

Charlotte Grossetête & Thierry Manès

VREAU SĂ ȘTIU TOTUL

**Marile întrebări
ale puștilor curioși**

Traducere din limba franceză de
George Tudorie

Cuprins

Eu!

Sunt cu adevărat unic în lume?	10
Este obligatoriu să ne facem mari?	12
De ce trebuie să mănânc sănătos?	14
De ce trebuie să mă spăl?	16
De ce ne ascundem anumite părți ale corpului de ochii celor din jur?	18
De ce nu mă pot culca târziu, ca oamenii mari?	20
De ce există coșmarurile?	22
De ce nu putem face mereu tot ce vrem?	24
De ce ne dorim adesea tocmai ceea ce nu avem?	26
De ce ne înfuriem uneori?	28
De ce este obligatoriu să mergem la școală?	30
De ce nu ne putem uita toată ziua la televizor?	32
Ce să fac atunci când mă plictisesc?	34





Familia mea!

Părinții care au mai mulți copii îi iubesc pe toți la fel?	38
De ce nu este întotdeauna ușor să trăim alături de frați și de surori?	40
De ce trebuie să fiu drăguț cu cei mai slabi decât mine?	42
De ce trebuie să fiu întotdeauna politicos?	44
De ce trebuie să împart cu ceilalți ce am eu?	46
De ce este greu să cer iertare?	48
Este grav dacă mama și tata se ceartă din când în când?	50
De ce trebuie ca mama și tata să muncească?	52
De ce trebuie să plecăm de lângă părinți când ne facem mari?	54
Ce înseamnă să fii „adoptat”?	56





Acesta este mersul vieții...

Ce este un prieten?	60
Înțeleg animalele tot ce le spunem?	62
Cum te simți când ești îndrăgostit?	64
Poate iubirea să dureze pentru totdeauna?	66
De ce sunt atât de diferiți băieții și fetele?	68
De ce este rău să dau în cineva, chiar dacă n-am început eu cearta?	70
Suntem obligați să îndrăgim pe toată lumea?	72
De ce este rău să mințim?	74
De ce trebuie să nu râdem de alți oameni?	76
De ce ne este frică uneori?	78
De ce plângem?	80
De ce în anumite zile suntem veseli și în altele, nu?	82
De ce suferim?	84
Chiar trebuie să murim la un moment dat?	86
Ce putem face când ceva ni se pare nedrept?	88
Cum luăm o decizie, atunci când trebuie să facem o alegere?	90
Oamenii mari pot greși?	92
De ce există oameni răi?	94
Putem cunoaște viitorul?	96



Lumea se învârte și se învârte...

Cum a început lumea?	100
Este adevărat că planeta este în pericol?	102
Există oameni care trăiesc pe alte planete?	104
De ce există mai multe religii?	106
De ce nu avem toți aceeași culoare a pielii?	108
De ce există războaie?	110
La ce folosește studierea trecutului?	112
De ce există oameni care dorm pe stradă?	114
De ce unii copii sunt... diferiți?	116
Cum ne dăm seama că un lucru este frumos?	118
Care este cea mai frumoasă meserie din lume?	120
Este adevărat că există copii care muncesc?	122
Este grav să fii șomer?	124
Cum se face că adulții se uită des pe internet?	126





SUNT CU ADEVĂRAT UNIC ÎN LUME?



Oricât am căuta printre miliardele de locuitori ai planetei, nu vom găsi pe cineva care să semene perfect cu tine. Pentru a înțelege de ce este așa, trebuie să ne întoarcem la începutul vieții tale. Când ai început să crești în burtica mamei tale, nu erai decât un embrion minuscul, și totuși primiseși deja un dar important de la părinții tăi: 46 de cromozomi. Jumătate de la tatăl tău, cealaltă jumătate de la mama ta. Cromozomii nu se văd cu ochiul liber, însă conțin toate instrucțiunile pe care le urmează corpul tău pentru a se dezvolta. Sexul, culoarea ochilor, cea a pielii și cea a părului, trăsăturile chipului tău – acestea sunt definite de cromozomi, care sunt prezenți în toate celulele corpului tău!

