mai târziu, dar nu prea târziu, că nu a fost o decizie bună. Stăteam nopţile, plângînd şi imaginându-mi cât de fericite sunt fetele care îndeplinesc standardele impuse de societate, mai ales că ele puteau să îşi facă prieteni mult mai uşor, erau respectate de toată lumea, în timp ce eu mă consideram cea mai ghinionistă persoană din tot Universul şi simţeam, de multe ori, că la un moment dat o să cedez, că nu o să mai pot suporta tot ce mi se întâmpla şi că voi fi nevoită să recurg la cea mai gravă metodă şi urâtă, dar singura care mă putea face să scap de tot ce trăiam, sinuciderea. Da, m-am gândit şi la asta, din păcate. Încă un motiv, pentru care voiam sa fac asta era faptul că până şi prietenii cu care ieşeam pe atunci, puţini la număr, au început să îmi zică, că ar fi bine să mai slăbesc puţin, poate puţin mai mult, fiindcă deja exageram. Tot ce îmi doream atunci era să fiu slabă. Evident, am început să caut pe internet tot felul de diete care să mă ajute să slăbesc. Am încercat chiar şi prin înfometare, dar totul în zadar.

Şi totuşi, am continuat să caut şi alte metode, fiindcă nu voiam să mă dau bătută, până când mama mea şi-a cam dat seama de ceea ce voiam să fac şi într-o seară a venit la mine în cameră. Eu stăteam în pat, mă uitam la un serial iar ea s-a aşezat lângă mine şi m-a rugat să îi zic tot, tot ce se întâmpia cu mine. Vedea că nu mă simt bine, eram palidă, din ce în ce mai obosită şi mereu voiam să stau singură, preferând întunericul. Am refuzat total să-i zic ceea ce se întdmplă, fiindcă nu aveam curaj, apoi ne-am certat iar ziua următoare a venit la şcoală. Totul parcă se întâmpla prea brusc. M-am mirat puţin să o văd la şcoală, dar ştiam motivul pentru care venise. M-am închis în baie şi am început să plâng. Credeam că o să mă facă şi mai mult de râs, iar colegii,crezând că eu am chemat-o la şcoală, se vor răzbuna pe mine în cel mai rău mod. Mama a vorbit cu diriginta, însă nici ea nu ştia nimic, aşa că s-au gândit să-i întrebe pe colegii mei. Nimeni nu zicea nimic negativ, toţi declarau cu sinceritate că se comportă şi vorbesc frumos cu mine. La un moment dat însă, se aude o voce din spatele clasei, spunând: „Nu e adevărat!". A început să povestească tot ceea ce colegii au negat, toate răutăţile, toate cuvintele şi toate gesturile pe care ei mi le adresau, iar persoana care a relatat era Sergiu. Nu m-am aşteptat nici într-o mie de ani ca cineva să-mi ia apărarea, am rămas surprinsă. Bineînţeles, diriginta a luat măsuri, iar mama a vorbit cu psihologul şcolii, pentru a
merse la el în fiecare săptămâna. Sinceră să fiu, nu eram foarte încântată de idee, deoarece colegii mă bârfeau în fiecare zi, nu vorbeau deloc cu mine şi aveau o privire ameninţătoare. Chiar şi după doua luni, după ce toată povestea şi toate glumele proaste trecuseră, eu în continuare eram singură şi nimeni nu mai avea curajul să vorbească cu mine sau măcar să se apropie de mine, decât Sergiu, cu care mă înţelegeam extrem de bine şi care îmi era alături necondiţionat. Mergeam la psiholog, ceea ce chiar m-a ajutat foarte mult şi m-a făcut să cred că mai există o speranţă ca să fiu fericită, însă colegii se distanţau, parcă le era frică oarecum de mine, ceea ce nu ajuta stării mele de bine. Am decis să vorbesc cu psihologul şi cu mama despre asta, astfel că am decis să mă mut la altă şcoală, să iau totul de la capăt, să-mi încep din nou adolescenţa, într-un alt fel.

Mama mea a făcut foarte multe sacrificii, nu numai pentru a ma muta la alta şcoala,ci şi pentru a avea un nutriţionist, de aceea ei îi mulţumesc cel mai mult, la fel prietenului meu cel mai bun pentru curajul şi demnitatea de care a dat dovadă, dar totodată şi psihologului de la fostul liceu, cu care am păstrat legătura. La noua şcoală a fost totul diferit, elevii se comportau altfel, inclusiv profesorii. Chiar lucrurile începeau să meargă din ce în ce mai bine, deşi încă mă mai gândeam uneori ce am trăit şi ce am suportat eu la fosta şcoală, aşa că mi-a fost cam greu să mă integrez şi să fiu deschisă, dar pe parcurs m-am obişnuit cu faptul că şi eu pot fi integrată într-o clasă şi că pot să-mi fac şi eu prieteni.

Şi iată-mă acum, adult independent, bucurându-mă de tot ce mi se întâmplă, de fiecare lucru mic. Sunt psiholog şi mă bucur enorm că pot să ajut la rândul meu copii, adolescenţi, care se află exact în situaţia în care m-am aflat şi eu. Acum mi-am dat seama că ceea ce contează cu adevărat e de fapt caracterul şi nicidecum fizicul. Am trecut printr-o perioadă extrem de grea, poate chiar cea mai grea din viaţa mea. Dar sunt sigură că dacă nu s-ar fi întâmplat toate acestea, eu acum nu ajungeam cine sunt.

„Scrisoare către un eu care are curajul să se asculte"

Vodă Ștefania
Liceul Tehnologic „Vasile Netea" Deda, Mureş
Prof. îndrumători: Lichinţean Aura, Moldovan Maria

Lăsă stiloul să-i cadă dintre degete. Îl simțea deja mult prea greu pentru a putea continua. Avea nevoie de o pauză.

Scrisese primele cuvinte tremurând din toate încheieturile, de aceea literele arătau crispate. Probabil că acest cuvânt nu ar prezenta un sens corect pentru unii, dar reprezenta cea mai bună descriere pe care le-ai putea-o face . Erau crispate, forțate să se țină încleștate între ele. Hotărârea care se făcea simțită în felul în care erau apăsate în foaie contrasta de minune cu sentimentul de nesiguranță pe care așezarea în pagină îl insufla cititorului.

Inspiră și expiră de trei ori. Nu folosi această cifra pretext pentru crearea vreunui clișeu. Pur și simplu se simți destul de bine după a treia expirație pentru a mai continua acest exercițiu. Acum se gândea. Primul lucru care îi venea mereu în minte când rememora cele întâmplate era perioada de DOI ANI. Doi ani trecuse prin acest calvar și nu avusese curajul să vorbească despre el. Doi ani trecuseră de când fusese fericită ultima dată. Doi ani de când era o persoana pe care nu reușea să o recunoască ori de câte ori se privea in oglindă .

Acum îi venea să urle, să țipe până când vocea nu o va mai ajuta, să lovească aerul cu pumnii. O bufni râsul. La început un râs înghețat, gol ,care mai apoi deveni din ce în ce mai isteric. Râdea de propria persoană.

"Dacă ei au avut dreptul sa râdă până acum de mine, eu de ce nu pot? Așa! Acum e rândul meu ! " . Râdea și striga ca o nebună.

Se opri. Era jalnică. Își pierduse cumpătul.

Luă stiloul în mană. De data asta îl apucă atât de strâns încât falangele i se albiră. Era hotărâtă să facă asta.

Trasă din nou modele curbate pe foaia albă, dar de această dată cu mai multa siguranță. Era pregătită. Sosise momentul să vorbească despre ce i se întâmplase. Avea să se facă auzită.

Încet, literele prindeau contur, iar suprafața netedă a hârtiei îi deveni aliata în această luptă.

" Totul a început acum doi ani. Zilele caniculare trecuseră, iar clorofila din frunze își încetinise regenerarea lăsând loc xantofilei. Pe scurt frunzele începeau sa fie pictate în culori veștejite, fapt ce reprezenta primul semn al finalizării vacanței de vara.

Intram în liceu. Aveam emoții destul de mari, dar bunica mea mă liniștea de fiecare dată

spunându-mi cuvinte încurajatoare. Lăsând de-o parte toate aceste emoții eram și nerăbdătoare de a începe acest nou capitol.

Ultimele zile ale verii s-au strecurat cât ai clipi în partea inferioară a clepsidrei timpului, iar toamna și-a făcut resimțită prezența.

Primele zile de liceu au fost liniștite. Majoritatea eram străini locului, așa că nimeni nu se simțea mai presus decât ceilalți.

Simțeam că aș putea să fac parte din acest colectiv. Toate grijile mele legate de această nouă etapă a vieții s-au evaporat cât ai clipi atunci când începusem să îmi fac prieteni. Făceam parte dintr-un grup restrâns, dar extrem de plăcut de persoane. Erau genul acela de oameni care te făceau să te simți bine in orice moment.

Exista în acest grup o fata care mă atrăgea în mod special. Era sigură pe sine, prezența ei creând o atmosfera plăcută. Doream din tot sufletul să ajungem prietene apropiate. Simțeam că avem o anumită legătură, ceva ce depășea rațiunea, estompând-o, o legătură venită din cu totul alte lumi, ceva ce ne va ține legat destinul pentru tot restul existenței noastre. Sună cam mult spus, dar s-a dovedit a fi adevărat. Poate nu în modul în care mă așteptam eu, dar viața nu urmează mereu planul creat de tine. Ea își urmează propriile legi, mult prea complexe pentru mintea umană.

Zilele au trecut, însemnate de profesori noi, oameni necunoscuți, materii încărcate și tot ce însemna viața unui elev obișnuit. Mă apropiasem din ce în ce mai mult de fata despre care vorbisem mai devreme. Numele ei era A. Pana și acesta i se potrivea de minune, ca și restul lucrurilor de altfel.

Viața mea era mult mai bună decât mă așteptasem. Școala mergea bine și cunoscusem foarte multe persoane. Toate grijile pe care mi le făcusem în urmă cu câteva luni se evaporaseră complet.

Venea vacanța de iarnă, iar eu hotărâsem să o invit pe A la mine de Crăciun. Am fost la ea de câteva ori și chiar rămăsesem peste noapte. Devenisem prietene destul de apropiate așa că nu îmi era teamă să îi spun totul despre mine. Sărbătorisem Crăciunul împreună. Bunica era foarte fericită să vadă că îmi făcusem o prietenă. În gimnaziu nu avusesem prea mulți și nu avusesem niciunul atât de apropiat încât să îl invit la mine. Hotărâsem să schimb acest lucru în liceu. Îmi repetam mereu și mereu ca asta era ceva ce ținea de firea omenească și nu ar trebui să fie ceva de care să mă tem .Acum aveam o prietenă.

Nu fusese cel mai festiv Crăciun pe care îl poți avea, dar pe A nu o deranjă, cel puțin așa spusese. Îi povestisem dinainte că trăiam doar cu bunica mea. Părinții erau despărțiți și nu se prea înghesuiau să mă crească. Asta nu pentru că nu m-ar fi iubit. Mă vizitau destul de des, dar

pur și simplu locul meu nu era lângă ei. Erau genul de persoane pe care nu le-ai putea ține înlănțuite într-un singur loc, de asta erau și despărțiți. Mă resemnasem cu ideea . Nu avem prea mulți bani, trăiam într-o casa obișnuită, alții ar spune chiar sărăcăcioasă, dar nu mă plânsesem niciodată și nu simțisem lipsa niciunui lucru.

Trecuseră și sărbătorile de iarna, împreună cu vacanța, iar școala începuse din nou.

Cred că a fost prima dată în viață când m-am confruntat cu adevărata natură a oamenilor, cu adevărata față a vieții. Știți că auziți mereu expresiile „Viața e mult mai grea decât ai crede”.„ Viața e crudă”? Ei bine sosise ziua în care nu doar că le înțelesesem, dar le și simțisem.

Îmi amintesc si acum senzația pe care am trăit-o călcând pe gresia rece a holului. Toate privirile erau ațintite spre mine și nu înțelegeam care era motivul. Am trecut nepăsătoare pe lângă toți ochii care priveau curioși și m-am îndreptat înspre sala de clasă. Simțeam un gol în stomac și nu știam cărui fapt i se datorează. Am vrut sa mă așez în bancă, dar am văzut că scaunul îmi era plin de bilețele. Am luat unul dintre ele pentru a vedea ce scrie și am rămas înmărmurită când l-am citit. Le-am smuls pe toate cu repezeala pe care o astfel de situație ți-o impune. Textul era diferit dar toate aveau același mesaj. Erau pline de jigniri adresate mie și toate pentru faptul că eram săracă și pentru ca o făcusem pe A. sa treacă prin momente extrem de grele.

