

Redactare: Cosmin Perța
Tehnoredactare: Mihail Vlad
Pregătire de tipar: Marius Badea
Design copertă: Laurențiu Midvichi

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

BĂDIȚĂ, DUMITRU

Evitați excesul de sare, zahăr și grăsimi / Dumitru Bădița. - București :

Paralela 45, 2018

ISBN 978-973-47-2741-4

821.135.1

Copyright © Editura Paralela 45, 2018

Prezenta lucrare folosește denumiri ce constituie mărci înregistrate, iar
conținutul este protejat de legislația privind dreptul de proprietate intelectuală.

www.edituraparelela45.ro

DUMITRU BĂDIȚĂ

evitați excesul de sare, zahăr și grăsimi

Editura Paralela 45

Cuprins

când catastrofic suflară-n coarne de batal / 7	
„e minunat să evităm pe cât posibil excesul de sare zahăr și grăsimi my dear“ / 9	
Socrate-ncarcerat și-aproape dus din lume / 11	
roșia din grădina bunicilor trebuie să știi / 13	
răzuiesc un loz și câștig un război rece plin cu lozinci / 15	
în 106 scrie-n manual se bătură zdravăn dicii și romanii / 17	
la Pharsalus s-au bătut pe bune / 19	
ce zici gătim urzici? / 21	
noi ca altădată Noica mai spunem: <i>fînță devenire rost</i> / 23	
nu-i laptop la noi în sat să nu fie virusat / 25	
...fata de la gogoșerie / 27	
la moldova pi ulițe / 29	
tehnicianul veterinar Gică / 31	
de ziua națională / 33	
Romică scrie și el un roman / 35	
...mentari demenți / 37	
viață culturală / 39	

jur c-aș vrea / 41

o știre / 43

încearcă să o convingi / 45

n-au mai dat cu gel pe piele / 47

locuiesc mai nou pe bulevardul I. Ghe. Duca / 49

vii și ne aduci vișinată / 51

vinul nu-mi vindecă / 53

Nadine / 55

Cora / 57

Marta receptează arta: / 59

mesaj pentru Nora oricine ar fi ea: / 61

pentru a slăbi puternic / 63

Wanda parchează limuzina sub un tei înflorit / 65

statusul român / 67

aș putea fi un înțelept înțepenit în țelul său / 71

urc pe munte ușor cu telegondola / 73

dușul matinal sau cel de seară / 75

banii își pierd valoarea ca anii / 77

noi mai spunem că viața-i fără noimă / 79

un guvid în vid / 81

când catastrofic suflară-n coarne de batal

veni puterea de la Domnul dar zvâcul fu-n dulceața
din fruct de portocal

Iulius Cezar chiar îndârjit ar mai fi stat un timp
cu oastea relaxată la Rubincon pe mal
dar se grăbi s-atace Roma c-avea dosit într-o cavernă
borcanul cu dulceață din fruct de portocal

Arthur Rimbaud în noaptea când coloră vocale
pe una dintre coli scăpă dulceață de portocale

Di Lampedusa din mormânt stă gata să se scoale
pentru chiseaua plină cu dulceață de portocale

nu-i ceață-n Kiseleff dar vine-n rotocoale
aburul din oala-n care fierbe dulceața de portocale

ar trebui înscris în protocoale
borcanul cu dulceață de portocale

nu cumva să dați la haimanale
dulceață de portocale

sunt gata s-o-ncasez la gioale
pentru dulceața de portocale

„e minunat să evităm pe cât posibil excesul de sare zahăr și grăsimi my dear“

i-ar fi spus Obama Angelei Merkel la un dineu
sorbind din ceaiul de ghimbir

Napoleon către soldații strânși în Alpi sub paltini și sub pini:
„vă ordon să evitați excesul de sare zahăr și grăsimi“

episcopii sosiți în veacul trei din toată-mpărăția
să fixeze dogma la Niceea
ar fi cerut în plen: „evitați excesul de sare zahăr
și grăsimi vorba ceea“

„evitați excesul de sare zahăr și grăsimi“
le-ar fi impus aheilor Ulise
când meștereau în noapte calul și zeii făceau
planuri în culise

e un mesaj străvechi emis de elohimi
„evitați excesul de sare zahăr și grăsimi“

Socrate-n carcerat și-aproape dus din lume

n-ar fi refuzat un bol umplut cu fructe și legume

scârbiți de carne hunii mânără caii-n spume
spre vest la ferme să consume zilnic fructe și legume

Cristofor Columb pe punte către marinarii sosiți roi:
„plecăm din Europa zilnic să mâncăm fructe și legume noi“

Emil Cioran scăpa de disperare și-o dădea pe glume
fiindcă zilnic consuma-n mansardă fructe și legume

Steve Jobs Bill Gates schimbă lumea sparseră cutume
dând zilnic minții lor refresh cu suc de fructe și legume

clemență cerem când murim s-ajungem în locul cu verdeață
ca veșnic să ne delectăm cu rodii clementine și salată creață

roșia din grădina bunicilor trebuie să știi

e un hibrid descins din semințele de roșie (tomat) în limba aztecă *Lycopersicon esculentum* i-au spus botaniștii) aduse de navigatori în Europa străbunii noștri, Decebal și Burebista în copilărie nu au mâncat pătlăgele din grădina bunicii lor deoarece bunicile lor nu cultivau în grădină pătlăgele specie ajunsă la noi abia în timpurile moderne pe la începutul secolului XIX primele roșii s-au copt în grădinile boierești apoi pe răzoarele țăranilor roșia prin urmare nu e un fruct strămoșesc în barba lui Deceneu nu au curs semințe și zeamă de roșie în veacul acela tomată vegeta la mii de kilometri în grădinile din Mexic Peru și Ecuador Deceneu deci oricât de înțelept (o fi purtat perucă?) nu a avut parte de o salată de vară cu roșii chiar dacă bucătăria dacă importase deja castravetele și ceapa un pic mai târziu romanii din Castranova le tăvăleau în castroane pe ultimele două probabil în ulei de măsline

bunicile cultivă roșii pentru familie
la piață în orașe ajung în ziua de azi roșiile fermierilor
de pretutindeni
ei utilizează erbicide, fungicide, insecticide și hormoni vegetali
pătlăgelele eco sunt alegerea ta
ești liber să consumi orice soi și hibrid de tomată
încearcă să mergi mai departe de primele zece pagini
din romanul lui Eco Pendulul lui Foucault
nu cretinizează ca mesajele trollilor din Cretacic

răzuiesc un loz și câștig un război rece plin cu lozinci

e mai bun un război rece decât o pace făcută scrum
ca o scrumbie uitată pe jar?

Ahile în războiul rece ar fi luat în greutate
vreo douăzeci de kile

zmeul și Greuceanu însuși – ar fi scris Densușianu
– se spionează reciproc într-un lung război rece

să nu uităm că în timpul unui război rece a apărut
un romancier de talia lui Nicolae Breban
glorios între titani și termite

războiul rece permite să-ți organizezi cu brio
ratajul creierul înfulecă
inima brioșă