Așadar, tu ești un amestec unic! Iar natura este inventivă: niciodată nu apare același amestec de două ori. De aceea ești diferit de frații și de surorile tale, chiar dacă semeni un pic cu ei. Caracterul tău, preferințele tale, talentele tale te diferențiază. Ai deja un mod personal de a vedea lumea, de a-ți trăi viața, de a reacționa la întâmplările prin care treci. Pe măsură ce crești, vei continua să-ți dezvolți acest temperament... doar al tău!

ȘTIAI CĂ...?

Pe buricul fiecăruia dintre degetele tale poți vedea mici riduri bine conturate – „crestele papilare”. Acestea sunt unice pentru fiecare persoană! Dacă îți pui degetele pe un tifon îmbibat cu cerneală și apoi pe o foaie de hârtie, obții o „amprentă digitală” care este doar a ta și care face posibilă recunoașterea ta dintre toți ceilalți oameni din lume!



GEMENII „IDENTICI” SUNT CHIAR LA FEL?

În mod excepțional, acești gemeni au moștenit aceiași cromozomi, pentru că la început formau un singur ou, care s-a împărțit în două (se numesc gemeni „homozigoti”). Se spune că aceștia vor semăna toată viața „ca două picături de apă”, însă acest lucru nu este tocmai adevărat, pentru că mici detalii îi diferențiază fizic (o aluniță, de exemplu!), dar și pentru că identitatea cuiva nu se rezumă la înfățișare. Fiecare are propriul caracter și propria viață!

CUM RĂMÂNE CU „SOSIILE“?

Există oameni care seamănă fizic într-un mod izbitor, însă nu sunt rude. Și până la urmă nu e de mirare, dacă ne gândim că pe Pământ trăiesc șapte miliarde de ființe umane... Se spune despre astfel de oameni că unul este „sosit” celuilalt. Însă, de fapt, putem identifica numeroase diferențe între ei: vocea, mersul și... caracterul, bineînțeles!

ESTE OBLIGATORIU SĂ NE FACEM MARI?

Știi povestea lui Peter Pan, bine-cunoscutul băiețel care nu vrea să se facă mare, dorindu-și să scape de preocupările prea serioase ale adulților, să fie mereu liber... Și totuși, dacă te gândești bine, țara sa imaginară este plină de jocuri și de aventuri, dar micuțul rămâne „prizonier” într-o copilărie în care nu se va schimba nimic vreodată! Oare asta înseamnă libertate?

Desigur, ar fi comod să nu faci niciun efort pentru a învăța și pentru a te maturiza. Însă plictiseala ar coplesi repede o viață lipsită de provocările care ne fac să creștem, să ne dezvoltăm fără încetare! Gândește-te la mândria pe care o simți văzând progresele pe care le faci: înveți să mergi pe bicicletă, ai grijă de corpul tău, înveți să citești și să scrii, faci cursuri de înot, faci sportul preferat sau înveți să cânti la un instrument, te bucuri de încrederea părinților tăi, care văd că te descurci din ce în ce mai bine... În fiecare zi, corpul tău se dezvoltă fără ca tu să-ți dai seama, inteligența ta înflorește, te poți bucura să fii tratat ca un om mare și să mergi înainte, către noi reușite! Cine va putea, într-o bună zi, să ia examenul pentru permisul de conducere sau să învețe meseria visurilor sale? Peter Pan? Sau tu?



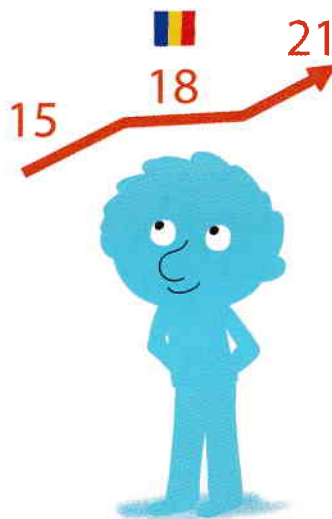


VA TREBUI NEAPĂRAT SĂ ÎMBĂTRÂNESC?