La început nu am înțeles despre ce era vorba, așa că am căutat-o pe A. Am găsit-o pe hol lângă un grup de persoane. M-am îndreptat înspre ea și am întrebat-o ce s-a întâmplat. Nici nu s-a uitat la mine. Una din fetele de lângă ea mi-a strigat în față o vagă explicație.„ Cum de ai curajul sa îi mai vorbești după tot ce ai făcut, sărăntoaco? Ai dus-o pe A la tine pentru a i se face mila ca mai apoi să o forțezi sa îți împrumute bani și lucruri. Îmi e silă de tine! "

Rămăsesem înmărmurită și nu înțelegeam ce se întâmplă. Cu toții se uitau la mine ca și cum aș fi fost „lupul cel rău”. Am plecat în acea zi de la școală mai devreme. Nu suportam situația. Am aflat mai apoi că A le spusese tuturor ca eram extrem de săracă, iar după ce o chemasem la mine de Crăciun ca să îi stârnesc mila începusem să îi cer lucruri, bani și să o amenințț. Spusese că nu mai putea sa doarmă din cauza mea.

Toate astea m-au surprins pentru că știam cât de neadevărate erau și nu înțelegeam de ce ar spune așa ceva.

Nu ii spusesem nimic bunicii mele pentru că nu crezusem că ar fi ceva grav, dar săptămâna care a urmat a fost plină de jigniri din partea celorlalți și totul fusese atât de greu de suportat încât ii spusesem bunicii ca m-am îmbolnăvit și ca nu mai puteam merge la școală.

Am încercat să vorbesc cu A de câteva ori, dar nu m-a ascultat niciodată.

După două zile în care am stat acasă, am mers din nou la școală, dar nimic nu se schimbase, lucrurile se agravaseră. Am ajuns în punctul în care am fost lovită, iar momentul în care

fusesem chiar certată de mama lui A pentru ca îi agresasem fata fusese momentul crucial.
Am refuzat să mai merg la școală. Bunica nu știa ce se întâmplă cu mine și era extrem de speriată. Îmi amintesc și acum nopțile în care intra la mine în camera pentru că mă auzea plângând și încerca să afle ce e cu mine. Sărmana, nu înțelege situația, iar eu nu o ajutam deloc. Nu spusesem nimănui și mă închisesem în mine. Părinții mei aflaseră că refuzam sa merg la școală așa ca mama hotărâse sa vorbească cu directorul pentru a vedea ce se întâmplă cu mine. Aflase toată poveste de la unul din părinți.
Știu ca se supărase extrem de tare și avusese o discuție extrem de serioasa cu mama lui A, dar în zadar. Atunci m-a luat și m-a transferat la o școală din localitatea în care locuia ea. Mersesem aproape un an la psiholog.
Acum stând aici în timp ce scriu această scrisoare încă mă mai întreb care a fost motivul pentru care A a făcut acest lucru. Psihologul mi-a spus că singura cale de a trece peste era să iert și sa înțeleg situația, dar cum aș putea înțelege situația dacă eu nu cunosc motivul conflictului?
Am scris această scrisoare din perspectiva evenimentelor ce au avut loc și am încercat sa fac abstracție de cat mai multe emoții deoarece nu vreau sa trec din nou prin ce am trecut. Încerc să scriu asta pentru a găsi motivul pentru care mi s-a întâmplat un asemenea lucru. Nu încerc să compun o poveste emoționantă ci pur și simplu să îmi fac ordine în gânduri, să notez din nou și din nou acțiunea, căutând un motiv ascuns, ceva mai mult decât nimicul de care mă lovesc de fiecare dată, dar totul e în zadar.
Cel mai mult însă, pe lângă amalgamul de sentimente care m-au învăluit în toți acești ani mă deranjează faptul că nu cunosc începutul, nu cunosc adevărata poveste, nu cunosc perspectiva persoanei pentru care simțeam o legătura aât de specială. Cunosc doar partea mea, dar nu reușesc să aflu și cealaltă parte, iar asta mă macină încet și nu mă lasă să îmi continui viața cotidiana. E ca și cum ai trăi in ceață căutând drumul spre ieșire, dar realizezi că ieșirea e inexistentă fără o ușă, o portiță, o gaură. "
nn.noiembrie.20nn

Lăsă stiloul din mână. Era mandră de ceea ce reușise să scrie. Simțea că acum era liberă. I se ridicase o greutate invizibila de pe inimă. Rămăsese nemișcată cu un rânjet straniu întipărit pe față minute bune.
Dintr-o dată o răceala puternică îi străbătu corpul, iar durerea metalică ce îi împânzi capul o făcu să icnească. Își apăsă puternic cu mâinile tâmplele. Căută disperată cutiuța pe care Dr. P i-o prescrise și înghiți 2 tablete. Deschise ochii.
Se ridica în graba și privi uimită în jur. Pentru câteva secunde fusese debusolată.

Văzu scrisoarea pe birou. Înmărmuri.
O apucă în mâini și cu o repezeală nemaiîntâlnită o rupse în bucăți. Bucățile ajunseseră arse în șemineul din biroul în care se afla.
Biroul în care stătea zilnic și scria.
Asta i se întâmpla des. Avea 27 de ani. Lucra pentru o revistă de mare renume, dar mereu se trezea notând pe o ciorna aceleași fapte.
Trecuseră mai bine de 11 ani de la nefericitul incident. O bântuia în fiecare minut.
Se așeză pe fotoliul de lângă bibliotecă și se cufundă în citit. În curând uită ceea ce făcuse.
.
.
Asta era A. și nu puteai să o schimbi. Psihologul încercase, dar nu reușise nimic mai mult decât o cutie de ,,pastile salvatoare''. Dacă nu ai știi adevărată parte a poveștii ai crede că această femeie este perfect normală. Și chiar este, doar ca această normalitate este bântuită în fiecare zi de trecut. Acestea erau consecințele nefaste a ceea ce făcuse. Își mai amintea și acum culoarea aurie a parului fetei. Ochii aceia verzi, mari, mult prea creduli. Probabil ca asta fusese si problema. R a fost mult prea credulă.

A. este o scriitoare de mare succes și o cititoare înrăită. Gătește minunat, se pricepe la pictat și din când în când iese în oraș cu prietenii. Această descriere poate părea inutilă pentru unii, dar pentru A, o persoană care încearcă din răsputeri să arate ca e normală, neafectată, este extrem de importantă .
Cândva a făcut greșeala de a se lăsa condusă de niște instincte primare care analizând mai bine, probabil se datorau familiei în care crescuse. Niciodată nu i s-a spus,, te iubesc" și nici nu a fost alintată. Asta nu a deranjat-o, cel puțin așa își repeta de fiecare dată când psihologul aducea acest subiect in discuție.
A întâlnit-o pe R în liceu. Au fost prietene. I-a distrus viitorul. Și-a continuat viața.
Existența cotidiană i se pare cât se poate de normală, nedorind să recunoască cât de afectată este de ceea ce făcuse. Și chiar era. Scria o astfel de scrisoare în fiecare zi. Pur și simplu se trezea scriind... Dacă asta ar fi fost măcar tot.
Se trezea în mijlocul unui rol, o situație imprevizibilă. Simțea tot ceea ce credea ca R ar fi simțit dacă ar fi scris o astfel de scrisoare. Intra în pielea personajului atât de tare încât credea ca are din nou șaisprezece ani, doar ca șaisprezece ani ai altcuiva.
Se punea în locul lui R, subconștientul ei încerca să găsească motive, scuze.
De fiecare dată când începea să scrie simțea că face ceea ce trebuia ca R să fi făcut acum mulți

ani. Simțea că are ceva de împărtășit, că trebuie să se facă auzită. Nu știa de cine . De fapt, în subconștient știa că cea care trebuia să audă acea parte a poveștii , cea care ar fi trebuit să asculte ceea ce R avea de spus era ea însăși. Cea care ar fi trebuit sa vorbească ,era tot ea însăși. Acum era mult prea târziu. Nu mai putea schimba nimic.

Era în zadar.

Nu avusese ocazia să îi spună cât de rău îi pare. Cel mai grav nu avusese ocazia de a îi prezenta un motiv. Nu avea unul .Era conștientă de asta, dar știa că acel motiv ar fi reprezentat salvarea lor. Se simțea legată de R. Se simțise legată și în liceu, se simțea legată și acum. Într-un final se resemnase cu neputința de care dădea dovadă.

La început credea ca va înnebuni, dar acum se obișnuise .

Ceea ce primise ea era un fel de pedeapsă divină. O scrisoare, o scuză. Putea să rămână legată de R în continuare. Nu dorea sa renunțe la ea. Nu era pregătită.

Asta gândea când își amintea de ceea ce făcuse și de viața ei din trecut. Când intra în transă scria scrisoarea. Când vina devenea mult prea apăsătoare lua tabletele. Când simțea nevoia de afecțiune își amintea de R și de lucrurile frumoase pe care i le oferise, dar de fiecare dată asta se termina cu una din variantele mult mai corecte de sus.

Cheia fericirii

Băjan Ramona, clasa a X-a,
Colegiul Naţional „Mihai Viteazul” Sf. Gheorghe, Covasna
Prof. îndrumători: Moisin Doina, Vişan Cristina

Toată lumea știe cum e să începi un capitol nou din viață. La început ești speriat, iar apoi te lași purtat de bătăile inimii care te ghidează mereu, uneori pe drumul cel bun, iar alteori pe cel întortocheat și plin de spini la fiecare pas. Ambele drumuri ajung în același loc, dar persoana de la final e diferită. Una este neschimbată, plină viață și fericită ca la început, pe când cealaltă este pregătită pentru orice provocare a vieții, deoarece a avut șansa să experimenteze totul. Aceeași șansă am avut-o și eu.

Era începutul clasei a opta. Ultimul an împreună cu colegii pe care îi cunoșteam de la grădiniță și anul în care aveam să lăsăm toți copilăria în urmă și să o dam în schimbul adolescentei. Nu îmi mai văzusem colegii deloc în vară. Am fost plecată in excursii în țari străine cu părinții drept recompensă pentru notele și rezultatele bune din anul precedent, iar restul am preferat să îl petrec odihnindu-mă singură la umbra copacilor din grădină. Simțeam că în acel an era o tensiune neobișnuită între noi, o tensiune care nu a mai fost niciodată și care nu prevestea nimic bun.

În acel an am decis sa îmi țin un jurnal în care sa îmi notez toate sentimentele, gândurile, planurile și dorințele de copil ca apoi să le pot citi ca liceană. Mi se părea o idee genială, dar oare chiar era? Dorințele mele erau să învăț cât de mult puteam, să îmi fac noi prieteni și să mă distrez la maxim.

Lunile de scoală au trecut fără sa îmi dau seama și sfârșitul semestrului se apropia cu examenele finale. Profesorul de matematică ne-a urat la toți succes și să luăm numai note de zece. La auzul acelor vorbe, Corina, cealaltă fată din clasa, pentru că eram numai două, a spus:

-Poate tocilarii care merg mereu la concursuri și stau în casă toata ziua și învață în loc să mai guste puțin din realitate sau să mai petreacă timp cu ceilalți.

Cuvintele ei m-au pus pe gânduri și m-au rănit. Profesorul nu a mai avut timp să spună nimic pentru că clopoțelul a sunat anunțând următoarea oră și începutul schimbării vieții mele. Eram o fată crescută pentru a fi politicoasă așa că am decis că trebuie să vorbesc cu ea și să rezolvăm problema care la început mi-se părea atât de simplă. Corina era o fată căreia nu îi plăcea învățătura. Părinții ei divorțaseră chiar în acel an deoarece mama sa le-a adresat cuvinte de

neiertat, când se afla sub influența alcoolului, ei si tatălui său. I-a spus chiar că nașterea ei a fost cea mai mare nenorocire care i s-a întâmplat. Corina se afla acum în grija tatălui ei, director la un liceu din orașul apropiat.