Peste multă vreme, da, pentru că acesta este mersul vieții! Omul nu rămâne mereu tânăr. Iar bătrânețea este o perioadă frumoasă, îmbogățită de înțelepciune și înzestrată cu experiența unei vieți pline de împliniri. La vârsta ta, bătrânețea este încă departe, iar perspectiva ei te îndeamnă să trăiești totul din plin chiar de pe acum. Bucură-te de fericirea adusă de fiecare nouă zi și de plăcerea de a crește: tortul de ziua ta nu este încă prea plin de lumânări!

ȘTIAI CĂ...?

Majoratul este vârsta la care se consideră, într-o țară, că un tânăr devine un cetățean capabil să se exprime, fiind și responsabil în fața legii; este vârsta la care devii adult. În funcție de țară, majoratul poate sosi la vârste diferite – de la 15 la 21 de ani. Totuși, în cele mai multe țări, vârsta majoratului este 18 ani. Și în România, la fel!



DE CE TREBUIE SĂ MĂNÂNC SĂNĂTOS?

Corpul tău are nevoie de hrană sănătoasă pentru a trăi, însă îi trebuie, în același timp, alimente diverse. De acest echilibru între sănătate și diversitate depind sănătatea și creșterea ta. Putem împărți alimentele în șase mari categorii, care se completează una pe alta:

- carnea, peștele și ouăle îți oferă proteinele din care obții forța musculară;
- lactatele (laptele, iaurtul și brânza) îți oferă calciu, care este indispensabil pentru a avea oase solide;
- fructele și legumele îți oferă vitamine; acestea conțin și fibre, care ajută funcționarea digestiei;
- grăsimile (untul, uleiul, smântâna) îți oferă lipide. Dacă nu exagerezi în privința cantității consumate, acestea sunt bune surse de energie și-ți ajută corpul să absoarbă vitaminele care provin din alte alimente;
- carbohidrații (pastele, orezul, cartofii, pâinea, cerealele) îți oferă zaharuri „cu eliberare lentă” (glucide complexe);
- dulciurile (biscuiții, prăjiturile, bomboanele, ciocolata...) îți oferă zaharuri „cu eliberare rapidă”. Aceste alimente trebuie consumate cu moderație, pentru că, în caz contrar, corpul le elimină greu: putem să ne îngrășăm din cauza exceselor și să ajungem să suferim de boli ale inimii și ale circulației sangvine.





N-AM UITAT CEVA?

APA! Nu există echilibru fără ea! Este bine să bem apă foarte des, imediat ce ne este sete, atât în timpul meselor, cât și între ele. Apa îi este absolut necesară corpului tău: creierului, care consumă multă apă, sângelui, care este format în principal din apă, mușchilor, organelor interne și pielii. Apa trebuie băută după pofta inimii. (Atenție, însă: sucurile artificiale și cele din fructe, cu prea mult zahăr adăugat, nu sunt echivalentul apei proaspete!)

CARBOHIDRAȚII

Un cuvânt care poate suna ciudat, făcând „aluzie” la un carburant! Zaharurile cu eliberare lentă pe care le conțin carbohidrații reprezintă o rezervă importantă de energie, pe care corpul tău o „arde încet” și care îi oferă, astfel, suficientă putere pe termen lung.

ȘTIAI CĂ...?

Un bol cu lapte sau un borcănel cu iaurt, pâine sau cereale, un fruct, poate un sandviș – iată ce înseamnă un mic-dejun model, cel puțin în partea noastră de lume. În Europa de Nord și în Statele Unite ale Americii se adaugă, de obicei, un ou și șuncă, o clătită. În multe alte regiuni ale lumii (Asia, Africa), micul-dejun este o masă ca oricare alta (cu orez, tăței sau cartofi), sărată sau condimentată. Așa să te tot trezești!