M-am dus puțin cam neîncrezătoare langă ușa laboratorului de biologie unde se afla așteptând profesorul și am întrebat-o:

-Scuza-mă că te deranjez, dar îmi poți spune de ce ai făcut gestul respectiv?

-Care gest? Acela că te-am numit șobolan de bibliotecă... Scuze șoarece de bibliotecă? După ce mă vede că aprob din cap continuă: Pentru că asta faci toată ziua, stai numai cu nasul în cărți și nici măcar nu ai mai ieși din casă dacă nu ar fi nevoie să vii la școală. Plus că uite, nici măcar nu ai observat că bluza pe care o porți e ruptă!

Atunci mi-am dat seama că mi s-a agățat atunci când am alergat spre ea să o ajung din urmă și să pot discuta înainte de a veni profesorul la oră .

-Da, îmi place să învăț, se apropie examenele și asta ar trebui să faci și tu! Dar asta nu îți dă nicicum dreptul de a mă jigni.

Ceilalți colegi s-au oprit din ceea ce făceau și au început să asculte conversația.

-E dreptul meu să fac ceea ce îmi place și măcar nu uit să îmi trăiesc viața! La cât de mult timp stai închisă învățând mă mir dacă mai ai prieteni.

M-am uitat în jur căutând susținerea celorlalți, dar în acel moment am înțeles că ei nu îmi erau prieteni ci doar simpli colegi.

-Îți cauți cumva prietenii imaginari să vină și să te ajute? Sper că nu te aștepti să te apere cineva micuță prințesă Barbie.

La auzul acestor vorbe colegii au izbucnit în râs. Spre norocul meu profesorul de biologie a venit, iar Corina nu a mai avut șansa să mă mai umilească.

Mi-am notat amintirea acestei zile în jurnal și am decis că voi mai încerca să mă împac cu ea înainte de a cere ajutorul cuiva, pentru că nicio cauză nu este pierdută câtă vreme există cineva care să lupte pentru ea. Eu eram șefa clasei, iar ea ținea cheia care deschidea sala de curs. Ea venea prima în fiecare dimineață pentru a ne deschide sala așa că m-am gândit că acela era momentul perfect pentru a putea sta de vorbă cu ea singură.

Am intrat în sală și m-am apropiat de ea, de data asta sigură pe mine. Am întrebat-o de ce se poartă atât de urât, dacă o pot ajuta cu ceva și dacă i-aș putea fi alături în caz că trece printr-o perioadă dificilă. În loc să mă ajute și să mă facă să nu mă mai simt atât de stânjenită mi-a spus că nu are nimic și că nu toata lumea poate fi atât de perfectă ca mine și să aibă tot ce își dorește la picioare. Mi s-a părut că în colțul ochiilor ei cu apărut lacrimi când a rostit aceste cuvinte. M-am apropiat de ea să o pot vedea mai bine și dacă era cazul să o pot lua în brațe să

o liniștesc. Ceva neașteptat s-a întâmplat atunci. M-a împins și am căzut zgâriindu-mă la marginea ochiului de un echer lăsat de cineva pe bancă. Eram nervoasă și toate gândurile mele bune pentru ea au încetat. I-am spus că este de ajuns și am mers la cabinetul medical mințind-o pe asistentă că am scăpat o planșă, iar marginea acesteia m-a tăiat.

Nu voiam să afle nimeni de ceea ce se întâmpla între noi. Pe de o parte redeam că e prea rușinos ca șefa de clasă și cea mai inteligentă persoană să fie călcată în picioare, iar pe de altă parte simțeam că o să am puterea de a rezolva toate acestea singură, doar asta am scris pe lista mea de dorințe: să fiu cea mai respectată persoană și toată lumea să mă admire. Eram puțin cu nasul pe sus pe atunci, dar știam bine ce vreau.

Înainte de a începe ora de matematică, Corina a venit la mine și mi-a spus că dacă nu încetez să o fac pe deșteapta și nu o să mai las și pe altcineva să mai participe la oră, o să regret. I-am spus că nimeni nu mă poate opri să fac ceea ce vreau și ceea ce îmi place așa că să înceteze cu amenințările. Mi-a râs în față și a plecat la locul ei lăsându-mă pe gânduri de ce ar putea să îmi facă.

Totul a decurs normal până ce în timpul orei profesorul a decis să mă scoată pe mine la tablă pentru a rezolva cea mai grea problemă, deoarece dintre toți eu eram cea mai capabilă. În sufletul meu era ceva ciudat, ciudat dar plăcut. Simțeam o plăcere neînțeleasă deoarece puteam să îi fac în ciudă Corinei și să îi provoc durere. Știam că nu era bine ce simțeam, dar îmi plăcea. Aveam senzația că nimeni nu îmi putea sta în cale. Sentimentul a disparut la fel de repede cum a apărut. După ce m-am ridicat de pe scaun am realizat că aveam gumă de mestecat lipită pe pantaloni. Toată clasa râdea. Înainte de a-și da seama profesorul mi-am dat hanoracul jos și l-am legat în jurul taliei pretinzând că îmi e cald.

Următoarele zile a continuat să îmi spună cât de penibil mă îmbrăcam, cum mă faceam singură de râs și cum sunt un om care nu are niciun prieten. Ultima parte nu mă deranja, deoarece mai era un an și începeam liceul și îmi puteam face noi prieteni adevărați. Nu mai era nevoie să încerc să mă port frumos cu actualii colegi și să pretind că sunt fericită în compania lor. Mi-am dat seama deja că toate persoanele din jurul meu erau persoane false, care veneau și plecau în funcție de propriile interese.

În câteva săptămâni Corina a reușit să împrăștie în școală un zvon despre mine care a căpătat amploare și anume că nu aveam bani să îmi cumpăr haine. În acea perioadă a adolescenței mă îmbrăcam puțin cam ciudat așa că zvonul era credibil. Îmi plăcea să port logo-urile cântăreților și trupelor mele favorite și să îmi arăt stilul unic. Mă simțeam ca o actriță pe platoul de filmare în fiecare zi, singura problemă era că protagonista era urâtă de Corina. Chiar mi-a spus în față să nu mă mai comport ca o mica vedetă, dar bineînțeles că deja pareriile ei nu mă mai deranjau.

Într-o zi, în pauza mare când Corina se distra cu colegii i-a căzut cheia clasei fără să observe. În mod normal aș fi ridicat-o și i-aș fi înapoiat-o, dar acum simțeam nevoia de răzbunare. Am luat-o fără să mă observe nimeni și am păstrat-o. Corina a avut probleme mari din cauza aceasta deoarece aceea era unica cheie care deschidea aceea clasă și nu mai era alta la fel. La început m-am simțit vinovată, dar apoi am simțit o plăcere nebună și mi-am alungat sentimentul de vinovăție spunându-mi că a meritat ce a primit și că nu am făcut altceva decât să îmi fac dreptate. M-am simțit bine făcându-i rău și nu aveam de gând să mă opresc aici.

În altă zi, într-o pauză când eram singură în clasă am decis să îi scuip în apă. Răzbunarea se simțea plăcut, dar nu îmi era de ajuns. Voiam ca lumea să știe ce am făcut, să știe de ce sunt în stare. Câteva zile mai târziu am început să îi răspund comentariilor înțepătoare cu mult mai urât decât cum făcea ea. Colegii erau în delir, le plăcea să vadă o ceartă crâncenă. Singura diferență față de acum câteva luni era că acum eu câștigam de fiecare dată. La fiecare lucru jignitor și josnic pe care i-l spuneam colegii mă aplaudau și începeau să râdă de Corina. Mereu după o astfel de ceartă mă simțeam revigorată. Era o persoană cu mult mai multe defecte ca mine. Am început să râd nu numai de felul cum se îmbrăca sau de felul copilăresc cum se comprta ci și de lucruri cum sunt familia și sănătatea ei psihică. Am răspândit un zvon în școală care a prins amploare cum că ar avea probleme mintale grave după despărțirea părinților și că tatăl ei nu mai avea suficienți bani pentru a-i plăti ședințele.

Pentru mine viața a decurs din ce în ce mai bine. Eram în continuare eleva model apreciată de toți profesorii de la care nu s-ar fi așteptat nici în ruptul capului la așa ceva. După certurile pe care le-am avut cu Corina am început să îmi fac noi prieteni. Am devenit rapid șefa grupului și persoana care impunea cel mai mare respect. Îmi plăcea sentimentul de apartenență. Corina s-a izolat treptat și a început să învețe pentru examenele de care depindea repartizarea noastră la liceu. După examene eu am reușit să intru în clasa pe care mi-am dorit-o, deoarece am avut note foarte mari, dar Corina nu a fost atât de norocoasă. Ambele eram eleve acum la un liceu teoretic al cărui director era chiar tatăl Corinei.

Eu m-am adaptat rapid și mi-am făcut noi prieteni, dar eram o fire la fel de rea. Corina a rămas la fel de izolată și neadaptată. Atunci când trecea pe lângă mine și mă saluta refuzam să îi răspund, sufletul meu fiind încă plin de resentimente. Pentru mine liceul era perioada de glorie pe care am așteptat-o de foarte mult timp. În sfârșit eram separați în funcție de capacitatea noastră și nu mai eram nevoită să îmi petrec timpul cu oamenii inferiori cum era Corina. Ea în schimb se descurca pe zi ce trece tot mai prost și nu își făcuse niciun prieten.

Îndemnată de tatăl său, a venit la mine să mă roage sa o ajut la matematică, care era materia mea preferata și poate, să își poată face și o nouă prietenă. Am refuzat-o categoric. După tot ce

îmi făcuse și ceea ce a fost între noi era ridicolă pentru mine chiar și ideea de a mai petrece o clipa împreună. I-am râs în față și am scuipat-o. Ea a fugit plângând. Atunci m-am gândit ce ființă rea la suflet poate face pe cineva nevinovat să plângă și să îl alunge. M-am gândit toată ziua la ceea ce am făcut și nu mai simțeam acel sentiment că eram îndreptățită să fac rău. Deoarece voiam să îmi treacă starea de vinovăție am hotărât să îmi iau jurnalul din generală și să îl recitesc.

Din fata veselă și cu sufletul pur de altădata m-am transformat într-o ființă fără scrupule și rea în adevăratul sens al cuvântului. Am plâns la fiecare pagină pe care o citeam. Nu îmi venea să cred în ce mă transformasem. Acum aveam respectul și puterea pe care mi le doream atât de mult, dar nu eram mândră de mine. Îmi era rușine de ființa în care mă transformasem. Am realizat că de-a lungul timpului dorințele mele s-au schimbat. Dacă la început voiam să mă remarc prin inteligență și creativitate participând la cât mai multe concursuri, pe parcursul timpului am dat dorințele acestea in schimbul popularității, prieteniilor false și a falsei stime de sine. Nu îmi puteam da seama cum am putut crede că părerile celorlalți despre mine sunt mai importante decât propria mea părere.

Nu am mai avut timp să mă mai gândesc la lucrurile oribile care m-au transformat într-o persoană complet diferită deoarece am primit un mesaj anonim în care scria că trebuie să mă prezint până la ora patru în biroul directorului. La început m-am gândit că e o glumă proastă, dar m-am gândit că poate sunt chemată pentru a da explicații de ce m-am comportat atât de urât cu Corina. Era trei și jumătate. Nu am mai stat pe gânduri, mi-am luat lucrurile și am plecat alergând spre liceu.

După ce ajung, bat la usă, deoarece se deschidea numai pe bază de cartelă. Cineva îmi deschide ușa și intru. Era Corina. Eram doar eu cu ea în încăpere. Unde era tatăl ei? Unde era restul lumii? Ce se întâmpla? Eram neliniștită. Inima îmi bătea incontrolabil. Era fără doar și poate frică. Îmi era frică atât de ce mi-ar putea face, cât și de ce și-ar putea face ei. Mă uit pe birou și văd o sticlă de alcool aproape goală. Totul îmi era clar ce se întampla acum și bănuielile mi se confirmau. Băuse până la refuz, dar oare pentru a-și face curaj să mă înfrunte sau să se predea?

-Ești o persoană inteligentă și cred că știi de ce ești aici. Face o pauză și se uită pe biroul din spatele ei, apoi la gardul metalic cu model de sulite ascutite din spatele ferestrei larg deschise. Tata e plecat din oraș pâna mâine. Eu te-am chemat. Nu mai știe nimeni că ne aflăm aici. I-am furat cartela tatei și te-am făcut să vii aici dintr-un singur motiv: vreau să simți și tu măcar o parte din durerea pe care mi-ai provocat-o. Tu, fata care are totul la picioare, care e iubită de părinți, mândria școlii și care nu știe cum e durerea, vreau să plătești pentru tot ceea ce ai făcut. Nu o să îți fac niciun rău, dimpotrivă o să te las să îmi spui toate lucrurile pe care nu ai avut

încă ocazia să mi-le spui, apoi o să asiști la moartea mea care, sper că te va marca toată viața, iar dacă nu să suporți măcar consecințele. Pe telefonul de pe masă se află programat un mesaj spre toate contactele mele, care conține toate gândurile mele și mărturisirea mea că numai din cauza ta m-am sinucis. Va fi trimis în jumătate de oră și este de neoprit. În sfârșit dreptatea va fi făcută!

Înainte de a te lăsa pe tine vreau sa îți spun că ai fost o ființă oribilă care m-ai condus încet, dar sigur pe drumul disperării și al nebuniei. Dacă nu știai, după divorț mama mea s-a sinucis după ce a băut până dimineața, iar eu am avut nevoie de ședințe de consiliere. Partea bună e că măcar ceea ce ai spus nu a fost în totalitate o minciună. Felicitări! Tu ai avut mereu totul, iar când nu ți-a mai ajuns ai venit și mi-ai luat și ultimii prieteni pe care îi mai aveam și m-ai umilit, m-ai făcut să mă simt foarte nefericită. Eram atât de nefericită încât cel mai frumos vis al meu era acela în care muream, dar după cum știi și tu, unele vise devin realitate. Dacă mai ai ceva de spus înainte de a fii prea târziu spune-o acum!

Corina deja ținea mâinile pe pervazul ferestrei. Ce făcusem?! Am distrus viața unui om. Unde credeam că era toată puterea în asta?

-Am greșit, am greșit din prima clipă. Am fost prea oarbă să mă uit în jurul meu și să văd că și ceilalți au probleme. Mi-a plăcut să fac rău, să dețin tot controlul și să îi umilesc pe ceilalți, dar asta nu e adevărata fericire, e doar o iluzie, e o păcălelă. Am făcut toate astea pentru a-mi demonstra că sunt mai bună ca restul, dar de fapt toți suntem speciali, toți suntem puternici în felul nostru, toți suntem unici. E adevărat că la început te-am urât, dar fără tine nu aș fi aflat niciodată cum e să fi cel atacat și în cele din urmă să ataci pe alții doar pentru că te simți încolțit. La început am crezut că îmi fac dreptate, că aveam tot dreptul să fac ceea ce făceam, ba chiar am păstrat o amintire de la prima mea faptă nesăbuită. Atunci scot cheia din buzunarul de la pieptul cămășii și i-o arăt.

-De ce ai făcut asta? Aveai totul! O familie fericită, un viitor strălucit, eu nu aveam nimic. Familia mea tocmai se despărțise, pe mine nu avea cine să mă felicite, să mă ia în brațe și să mă întrebe cum mă simt.

- Acela a fost momentul în care m-am schimbat, am crezut că făcând ceea ce am facut o să ajung să am prieteni la fel de buni ca tine, dar m-am înșelat. Daca vrei să îți faci prieteni trebuie să te comporți frumos cu ei, nu să îi jignești pe alții pentru a le câștiga simpatia.

-Frumoase vorbe, păcat că sunt prea târziu spuse... poate dacă lucrurile ar fi decurs altfel am fi devenit chiar prietene. Asta poate într-o altă viață... a mea e deja terminată din cauza ta. Sper ca gestul meu să ți-o termine și pe a ta sau cel puțin să ți-o marcheze suficient cum ai facut tu cu a mea. Să știi că ai meritat-o!

Am alergat spre ea și am prins-o de mână. Am tras-o înapoi și am căzut amândouă pe podea și ne-am tăiat în cioburile sticlei care tocmai căzuse pe podea. Nu știu dacă din cauza rănilor sau a sperieturilor, dar am leșinat.

M-am trezit câteva ore mai târziu la infirmeria școlii. Corina era lângă mine. Eram speriată. Oare povestise cuiva ce se întâmplase în birou? Oare ce se întamplase cu telefonul de pe masa?

-Liniștește-te, e totul ok. Le-am spus tuturor că ne-am închis în biroul tatei după ore pentru a ne putea distra cât el e plecat. Din fericire pentru amândouă m-au crezut, cât despre telefon, s-a spart cand am căzut și nu a mai pornit, așa că nimeni nu va putea citi vreodată mesajul. Le-am spus că era telefonul unei fete mai mici pe care i l-am furat pentru a o ademeni și a încerca să o conving să mă mediteze la matematică . Tata aproape că ar fi zambit dacă nu aș fi fost chiar în situația de față. Oricum, parinții noștrii au hotărât că ar fi mai bine pentru amândouă să mergem la câteva ședințe de consiliere pentru a se asigura că suntem bine.

Nu îmi venea să cred ca după toate lucrurile pe care i le făcusem Corina a găsit puterea de a mă ierta. Nu știam ce să spun. Atunci mi-a ieșit pe gură aproape involuntar: Mulțumesc!

Corina se uita spre mine și avem amândouă impresia că ne vendem pentru prima dată. Nu mai eram dușmane, eram în sfârșit două persoane normale care își înțelegeau problemele.

După ședintele pe care le-am avut împreuna, Corina a devenit lucrul de care aveam nevoie în tot acest timp, a devenit prietena mea adevarată, iar eu sprijinul ei emoțional. Din ziua aceea am devenit de nedespartit și amândouă am înțeles că adevărata putere a vieții nu constă în faptul de a deveni liderul unui grup, a fii bună la o materie sau de a avea iluzia că ai prieteni adevarati. Adevărata putere este să știi că atunci când nu mai ai nimic de pierdut și vrei sa îți închei suferința vor exista persoane care să fie acolo când ai nevoie, să te împiedice să faci lucruri pe care să le regreți mai târziu și să te ia în brațe. Cât despre cheie, cum ea a însemnat ceva pentru amândouă am decis să mergem la o bijuterie, să o topim și să ne facem două lănțișoare. Timpul a trecut, iar eu am pierdut lănțișorul, iar ea l-a rupt, dar prietenia noastră a ramas la fel de nouă și intactă ca în prima zi.

Vlad, cartea și coperta

Romilă Maria, Clasa a XI-a
Colegiul Naţional „Calistrat Hogaș”, Neamţ
Prof. îndrumător: Tărcăoanu Mihaela Cătălina

Intrase în casă izbind ușa de perete. Vladimir nu mai suporta batjocurile învățătoarei, tachinările colegelor și bătăile băieților. Acum, din păcate, nici părinții nu păreau să îl mai înțeleagă. Vlad, un băiețel de clasa a III-a, era un personaj special în peisajul din care făcea parte.

Părinții săi, ambii doctori de elită, s-au hotărât să îi desfășoare ghemul soartei pe același fir pe care l-au urmat și ei: cariera de succes în medicină. Însă, copilul lor, un taciturn din fire, aspira către alte orizonturi. Își găsea cel mai adesea alinarea în pictură și plimbări singuratice pe malul lacului din parcul central al orașului. În timpul acestor plimbări, Vlad se întreba mereu cu ce a greșit așa de grav, încât să fie luat de prost în fiecare zi...

Ce, era vina lui că încurca și amesteca literele pe foaie, când scria sau citea? Sau că îi plăcea mai mult să se închidă în pictură ca într-o cochile care îl apără de primejdiile din exterior decât să facă înmulțiri și împărțiri? Nu era...în mod sigur nu, era un copil normal ca toți ceilalți, nu umbla în cârje sau scaun cu rotile, și totuși. Întrebările roiau în capul său micuț de copil de 8 ani cu un zumzet enervant.

Într-o zi, un coleg i-a luat foaia cu un desen la care ținea enorm, o scenă de luptă între marina engleză și vestiții pirați din Caraibe, și i-a sfâșiat-o în fața lui.

- Hai că n-aveai tu nevoie de el, îi zise colegul său, pe un ton zeflemitor. Faci altul mai frumos.

Din acel moment, universul lui Vladimir, un mozaic de forme și culori, deveni gri; un gri șters și sumbru. A încetat să mai picteze, plimbările prin parc s-au rărit, iar la școală regresa vizibil. Aversele de reproșuri și batjocuri nu mai conteneau să se abată asupra lui. A ajuns să creadă vorbele aruncate de părinți și colegi, și considera că va ajunge un măturător de stradă. Ochii îi erau goi, lacrimile îi secaseră demult, iar când vorbeai cu el, aveai impresia că stai față în față cu un manechin exanguu, nu cu un copil de clasa a III-a.

Dacă ar fi continuat în acest ritm, Vlad ar fi fost pierdut cu siguranță. Din fericire pentru el, în locul învățătoarei a venit un profesor suplinitor mai aparte, care sfida sistemul de învățământ și punea accent pe exploatarea creativității elevilor. Acesta a observat din prima un

clișeu în greșelile lui Vlad: scrierea în oglindă a literelor asemănătoare. Dascălul a înțeles, atunci, că nu stă de vorbă cu un elev insolent, așa cum l-a caracterizat învățătoarea, ci cu o victimă a dislexiei. Acesta, după ce s-a convins de situația lui Vlad, le-a lămurit situația și părinților, urmând ca aceștia să îi transmită și învățătoarei.

Comunicarea este cheia în orice situație. Dacă profesorul de română nu ar fi depistat problema, Vlad ar fi putut ajunge la depresie și, în final, chiar la suicid. Mulți oameni iluștri au suferit de această boală a literelor, dislexia, precum Albert Einstein sau Leonardo Da Vinci. În copilărie cei din jur nu i-au înțeles, deoarece erau diferiți.

Mulți tineri sunt victime constante ale bullyingului, deoarece nimeni nu comunică îndeajuns de eficient cu ei. Și acum vine întrebarea...oare nu e mai bine „*să nu judecăm o carte după coperta sa”*?. Niciodată nu se știe ce diamant neșlefuit se poate afla într-o stâncă diformă...

STOP BULLYING-ULUI

Vovea Mădălina Anca, clasa a X-aB
Colegiul Naţional „Mihai Viteazul” Turda
Prof. îndrumător: Huban Bianca

Doar pentru că nu dau mereu cele mai strălucite răspunsuri nu înseamnă că sunt proastă. Doar pentru că nu știu uneori să răspund la întrebarea profesorului nu înseamnă că sunt proastă. Doar pentru că opiniile mele sunt departe de ale lor nu înseamnă că sunt proastă. Doar pentru că încerc să îmi susțin propriile idei nu înseamnă că sunt proastă. Doar pentru că fiecare om din această sală mă consideră proastă nu înseamnă că sunt. Doar pentru că mă gândesc și la alte lucruri în timpul orei nu înseamnă că...

—Neagru, la tablă, te rog!

... sunt proastă. În drumul meu nesfârșit spre tabla cretuită de atâtea traume ale atâtor oameni simt cum genunchii mi se înmoaie, cum parcă cineva îmi ațintește un pumn de pietricele în moalele capului. Pâc-pâc-pâc-pâc. Asta e tot ceea ce aud ei în spatele meu, dar eu? Eu aud cum șiroaie de prafuri albe îmi învăluie sarafanul bleumarin, prelingându-se pe genunchi în jos, netezind catifeaua balerinilor. Particulele albicioase se împrăștie în jurul meu și îmi șoptesc pe sub cerceii argintii „Ești proastă”. Pete neclare îmi acoperă aproape jumătate din tablă și mă aștept ca în orice moment creta albă să înceapă să șiroiască sub acei picuri de ceață. Mă cutremur, sub un clinchet chicotind ce vine dinspre catedră. Îmi pun încrederea în toată formațiunea marmorată adânc în vorbele lor spinoase. Toate vetebrele ce se străduie să îmi țină corpul să nu se destrame sub priviri mișele trec printr-un spasm al rușinii, printr-un pocnet de frică.

1

2

3

4

5

Inspiră. Respiră, acum, odată, încă odată și încă odată. Deschideți ochii. Toate acele pete au dispărut, coada lor, ca de cometă, se mai zărește în colțul privirii, dar e perfect. Nu îi mai văd. Ei nu mai sunt în spatele meu, ei nu îmi vor mai amuți mintea prin slăbiciunile lor, ei nu îmi vor mai măcina vetrebrele într-o convulsie a temerii. Ei nu mai sunt aici. Nici ea nu mai

e aici, nici ea nu mă mai sfredelește din priviri încercând să mă îmbolnăvească într-un fior de teamă și să mă cutremure într-un virus de neștiință. Ea nu îmi va mai striga numele într-o nervozitate fără aseamăn, ea nu îmi va mai zgâria cortexul luminos de liniște. Sunt doar eu! Acum e clar ceea ce am de făcut. Acum știu, iar creta a ajuns în mâna mea și o simt pregătită să își dea viața spre a mă salva pe mine de ei, de prejudecățile lor. Asta e tot ce vreau. Să scap din ghearele unor oameni care vor doar să îmi străpungă suflul, să îl contopească cu o teamă irecuperabilă. Creta începe să mângâie tabla într-o îmbrățișare a cunoștințelor, într-un dans de lacrimi prăfuite.

—Neagru la loc, acum!

Primul cuvânt m-a făcut să mă cutremur, următoarele mi-au spus să continui, iar tonul apăsat mi-a dat putere să le arăt că pot, că nu sunt copilul pe care l-au lăsat în urmă acum câteva luni, că știu ceea ce fac, că sunt aici! Sunt aici și nu vreau să plec! Sunt aici și vreau să le spun totul! Sunt aici și vreau să le arăt câte am îndurat din vina lor! Sunt aici și vreau să le arăt că nu sunt atât de mică!

—Neagru!

Îmi retrag mâna de pe tablă într-o convulsie de frică.

—Proastă...

Piciorul stâng mi-a cedat de teamă, dezechilibrându-mă, mâna mea a trebuit să se prindă cu repeziciune de marginile tablei spre a mă susține. Ochii mi se închid strâns, sperând să se poată ascunde acum, sperând să mă cufunde în parchetul prăfuit de atâtea vorbe nefirești.

1

2

3

4

5

Inspiră. Nu! Am ajuns până aici! Am ajuns până în fața lor, iar acum să cedez?! Nu pot să fac asta, nu pot să îi mai las să mă controleze, să îmi creeze spasme ale temerilor din întunericul minții mele! Am ajuns aici și pot să o fac. Pot!

Îmi trântesc mâna ce ține strâns obiectul făuritor de cuvinte de tabla neagră într-un zgomot surd. O tresărire răsare în stânga mea, ea a tresărit, nu eu. Eu sunt cea care va vorbi acum. Eu sunt cea care îi va face să conștientizeze tot ceea ce mi-au făcut.

—N...

—Nu! Îmi țâșnește printre buze în direcția ei.

Îmi imaginez ochii ei plini de groaza dată de un elev scăpat de sub control, unui elev

pe care ea îl urăște, unui elev pe care ea nu a vrut să îl îmbrățișeze sub aripa protectoare pe care orice profesoară o are, unui elev pe care l-a lăsat pe dinafară, mereu. Inima îmi bubuie acum și știu că sunt la un pas de a mă prelinge sub praful alb al tablei, dar ăsta e momentul, asta e clipa în care le voi arăta! Mâinile încep să miște creta albă, încep să dea frâu tuturor temerilor mele.

„Totul a început acum un an, când ea m-a scos în fața tablei, iar tu ți-ai scos din bancă un picior, punându-l în drumul meu spre partea din față a clasei. În graba mea speriată de a lua o notă mică m-am împiedicat de piciorul tău. Am căzut, lovindu-mă cu obrazul de colțul catedrei. Am strâns adânc ochii în speranța că mă vor înghiți cu totul, urechile îmi țiuiau, nemaiputând să înțeleg ce se întâmpla în jurul meu. Când mi-am dat seama că sunt tot aici și nu voi reuși să mă teleportez într-un tărâm al înțelegerii i-am deschis. Mă priveați, aveați cuvintele pe limbă, le spuneați, dar nu le puteam auzi, speram că mă întrebați dacă sunt bine. Dintr-odată, realitatea m-a lovit brutal: țiuitul a dispărut și în locul lui v-am auzit râsetele haine și remărcile lipsite de empatie „Împiedicată care ești!", „Nu știi nici să umbli". Aș fi vrut ca urechile să îmi țiuie la nesfârșit, să nu vă aud, să trăiesc într-o lume în care oamenii se sperie dacă te văd la pământ, într-o lume în care te ajută dacă ești rănit! Dar acum să trec și la dumneavoastră! Nu era îndeajuns faptul că i-ați lăsat să râdă de mine, să își bată joc de obrazul meu sângerând! V-am auzit fiecare chicot, v-am văzut cum afirmați din cap fiecare vorbă a lor ca mai apoi să mă ajutați să mă ridic! Credeți că masca dumneavoastră nu se observă, că totul pare frumos din afară! Mă discriminați încă de la începutul clasei a IX-a, când părerile mele literare nu coincideau cu ceea ce dumneavoastră vedeați în poeziile pe care ni le aduceați! Nu sunt un robot ale cărui coduri să le tastați după bunul plac, sunt o ființă umană care crede în propriile convingeri! De acum încolo, n-o să vă mai las să îmi furați dreptul la libertatea de exprimare, să mă faceți în toate feluri, să mă dați deoparte, să mă discriminați, de acum o să vă arăt că pot! Că sunt ceea ce vreau să fiu și că nu trebuie să schimbați asta!"

Cu ultimul cuvânt scris în avântul meu fără de astâmpăr pe tabla întunecată, creta mi-a căzut din mână, iar suflarea mi-a rămas blocată în bronhii, nimic nu mai voia să preia drumul oxigenului și să îmi alinte plămânii înfocați. M-am sprijinit de tablă privindu-vă fără suflare.

1

2

3

4

5

Inspiră. Un mănunchi de gaze a reușit să se vâre în plămânii mei. Vă vedeam acum. Tu,

cel care mi-ai pus piedica, nu mai aveai curajul să mă privești în ochi, te jucai cu un pix albastru, iar pieptul îți urca și cobora și urca într-un ritm alert. V-am privit apoi pe voi toți, cum unii mă priviți cu ochii mari, speriați de puterea cuvintelor, unii vă țineți privirea ațintită parchetul mizer. Un sunet mic s-a auzit din direcția ta, ți-a crăpat pixul în două bucăți. Aș fi vrut să îți spun că așa arăta și sufletul în momentul acela. Apoi mi-am întors puțin capul, nu vă mai vedeam. Aveați capul între mâini și respirați precipitat, nu știu dacă ați realizat că ați acceptat bullying-ul în clasa dumneavoastră, că ați distrus încrederea unui copil pentru o perioadă bună de timp.

Ilinca nu își dăduse seama că respirația sa se oprise la acea ultima inspirație și că de fapt își umplea plămânii cu imaginea unor copii loviți de ceea ce bullying-ul înseamnă cu adevărat. Ea s-a prăbușit lângă tablă, atacul de panică a cuprins-o în toată firea, dar de data asta s-a simțit nevoia de a anunța cât de repede cadrul medical.

Mai târziu, Ilinca stătea în patul de la ea de acasă, gândindu-se la ceea ce a făcut azi, la cum și-a luat întreaga poveste în mâini și a surprins-o în 2 table uriașe, la cum mâna nu i s-a oprit până la ultimul cuvânt scris, la cum a avut puterea de a se exprima mai bine ca niciodată. Era fericită, știa că a reușit, nu avea certitudinea că nimeni nu o va mai face „proastă" și nu îi va mai pune piedici, dar era mândra de ea însăși, era mândră că stima ei de sine s-a ridicat din nămolul prejudecăților.

În același timp, Radu Popescu stătea la birou și se gândea la acea zi: nu știa ce s-a întâmplat în capul lui atunci când și-a întins piciorul în fața Ilincăi în timp ce aceasta se deplasa spre tablă, nu știa cum de a putut să râdă când i-a văzut obrazul sângerând din cauza colțului catedrei. Se simțea ca ultimul om și știa că asta și era în sufletul Ilincăi. Tot ce știa era că nu se va mai atinge de ea niciodată, nici prin gesturi fizice, nici prin vorbe ucigătoare.

La câteva străzi distanță, o profesoară stătea cu capul în mâini la masa din bucătărie. Lacrimile îi șiroiau căci și-a dat seama că a dat amuzamentul a 25 de copii, pe întreaga sănătate psihică a unui singur copil. Nu știa cum de a ajuns societatea să o modeleze în acel fel, să îi prelucreze mintea spre a lăsa o mâna de copii să îl îngrădească pe altul, iar ea să le și ia modelul. Avea în fața ei actul de demisionare din funcția de profesor, a tras foile mai aproape și cu mâinile înlăcrimate le-a semnat. Foile s-au unduit sub acei picuri încărcați de vină, de dezamăgire de propria persoană. Știa că așa va fi cel mai bine pentru Ilinca.

Oricât de diferite ar fi părerile cuiva față de ale tale, discriminarea nu este răspunsul corect. Discriminarea nu este decât o sferă vicioasă, care cuprinde în

circumferința sa cât de multe persoane, ajungând ca pe cele din nucleu să le sugrume, să le macine cu totul.

Pace

Ionescu Bianca, clasa a IX-a B
Seminarul Teologic Ortodox "Sfântul Simion Ştefan" Alba Iulia
Coordonator: prof. Trif Ioana-Daniela

V-aţi gândit vreodată cum ar fi lumea aceasta fără războaie? V-aţi gândit vreodată cum ar fi dacă ne-am opri din a ne mai ataca între noi? Pentru unii nu este deloc uşor să te trezeşti în fiecare zi şi să duci două lupte, respectiv un război cu tabăra adversă şi unul interior, cauzat de primul. Nu este uşor să încerci să continui lupta fără arme sau armură, sau atunci când ai armura şi o foloseşti doar pentru a-ţi ascunde rănile sub ea. Acele răni nu dispar niciodată. Victimele vor fi nevoite să înveţe cum să trăiască cu urmele lăsate de ele şi să le accepte deoarece acestea sunt mărturia că au luptat în război. Lupta devine şi mai grea atunci când persoanele afectate sunt singurele care luptă... atunci când nu mai au alt soldat care să le ajute să învingă. Poate că aceşti războinici care au luptat de unii singuri nu au câştigat încă războiul, însă ei pot povesti cum l-au supravieţuit, cu speranţa că rănile îşi vor creiona singure povestea.

Astăzi am să vă spun povestea unui război - un război cu ritm încet, care creştea pe zi ce trece. Astăzi am să vă spun povestea unui război care a suferit pierderi de ambele părţi. Acesta poartă numele de Bullying, iar războinicul principal este Străinul, cel care a ajuns să fie şi victima. L-am numit…"Străin" deoarece el nu era de aici. Iubeam să îi ascult poveştile despre tărâmurile de unde venea; iubeam să sorb încet, să savurez acel lichior de informaţie până la beţie dar, când tăcerea acoperea încăperea, necuvântarea Străinului se auzea atât de tare, încât putea să te asurzească. L-am numit " Străin", în ciuda faptului că avea puterea de a te lua cu el pe tărâmurile sale şi de a te face pururea pierdut, însă alţii au profitat de această abilitate a sa şi i-au invadat acele locuri, distrugând totul în urma lor... pe ei i-am numit Invadatori.

Poate că vă veţi întreba ce invadau aceştia. Ei bine, ei pătrundeau în lumea victimei şi, realizând că nu sunt capabili să înţeleagă acea lume deoarece ea era una diferită, o atacau. Realizând că Străinul este diferit faţă de ei si că aparţine unei alte lumi, aceştia au început să îl excludă din lumea lor.

Povestea începe într-o zi de decembrie. Străinul se mutase în urmă cu câteva zile la liceul meu.

Părinţii mei îmi spuneau încă de când eram mica să nu vorbesc cu străinii, însă acesta părea să aibe nevoie de un ghid. Când l-am văzut atât de pierdut, m-am oferit să îl ajut,într-o perioadă

de timp relativ scurtă am devenit buni prieteni. Acesta îşi păstra încă aerul misterios de la început, însă mă lasa încet-încet să îi explorez cosmosul, să îl cunosc mai bine. De fiecare dată când îmi vorbea despre pasiunile şi visele sale, ochii săi începeau să sclipească, îi spunea că vrea să devină medic. Alţii i-ar fi spus să nu mai viseze cu ochii deschişi şi să aibă planuri de viitor mai realiste însă atunci când îl priveam în ochi eram conştientă că el chiar era capabil de lucruri măreţe datorită flacării care ardea înăuntrul său. Ceilalţi oarneni îl judecau deoarece purta mereu aceeaşi pereche de pantaloni. Alţii îl judecau deoarece lipsea foarte mult de la şcoală deşi abia ce se mutase la liceul nostru... însă puţini ştiau că în timp ce eu eram la şcoală, el avea grijă de cei 3 fraţi ai săi şi lucra cu nopţile prin diferite localuri pentru a-şi putea permite să facă focul în acea cămăruţă de la periferia oraşului pe care o numea “acasă". Îl vizitasem într-o zi şi nu ştiam ce încălzea de fapt acea încăpere modestă... o fi fost semineul său vechi sau flacăra din interiorul Străinului? Mama sa avea cancer iar fraţii săi... ei bine, ei erau pozitivi că el va deveni doctor într-o bună zi şi că o va vindeca.

În urmă cu câteva săptămâni . am observat nuanţa stearsă a ochilor săi care păreau să treacă prin mine, în căutarea unui loc sigur, însă nu am realizat că devenisem la rândul meu doar o altă barieră de care se lovea. Acesta părea un corp gol şi rece, însă cu o minte care se revărsa. Aş fi vrut să îl pot îmbraţisa... aş fi vrut să fi cunoscut personal Soarele pentru a-l ruga să îi redea din nou lumina din ochii lui. Am observat de asemenea că a început să mă evite. La început nu am realizat de ce se întâmpla asta, nu înţelegeam ce făcusem greşit. După două zile de confuzie însă, mi-am dat seama. I-am văzut râzându-se de el şi de pantalonii săi vechi şi uzaţi - apoi am observat audienţa privindu-l cu superioritate,râzând sau păstrând distanţa. Ceea ce nu realizasem însă în acel moment era că şi eu făceam parte din audienţa care a preferat să nu se implice în război, care nici măcar nu a încercat să vindece rănile produse de acesta. În următoarea zi, i-am spus să ignore Invadatorii, şi anume cei care il atăcaseră cu o zi în urmă. I-am mai spus de asemenea că trebuie să nu le acorde atenţie însă acest lucru nu era la fel de uşor de făcut precum credeam eu. In următoarea zi părea fericit. Făcuse mai mulţi bani cu o seară în urmă şi îşi cumpărase o pereche nouă de pantaloni. Credea că aceştia nu se vor mai lua cu el, că nu îl vor mai privi cu superioritate dar se înşelase... el rămăsese acelaşi copil de la periferie, care nu îşi permitea o "armură” ca a lor, nici un telefon inteligent. Atunci i-am sugerat din nou să îmbrace armura indiferenţei şi a nepăsării aparente pentru a nu le arăta Invadatorilor rănile sale. Am observat de asemenea că atunci când trecea pe hol, îşi mărea pasul,în speranţa că acele cuvinte şi priviri ale atacatorilor săi nu îl vor mai ajunge din urmă, făcându-l să se “împiedice”... Treptat, această stare de frică s-a extins, făcând din copilul fericit unul timorat

şi anxios, care refuza să mai interacţioneze cu cei din jur, însă nu am făcut nimic... îmi era frică să nu devin şi eu o victimă într-un război care nu era al meu... dar nu era nici al Străinului! Astăzi am aruncat o privire la tabăra adversă şi anume la Invadatori. Unul dintre ei era trist şi distrus, deoarece o persoană pe care o iubea a murit. Aceasta a murit în urma războiului interior pe care lnvadatorul îl purta cu sine însuşi... Am fost surprinsă să văd că unul dintre agresorii săi avea şi el sentimente, că suferea la rândul său. M-am gândit că o dată ce a experimentat sentimentul de durere pe propria piele, se va opri şi va abandona războiul, însă nu a fost aşa... acel sentiment îl domina încă de la început, el fiind motivul acestui război, rădăcinile sale fiind în interior - acesta reprezintă o formă de descarcare pe victimă. Din păcate însă, ei luaseră doar o pauză, fiind în căutarea următoarei victime pe care aveau să îşi verse propriile frustrări interioare.

Din păcate, muli realizăm acest lucru mult prea tărziu.,când războiul a făcut deja un număr semificativ de victime. Străinul a fost una dintre ele. Toate persoanele pe care le întâlnim duc o lupta interioară despre care noi nu ştim nimic, şi prin urmare singura solutie pentru a opri extinderea războaielor asupra propriilor " tărâmuri" este bunătatea şi iubirea pe care trebuie să le-o arătăm atât victimelor războiului, cât şi invadatorilor. Oprirea războiului exterior începe cu oprirea celui interior.

V-aţi gândit vreodata cum ar fi o lume în care domină pacea?!

O nouă viaţă

Bărbușiu Ioana, clasa a XI-a C
Seminarul Teologic Ortodox "Sfântul Simion Ştefan" Alba Iulia
Coordonator: prof. Trif Ioana- Daniela

Eu sunt Dan. Trăiesc în frumoasa capitală București, într-o casă mare dar goală. Părinții mei au cumpărat-o în credite, cu bani împrumutați de la mătușa Clara, sora tatălui meu, care e putred de bogată. Am camera mea și e destul de bine: pereții sunt plini de postere cu formați rock.

Am un pat mare, deasupra căruia sunt o grămadă de poze din vara trecută, de când am fost în Vamă. Și stau des în patul ăsta mare, gândindu-mă ce fac părinții mei în lumea asta enormă. De multe ori, când primim chestionare ce privesc ocupația tutorilor, mă simt stânjenit. Serios. Habar nu am ce face tata. De două luni nu a mai dat pe acasă și nici măcar un amărât de apel telefonic nu am primit de la el. În fine... mama plânge în fiecare seară, chiar dacă ea crede că nu o aud. Plânge uneori chiar si când gătește. Când eram mic, îmi spunea că lacrimile sunt bucăți mici de suflet - cred că de asta chiar și terciul de ovăz are gust bun când îl face ea. Acum e in Italia, îngrijește pensionari, iar eu sunt aici singur. Îmi trimite des bani prin poșta rapidă și îmi spune mereu să fiu cuminte, pentru că eu sunt singura bucurie care i-a mai rămas în lumea asta. Îi este foarte greu, și mie la fel - să fii departe de ce iubești, te sfâșie pur și simplu.

Problema e că în singurătatea asta mereu cauți pe cineva care să te scoată din tranșa prea multor gânduri. Eu am găsit: mi-am găsit ceva prieteni mai aparte, acum ceva timp și ne întâlnim zilnic la un bloc în paragină, lângă un bar pe cât de anonim pe atât de deplorabil. Ăsta-i locul nostru. Proprietarul barului e un om tare bătrân (baieții spun că a trecut de mult pragul de 100, le place să exagereze mereu) și totuși foarte prietenos. Nu prea are clienți, decât trecătorii fără prea mulți bani. Ne oferă mereu biscuiți și ne povestește istorioare gri din perioada comunismului. E de treabă tipul.

Unul dintre prietenii mei, Ștefan îl chemă, a intrat într-o patrulă așa-zis secretă. Vinde droguri pe sub mâneci și îi e frică să nu-l prindă poliția, pentru că ar fi a treia oară anul acesta. Săptămâna trecută am avut siesta de seară, cum îi spunem noi - fiecare aduce chestii bune pe care le mâncăm împreună. Eu am adus bere, ceilalți băieți cipsuri și cola iar Ștefan, dementul, a adus fiecăruia câte o doză de droguri. Spunea că i-au rămas baciș din comerțul din ziua aceea și ne-a forțat să le luăm, amenințându-ne cu de naibii gașcă dacă nu facem cum

zice el, pentru că citez, el nu vrea "să aibă de-a face cu niște fraieri pe care-i sperie niște praf".

Am început să mă panichez rău și să mă opun vehement. După ce am luat bătaie și înjurături cât să mă simt ultimul om, stăteam întins pe jos, neputând să mă mișc, ci doar simțind cum mi se administrează dureros drogurile prin vene cu o siringă jegoasă. Am vomat
rnult în seara aia.

Alaltăieri ne-am strâns iar, noi gașca, dar de data asta a fost și mai nasol. Toți ceilalți băieți intraseră în banda de dealeri a lui Ștefan și au spus că mă bagă și pe mine, obligat, fără măcar să am dreptul de a spune orice cuvânt. Dacă nu intru la traficanți, ziceau că mă dau în gât că m-am drogat și, pe deasupra, au să trimită toată banda să-mi asigure o cafteală bună, până îmi vin mințile la cap: „Ce-ai bă, te-ai tâmpit? Ți-e frică că află mami? Hai, scutește-ne de moralitățile tale idioate!". Dacă o să fiu traficant, mă prinde poliția, dacă nu, mă prinde oricum. Sunt prins între ciocan și nicovală. Pur și simplu, nu mai rezist, sunt disperat. Maica-mea plânge încontinuu, acolo, departe de România, gândindu-se că tata a plecat, lăsându-ne să ne descurcăm groaznic de greu. Cum ar fi să afle că fiul ei e la închisoare pe motiv de trafic de droguri? Dar că mănânc bătaie de la cea mai mare gașcă de drogălai din București? Azi am mers cu ochiul vânăt la școală și toți colegii au râs de mine. Ba că sunt fată, că mă machiez, ba că uite, pe Dan îl bate mămica. În ora de desen, ne-a zis profa să facem desene pentru campania stop bullying, că ea are ceva treabă. Unul mai cocoș din spatele clasei face: „Doamna profesoară, puneți-l pe Dan să facă, el e as în ale boxului. L-o caftit tat-su aseară, că umblă cu toți prăpădiții!" În acel moment, am izbucnit. Nu-l mai văzusem pe tata de luni bune, iar el își bate joc de asta.

M-am ridicat în picioare și am început să spun: că nu am tată decât în certificat și la figurat, că nu am mai simțit îmbrățișarea sau măcar prezența mamei de mult timp, că am fost obligat să mă droghez, că am fost bătut, înjurat, scuipat, înjosit, că plâng singur în casă și că am nevoie disperată de ajutor. Am mai spus și că nu suport faptul că toată lumea tratează subiectul ăsta cu bullyingul foarte superficial, punându-ne să facem desene și fotografii cu ipostaze false, de parcă ar fi un lucru fictiv. Din păcate nu e. Există cazuri disperate, cazuri care au nevoie de ajutor - și unul dintre ele sunt chiar eu: Nu am cu cine să vorbesc, nu am cui să spun lucrurile astea. Am nevoie de ajutor, am nevoie de părinții mei. Vă rog, aduceți-mi părinții acasă!

Toți au rămas înmărmuriți și pot fi sigur că l-am văzut pe cel din spatele clasei, care acum câteva minute mă batjocorea, cum își ștergea ochii de lacrimi pe sub bancă. Profa s-a ridicat și m-a luat în brațe. Apoi, în aplauzele emoționante ale colegilor mei, am ieșit împreună cu ea afară din clasă. Am mers la psihologul școlii și i-am spus și lui aceste lucruri. Totul a luat o

întorsătură spontană și mult așteptată. Începeam să întrezăresc lumina unei vieți adevărate. Acum sunt în Italia, cu mama...și cu tata. Suntem în concediu. Directoarea i-a sunat pe amândoi și a reușit să îi aducă împreună pentru a purta o discuție cu ei. Nu știu care e situația între ei acum, dar un lucru e cert: mama nu mai plânge, ba din contră, râde des și i se poate observa licărirea sclipitoare din ochi. Poate că ne vom muta aici, pentru că oricum, prieteni în România nu mai am. Am rupt legătura cu așa- zișii mei amici și îmi e mult mai bine.

Acum sunt bine. Trăiesc o viață cu părinți reali, cărora le pasă de mine. Acum nu mai sunt singur și, cel mai important - pot vedea viitorul cum îmi pregătește cel mai minunat dar: fericirea mea și a părinților mei. Pentru totdeauna.

Rănile trecutului

Mureșan Diana, Clasa a X-a A
Liceul Tehnologic „Constantin Brâncuși” Dej
Prof. îndrumător: Zdrâncu Daniel Petru

Acum trei zile am auzit întâmplător la televizor povestea unei fete de paisprezece ani. Acea fată era zilnic agresată atât fizic, cât și verbal, de colegii ei de clasă din cauză că avea probleme cu greutatea. La final am auzit că fata a ajuns la spital în stare gravă după ce a luat o supradoză de pastile. La auzul acestei povești m-a trecut un fior pe șira spinării, am încremenit pentru câteva secunde și mi-am atins ușor cicatricea de pe picior. Știam prin ce a trecut fata respectivă, știam ce simțea, știam ce gândea. Sentimentul îmi era cunoscut.

Atunci mi-am reamintit prin ce am trecut și eu, a mia oară...

Eram o fată scundă, plinuță și mereu cu părul tuns scurt. Îmi plăcea să învăț, fiind olimpică la mai multe materii. Cu colegii din generală m-am înțeles atâta vreme cât îi ajutam la teste și teme. Însă, când am început liceul, totul s-a schimbat, mai puțin eu. Am rămas tot scundă, plinuță și cu părul tuns scurt. Mi-am imaginat că la liceu mă voi înțelege cu toți colegii fără să fiu nevoită să-i mai ajut la teme și teste, că mă vor aprecia pentru ceea ce sunt: o persoană simplă, emotivă, calmă, răbdătoare și prietenoasă. Însă nimic din ce mi-am imaginat eu nu era adevărat.

Colegii de clasă vorbeau cu mine doar atunci când aveau nevoie de ceva. Mă făceau mereu tocilară pentru că nu aveam notă mai mică de nouă. Stăteam singură în bancă, în pauze, mereu. Două colege care erau înalte, slabe, îmbrăcate cu haine de brand-uri, mereu machiate și aranjate mi-au pus porecla „butoiul”. Din acea zi toată lumea mă striga așa, chiar și atunci când îmi ziceau să îi ajut, iar dacă nu îi ajutam începeau să mă lovească. Nu puteam să fac un pas, sau să spun ceva, că eram judecată.

Mă judecau pentru orice, pentru fapte, vorbe, îmbrăcăminte și felul în care arătam. Îmi era teamă să îmi spun părerea pentru a nu râde nimeni de mine. Mereu îmi mâncau mâncarea zicând: „Oricum, tu nu ai nevoie”. Au inventat chiar și un joc: cine vorbea cu mine nu mai făcea parte din grupul lor.

Clasa a IX-a a trecut, iar în vacanța de vară m-am schimbat destul de mult. Am rămas tot scundă, dar am slăbit și mi-am lăsat părul lung, sperând să mă placă colegii. Dar aceștia aveau aceeași atitudine.

În fiecare zi mă închideam mai mult în mine și nu spuneam nimănui prin ce trec. Încet, tot liceul își bătea joc de mine. Mă simțeam din ce în ce mai rău și îmi trecea prin cap să mă sinucid pentru a putea scăpa de ei. Mama a observat că nu eram bine și într-un final i-am povestit tot. Am mers la un psiholog, iar mama a vorbit cu diriginta și cu directorul.

Timpul trecea, iar eu credeam că totul era bine. Însă, în timpul unei excursii înainte de Crăciun, un coleg m-a împins cu putere și am căzut. Toți s-au adunat în jurul meu, iar eu nu mă puteam ridica. Doamna dirigintă mi-a sunat părinții și apoi a sunat salvarea. A fost ultima zi în care mi-am văzut colegii... După operația la picior ne-am mutat în alt oraș și am început o viață nouă, încercând să uit răul pe care mi l-au provocat.

După atâția ani încă mă mai gândesc cum era viața mea dacă nu eram batjocorită. Uneori cred că eram batjocorită și din invidie, pentru că nu erau capabili să obțină notele mele. Poate se simțeau bine că o făceau și voiau să arate tuturor ce buni erau ei, sau poate o făceau să nu iasă la iveală adevăratul lor carecter.

Sunt momente în care mă gândesc „oare e bine ce voi zice?”, „dacă dau din nou greș?”, „dacă vor râde de mine?”...și când merg să îmi cumpăr haine mă gândesc la ce va spune lumea.

După ce am auzit povestea fetei m-am gândit să iau legătura cu familia acesteia. Din păcate, părinții fetei mi-au spus că aceasta a murit. Gândindu-mă la ceea ce am pățit eu, m-am decis să le fiu aproape.

După câteva luni ne-am decis să inițiem o campanie numită „Îndreaptă destine!”. Prin această campanie ne dorim să ajutăm și alte persoane. Am vizitat școlile și liceele din țară povestindu-le întâmplările noastre, sperând că-i putem ajuta.

Nimeni nu trebuie judecat pentru felul în care se comportă sau gândește!

STOP BULLYING-ULUI

Oşan-Achim Rahela, clasa a IX-a A
Colegiul Economic ,,Gheorghe Dragoş" Satu Mare
Profesor coordonator Misznyak Gertrud

Acest fenomen îl intâlnim cel mai des în şcoli. Zi de zi o gramadă de copii sunt tachinaţi, batjocoriţi, jigniţi sau agresaţi de colegii de clasa sau de colegii de şcoală. Se formeaza mici grupuleţe de elevi care îşi aleg o ţintă indiferent de situaţie, pe care o rănesc atât verbal cât şi fizic.

Când am fost în şcoala generală, aveam un coleg pe nume David, el era foarte popular. Acesta avea o gaşcă de prieteni. Era adorat de fete, multe fete erau topite dupa el, în schimb nu era interesat de niciuna. El nu ştia sa vorbească cu fetele. Acesta râdea sau îşi batea joc de ele. Prietenii din gaşca lui se luau de copiii mai mici, insultându-i sau înjurându-i, pentru ei era o joacă dar pentru acei copii era un chin.

Acum ceva timp o prietenă de a mea a fost victimă a acestui fenomen, ea are probleme cu un picior iar colegii ei au râs de ea, de cum paşeşte puţin mai strâmb ca noi. Toate fetele din clasa ei mergeau machiate şi foarte elegante, îmi spusese că toate erau complimentate de către baieţi iar de ea se râdea încontinuu. Într-o zi s-a hotarât să meargă şi ea machiată la şcoală şi într-o bluză mai decoltată, se aşteptase la complimente şi păreri draguţe şi chiar aşa s-a întâmplat. A primit multe păreri drăguţe. În următoarea zi a mers, cum mergea ea de obicei îmbrăcată, au tachinat-o, au imitat-o şi o colegă a aruncat apă pe ea.

Aceasta s-a dus acasă, şi-a schimbat repede bluza să nu vada mama ei ca este udă. A salutat-o şi s-a dus în camera ei să-şi facă temele, primea mesaje jignitoare de la colegii ei. Un timp nu le-a băgat în seamă dar mesajele deveneau pe zi ce trece mai urâte şi mai jignitoare. Era respinsă încontinuu de către colegii ei, era respinsă de colectivul clasei. În faţa doamnei diriginte toţi se comportau frumos unii cu alţii, dar când doamna diriginta nu era de faţă, se aruncau vorbe foarte urâte. La ora de sport ea stătea pe bancă, iar colegii ei se jucau cu mingea, aceştia au chemat-o şi pe ea şi au aruncat cu mingea în ea crezând că este foarte amuzant, ea nu a prins mingea, au lovit-o în cap. A început sa plânga, iar ei au început sa ţipe după ea ca nu ştie să prindă o minge şi că este plângacioasă şi tot felul de cuvinte dureroase. A mers la baie să se spele pe faţă, s-a calmat iar după a mers în clasă. Nu voia sa vorbească cu nimeni, despre ce i se întampla şi cum o tratează colegii, abia aştepta să plece acasă să stea singură să

nu-şi mai bată nimeni joc de ea. Ea aducea note bune acasă şi era tot timpul veselă în faţa mamei ei. Mama ei o întreba mereu cum e la şcoala iar ea răspundea că e frumos chiar dacă nu era aşa. Era o fată destul de sensibilă, de multe ori am sfătuit-o să vorbească cu mama ei sau cu doamna ei dirigintă sau eventual cu un profesor dar nu m-a ascultat... La ora de mate au dat test, Roxana, o colegă din spate a spus să o ajute dar ea nu a vrut pentru că nu voia sa ia nota 2. A terminat şi a ieşit pe coridor. După ce au predat toţi testul şi doamna profesoara a ieşit din clasă, Roxana i-a dat peste cap şi după a împins-o, ea nu a avut nicio reacţie. Dar Roxana a lovit-o iar. A mers acasă, era roşie şi plângea, mama ei a întrebat-o ce s-a întâmplat şi ea i-a povestit totul. Mama ei a sunat-o pe doamna dirgintă şi i-a povestit totul. În următoarea zi mama acesteia a fost chemată la şcoală, să se clarifice totul. Colegii ei au recunoscut că au râs de ea şi că nu au oprit-o pe Roxana să nu o mai loveasca. Majoritatea colegilor nu aveau nimic cu ea doar că nu vroiau să se râda şi de ei. Toţi şi-au cerut iertare în faţa ei şi au promis că nu se va mai întampla. Cu toate că ea înainte ea voia să se transfere, nu
a mai făcut-o. Şi-a facut prietene şi se înţelege foarte bine cu ele. A promis că îi va spune mamei ei totul, că nu îi va mai ascunde asemenea lucruri şi să vorbească cu doamna dirigintă dupa aceea. Ea nu a mai lăsat să fie batjocorită, tachinată şi intimidată de nimeni.

În concluzie, consider că nu trebuie să ne lăsăm intimidaţi de alţii, dacă ne batjocoresc, tachinează, agresează sau ne jignesc. Ar trebui să vorbim cu cineva din familie sau cu un cadru didactic.

În astfel de momente trebuie să facem faţă şi să nu cedăm. Să ne apărăm unul pe celălalt şi să nu râdem sau să ne lăsăm intimidaţi. Să încercăm să evităm astfel de situaţii si să nu ne lăsăm victime a acestui fenomen. Să nu ne schimbăm hainele sau personalitatea bună în ceva rău doar ca să le facem unora pe plac.

Batjocura îți schimbă viaţa

Naşcu Mădălina Diana, Clasa a X-a C
Liceul Tehnologic Marmaţia, Sighetu Marmaţiei, Maramureş
Îndrumător: Borlean-Elek Annamaria, Hriţu Mirela

E deranjant să nu te bage lumea în seamă şi să te ocolească. Faptul că îmi plăceau cărţile, dezbaterile şi ţinutele simple a însemnat că toată lumea mă ocolea în şcoala generală. Unii colegi şi-au format grupuri din care făceau parte doar persoanele cu o situaţie financiară foarte bună, cei care aveau voie să meargă oriunde şi oricând, cei care erau consideraţi ,,populari''. Noi, ceilalţi, am fost marginalizaţi fiindcă nu îndeplineam criteriile necesare. Niciodată nu mi-am ales prietenii în funcţie de situaţia lor financiară sau după vreun anumit criteriu. Consider că fiecare persoană trebuie acceptată aşa cum este. Am ajuns să fiu arătată cu degetul şi să aud persoanele din jurul meu cum mă vorbesc de rău. Sincer, nu ştiu care a fost motivul, dar tind să cred că era vorba de invidie. Eram una dintre cele mai bune la învăţătură, participam la concursuri şi mă implicam în majoritatea proiectelor organizate de profesori.

Din cauza jignirilor simţeam că locul meu nu mai era acolo. Nu mai reuşeam să mă concentrez şi luam note din ce în ce mai mici. Îmi spuneau mereu aceleaşi replici: ,,Eşti grasă şi urâtă.'', ,,Te-ai uitat în oglindă?'', ,,Nimeni nu-şi petrece timpul cu tocilarii.'', lucruri care pentru mine nu aveau nicio logică, dar cu toate astea oarecum mă afectau. Stăteam în faţa oglinzii şi mă întrebam ,,E ceva în neregulă la mine? De ce unii oameni sunt atât de răi deşi nu le plăteşti cu aceeaşi monedă?''.

Aşteptam cu nerăbdare să merg la liceu şi să o iau de la zero. Am lăsat persoanele toxice în trecut şi am cunoscut nişte persoane cu suflet minunat. Atât noii mei colegi cât şi noii profesori sunt genul de persoane pe care îţi doreşti să le ai alături toată viaţa. Rupând orice legătură cu ,,agresorii'' am reuşit să trec peste acea etapă şi mi-am revenit din toate punctele de vedere. Important e cum te vezi tu, nu cum te văd ceilalţi. Dacă anumite persoane se leagă de tine este foarte important să discuţi cu cineva despre treaba asta, fie că este un părinte sau un prieten, pentru că, dacă împarţi problema cu altcineva te poate ajuta să treci mai eficient şi mai uşor peste ea. Aşa a fost şi în cazul meu. Părinţii m-au învăţat să nu urăsc persoanele care îmi fac rău şi să le dovedesc că nu câştigă nimic prin răutate. Tata îmi spunea întotdeauna: ,,După fiecare experienţă în care cineva te-a făcut să suferi, tu alegi cine vrei să fii: un om răzbunător

şi rău sau un om iertător si bun.'' Răzbunându-te, te faci egal cu adversarul. Iertându-l, te arăţi superior. Nu poţi face un rău fără să plăteşti ,dar poţi face un bine şi vei primi înzecit.

Există nişte roluri prestabilite atunci când vine vorba de bullying, adică hărţuire: ajungi o victimă care este complet neajutorată în faţa situaţiei, care de-a lungul anilor devine din ce în ce mai nesigură. Nu este deloc un secret faptul că am fost hărţuită, din contră, m-a ajutat să îmi modelez caracterul din prezent. Bineînţeles, asta nu se aplică pentru toată lumea, eu am fost capabilă să trec peste aceste limite şi să nu îmi pese prea mult deoarece mă cunosc mai bine decât mă cunosc ei şi am fost ajutată cu sfaturi din partea părinţilor şi a prietenilor, pe când alte persoane absorb negativitatea şi o închid în interiorul lor.

De-a lungul anilor am învăţat că oamenii observă orice, numai ceea ce ar trebui nu. Observă ceea ce vor şi judecă totul după legea şi valorile lor, judecă după aparenţe. Observă că eşti gras, slab, sărac, bogat, că te-ai tuns, că ai o bluză nouă... Observă când eşti supărat sau fericit doar dacă supărarea sau fericirea ta le încurcă planurile. Falşi şi ipocriţi, cei mai mulţi dintre ei şi-au construit o mască socială de cameleon. Aparenţele înşală. Din păcate, ne-am obişnuit să nu mai vedem dincolo de ele. Pentru tot ceea ce este greu de înţeles şi de acceptat, inventăm câte o explicaţie ridicolă. Ne este mai uşor să judecăm decât să înţelegem şi mai uşor să condamnăm decât să căutăm adevărul ascuns. Ne este mai uşor să-i izolăm pe oamenii care nu sunt pe placul nostru, doar pentru că arată şi se poartă diferit, decât să facem un minim efort de a-i întelege, de a cerceta ce li se întamplă.

Bullying-ul a fost oarecum motivaţia mea. Dacă creşti cu multă respingere în jurul tău, când devii adult vrei să te aperi, iar toată lumea face asta într-un mod diferit. Este puţin straniu să recunoşti că bullying-ul poate avea un impact pozitiv, dar depinde de la individ la individ. Poate fi ceva bun în unele cazuri.

Cuvinte care dor...

Radoslav Simina, clasa a X-a E
Colegiul Naţional Pedagogic “Mircea Scarlat” Alexandria
Prof. îndrumător: Peşu Violeta

Doare... Mă dor cuvintele colegilor mei. De ce mi se întâmplă toate acestea? Nu mai vreau să vin la şcoală! Oare sunt eu de vină? Nu pot să mă apăr, parcă mă reține ceva.. cred că nu sunt în stare să fac ceva în privința aceasta, îmi este frică să nu se ajungă la violență fizică.

Așa a început povestea prietenei mele. Eu am trăit alături de ea aceste sentimente și gânduri care o năpădeau. Știam că nu este bine ceea ce i se întâmplă, nu știam cum să procedez, o sfătuiam să ignore glumele umilitoare sau insultele adresate ei. Dar parcă pe zi ce trecea durerea ei se accentua. Colegii o insultau în legătură cu fizicul ei, modul în care se îmbracă, cum vorbește, iar acest lucru se întâmpla constant. Parcă nu mai avea încredere în propria persoană, se credea urâtă, că nu este bună la nimic, că și-ar dori să fie altfel.

Eu priveam în fiecare zi aceaste scene de umilință și nu făceam nimic în privința aceasta pentru că îmi era frică să nu pățesc și eu același lucru, știam că nu pot să gestionez situația.
Din întâmplare am găsit o broșură pe catedră lasată de un profesor, aici se menționa ce însemnă bullying-ul și modul cum ar trebui să procedăm în astfel de situații. Pe harta ajutorului am observat că eu mă plasam în categoria observatorilor pasivi. Parcă dintr-o dată mi s-a luminat mintea și mi-am dat seama că eu sunt responsabilă de ceea ce i se întâmplă prietenei mele, că nu ar trebui să stau pasivă să văd cum zi de zi colega mea este insultată, ci eu trebuie să fac ceva.

Parcă m-am trezit din amorțeală, acasă am citit din nou broșura cu mare atenție, aici am găsit soluția! Eu nu trebuie să fiu indiferentă, ci trebuie să acționez. Și atunci am apelat la consilierul din școală, am anunțat părinții și am discutat cu profesorul diriginte.

Din acel moment lucrurile s-au schimbat, colega mea nu a mai fost jignită.
Acum am înțeles. Nu trebuie să stau pasivă atunci când cineva este insultat constant, să asist fără să fac ceva. Deşi prietena mea a crezut că poate gestiona situația, lucrurile nu au stat

așa. Avem nevoie de sprijin atunci când trecem printr-o problemă. Am învățat că familia este cea mai importantă pentru mine, că ei sunt cei la care trebuie să apelez atunci când am o problemă, nu să le ascund situația prin care trec. Orice lucru are rezolvare., doar trebuie discutată.

Sunt o persoană mult mai puternică şi cu încredera în sine.

SUFĂR…

Creţu Caragel Sânziana, clasa a X-a,
Liceul Teoretic Novaci, Judeţul Gorj
Profesor coordonator: Popica Mădălina

Sufăr. E o suferință străină și mocnită care apasă capilarele... mă schingiuiește. Pereții improprii, tavanul abrupt, aerul umed și zelos concentrează impresii multe și-mi limitează Zborul. Surprind spontaneitatea speculativă cum îmi fură trăsăturile și-mi gustă din ADN; un loc nou în care mă pierd, cu care nu mă identific.

Am ajuns aici printr-un joc al hazardului și mă simt mică precum o molie ce se zbate și se zbate în dantela propriei marginalități. Nu am prieteni, sufletul meu nu are de ce să se prindă. E înfricoșătoare singurătatea aceasta grea ca plumbul care se strecoară sub piele direct în oase, o altă floare Edelweiss, ce apare numai dincolo de linia de gheață. Mizeria, nepregătirea, veacurile de ,,robie" m-au împins, ca o necurmată bătaie de vânt, în mijlocul unor oameni pustii ce nu-și deschid sufletul întru și spre mine, ci doar mă absorb în ,,Lacteea" unei dureri mari, apăsătoare, pe care-o împart între ei. Am căzut ca o umbră, din Cerul Ideilor pe Pământul Senzațiilor și cu un misticism de Asie Minoră, cu valențe particulare, trăiesc Neprevăzutul. Vreau să-l sparg, să ies, să câștig, dar evadând, mă identific epicureic cu acest ,,pitoresc", sunt sclava lui, învolburatului Imprevizibil indivizibil, cu corp vitros.

Poate sunt doar frustrările mele, cu glas și trup și suflet și poate greșesc judecându-i pe ceilalți dupa forma de lut pe care focul ce mă arde le-o dă, dar umilința și refuzul n-aș putea spune că mi-au fost vreodată prietene bune.

Sunt o altă Ea din mulțime, cu capul plecat, cu fruntea încrețită, care tânjește după mila ce zugrăvește buze în culori. Am acceptat tăcerea ca pe o doctrină și m-am îmbătat de atâtea ori cu mirosul ei dulce de nuc. Încerc încă să trăiesc în mine, dar vorbele dor și lucrul empiric ce coexistă spațial cu toate celelalte, indiferența, îmi face atât de rău... ei bine, sunt oameni care prin finețea lor par niște cuvinte de spirit azvârlite pe câmp unul altuia de zei-plugari, oameni ce sunt biciuri de foc și oameni care, înainte de a se preface în cuvinte, au fosr flori, fluturi, zmeie.

Mai sunt și cei ce deschid orizonturi metafizice, surâsuri desprinse dintr-o stăpânită resemnare în fața vieții, cei cu umor izbăvitor de tristețe.

Adâncime, joc, grotesc... întâlnesc la fiece pas. Când sting lumina interioară, văd haptic

ochii aceia din prima zi, din prima clipă care, ațintiți fiind mă judecau cu brutalitate. Îi simt încă străpungându-mă, arzându-mă, eram marmură și lut eram în fața lor, o altfel de Judecată de Apoi, mai rece, mai neliniștită. Copii cu fețe triste... îi auzeam râzând și nu mă loveau într-atât vorbele acelea greoaie și negre cât o făceau închipuirile mele. Simțeam că le pot pătrunde în gând și lăuntru, simțeam că îi pot controla, să ghicesc manifestări, senzații... îmi făceam atât de mult rău, mă chinuiam teribil încercând să îi anticipez, să le fiu pe plac. Eram însă fata aceea nouă, fără nume, fără identitate, fără sens, obiectul despre posibilitatea coborârii și a intervenției în temporalitate a transcendentului, eram neînțeleasă. Drama interioară mi-era ca o boală, bogăția formală și coloristică a lumii devenea gri și-am pus în această grea patimă un ritm și un duh, devenea încet lumea mea clădită pe nesiguranță și renunțare. Privirile iscoditoare, vorbele multe, ignoranța, preconcepțiile... toate duceau către un ritual de sacrificare a bunului eu, ori eram ca ei, fără empatie, moralitate, suflet, ori continuam să fiu „fata aceea”

A fost greu și încă mi-e greu, e o singurătate abuzivă, ce abundă și îneacă, ce devine azur, subiect viu care cântă, care inspiră teamă, care-și afirmă victoria si se metamorfozează în vecernie albastră. Totul părea că devine ceva mai mult decât o însuflețire forțată și o dramatizare ineficace..., devenea parte din mine. Refuzul oamenilor, felul în care mă judecau(fără resentimente și milă) îmi induceau aproape inevitabil o nevoie organică de renunțare, nu mai voiam de fapt să văd și să aud, să mă trezesc și să fiu. Așteptam doar să fiu înțeleasă, atât, căci și pe ei îi vedeam aidoma, cu zâmbet mut și durere multă, dar nu mă înțelegeau, ci mai mult râdeau și mă umileau, zdrobindu-mă, oameni reci, goi, pustii, deșerți, ce consumă timpul și se dizolvă-n el,fără urme, fără trecut...

Nu credeam să mă las sedusă de năluciri empirice, dar zâmbetul soarelui în pauzele lungi și stânjenitoare îmi părea miracol. Găseam fericirea unde viață nu era, căci oamenii mă dezamăgiseră.

Insul creator nu mai e universalitate nediferențiată, am conchis. Multilateralitatea se strâmtează sau încetează cu totul; începe unilateralitatea, elefantiaza speciei. Prin deliberare rațională și prin hotărâri de voință, omul se integrează chiar într-un front creator, ieșind neapărat din sine și cunoscându-se în afara sa. Începe creația dirijată. Regăsirea aceea de care vorbeam, ludică și deșănțată, nevăzută, se închipuie ca un „ce” ascuns, plăsmuind forme ornamentare ce înseamnă ades auto-trădare, mărturisire, rostire, manifestare involuntară a unei substanțe secrete. Cumva, răutatea celor din jur deschisese în mine procese de conștiință de un pronunțat geometrism ce nu se mai stingeau.

Trăiesc parcă acum într-un atom, soră bună a lui Leibniz, încercând să-mi învăț sentimentele limba cea corectă, să le educ, căci deja lacrimile s-au uscat pe cerneala vâscoasă,

nu mai e vorba de suferință ori deschidere. Vârsta adoptivă a zodiei mele mă indeamnă la clemență. Conștiința, organizarea receptivă a lumii empirice, inconștientul, întruchiparea spontană și plăsmuitoare a unei simili-lumi m-au învățat să înțeleg și să tac.

Vorbele nu mai ustură, căci vin de la suflete ca mine, pline, dar mate, tonuri adânci, niciodată strigătoare se întregesc acum complementar în acorduri de orgă...