

voko el stirio

Bulteno de la Esperanto-movado
en Stirio kaj de la Esperanto-
Societo „Unueco“ Graz



Mitteilungsblatt der Esperanto-
Bewegung der Steiermark und des
Esperanto-Vereins „Einigkeit“ Graz

N-ro 377

junio / Juni 2024

ZVR4474738160

Esperanto unuhore je Radio Helsinki



Sukcesa serio de la Esperanto-Societo Unueco de Graz daŭras ambicie. Je la 24-a de aprilo la unua elsendaĵo pri kaj parte ankaŭ en Esperanto disvastiĝis: Vilja Neuwirth dediĉis la aprilan eldonon de sia kvar-semajna serio „Querbeet“ je Radio Helsinki, la libera Radio Graz je frekvenco 92,6 MHz - al Esperanto - kaj tutan horon je plej bona elsendo-tempo de 13-a ĝis 14-a horo!

Ewald Schick, la tre agema prezidanto de la Esperanto-Societo Stirio Unueco Graz kaj Philipp Prettenhofer, unu el la plej aktivaj anoj de la societo - donis movigan impreson pri la neŭtrala planlingvo Esperanto kaj rakontis multajn aktualajn faktojn al la aŭskultantaro kaj ankaŭ parolis pri historiaj detaloj. Ili babilis ĉiam denove en Esperanto mem.

Artefarita lingvo signifas, ke ĝi ne estiĝis kiel natura lingvo. Ĝi estiĝis planite de Ludoviko Zamenhof, donacite al la homaro kiel neŭtrala komunikilo facile lernebla. Kontraŭe al naturaj pontaj lingvoj kun avantaĝo por anoj de la gepatraj lingvoj - okaze de la komunikado en Esperanto neniu ĝuas avantaĝon, ĉar por ĉiu estas fremdlingvo.

Okaze de la plej lasta klubvespero la Esperantistoj de Stirio bonvenis inter-

nacian gaston, nome Peter Baláž el Bratislava. Li estas agema organizanto de mondskalaj Esperanto-kongresoj.

Peter Baláž esploris en Graz pri loko por la monda kongreso por poliglotoj, kiun li planas organizi venontjare en Graz. La Esperantistoj de Graz subtenis la slovakon kolegon pere de kontakoj al la urbodomo kaj al la turisma organizo. Oni akompanis lin por la informado ĉe la Karlo-Francisko-Universitato de Graz kaj la Teknika Universitato de Graz. Temis pri loko por tiu kongreso.

Samtempe oni havigis al si sperton, ĉar la Esperantistoj de Graz planas inviti al monda Esperanto-kongreso en Graz en venontaj jaroj.

Peter Baláž kunportis du belegaj prospektoj en formato A4 de slovaka turisma agentejo - memkompreneble en Esperanto!

La urbo Graz estas en bona akompano rilate la belega Esperanto-prospekto de Graz bonege tradukite de d-ro Klaus Perko, la longjara lektoro por Esperanto sur universitato de Graz.

Mag. Herbert Kampl germanlingve en la „Neues Weizer Bezirksjournal“, tradukis Karlo Reinisch.

Mallonga biografio de la eksa prezidanto de Helena Esperanto Asocio Georgios Dermatis

Georgios Dermatis naskiĝis 1960 en Ateno. Li studis en Vieno maŝinkonstruadon. Lia vera amo validis efektive por la historio kaj lingvoj. Kiel pasia libroŝantanto kaj -kolektanto li posedis multflankajn sciojn. Dum a lastaj 15 jaroj li vivis en Vieno kiel entuziasmita turisma gvidisto. Ek de 1996 li direktis la atenton al Esperanto kaj tradukis la libron de Stano Marcek „Esperanto direkt – griechisch“. Li diris, ke „du monatoj sufiĉis por bone posedas Esperanton“. Li estis konvinkita, ke oni kun Esperanto povas komuniki kun homoj ĉiuloke kaj konatiĝi iliajn kulturon kaj sciojn. Georgios neatendite mortis je la 8-a de marto 2020 en Vieno.



Nia memorinda samideano kaj amiko Giorgos Dermatis prezidis Helenan Esperanto-Asocion (HEA) dum la periodo 2007-2010. Giorgos salutas grekajn esperantistojn dum la novjara festo 2008.

La ĉevalo „Esperanto“



Esperanto ist ein hochmoderner Hengst mit wunderschöner Silhouette und drei dynamischen Grundgangarten.

Schon in seinem ersten Turnierjahr 2023 holte sich Esperanto den Titel des Reitpferdechampions der 4-jährigen Hengste in Darmstadt. Sein Vater Escamillo ist der Newcomer in Sport und Zucht schlechthin.

Er war 2021 Vize-Weltmeister der sechsjährigen Dressurpferde und bekam den Weltmeyer-Preis verliehen.

Tiu ĉi informilon de la germana ĉevalbredejo Birkhof en Donzdorf sendis Mag. Walter Klag. Koran dankon!



**„En dek minutoj mi devas esti
ĉe la flughaveno. Mi (!) veturas!“**

Karikaturo de mia amiko **Jim Unger**
en la Usona taggazeto „Washington Post“



Esperanto en Budapeŝto

Invitite de Istvan Slablos, la prezidanto de la “Hungara Esperanto-Movado”, la pre-zidanto de Esperanto-Graz, Ewald Schick restis en Budapeŝto kelkajn tagojn fine de aprilo. Hungario estas unu el la eŭropaj centroj de vivanta Esperanto-kulturo dum jardekoj, estis la unua eŭropa universitato kiu havis Esperanto-katedron en la mezo de la 20-a jarcento kaj havas propran Esperanto-parkon kun Zamenhof-monu-mento ekde 1966. La hungara Esperanto-klub-vespero proponis "elokventan" ekzemplon de tiu praktika uzo de la planlingvo Esperanto: Per siaj raportoj pri la Esperanto-societo de Graz kaj ties agado, Ewald povis atingi grandan nombron da homoj en Esperanto, kun kiuj li ne parolas alian komunan lingvon. Esperanto permesas al homoj interŝanĝi ideojn kun aliaj trans lingvaj kaj naciaj limoj kaj ankaŭ trans profesiaj grupoj kaj sociaj klasoj. Krome, en ĉi tiu renkontiĝo Ewald Schick ne nur lernis la hungarajn geesperantistojn (la prefikso „ge“ inkluzivas ambaŭ seksojn, la „-j“ indikas la pluralon; En Esperanto tiu neŭatraleco ekzistas jam de jardekoj pli longe ol la termino ekzistas) kiel Anna Besenye aŭ

Antal Pesti aŭ la lingvistika profesoro Blazio Vaha, sed ankaŭ iliaj gastoj, kiel la esperantistino Maria Merle el Darmstadt aŭ Miela Perlo, la prezidanto de la Hungara UEA-organizo HEA.

Klubvesperoj

en la Volkshaus Lagergasse 98a



La planitaj tagoj de niaj klubvesperoj en la nova klubejo estas la unua **lundo** de la monato je la **19-a** horo:

La **3-an** de junio la renkonto estas riĉa je temoj, kiujn Ewald volas prezenti: Eksemple la sukcesan dissendaĵon de Radio Helsinki aŭ lian viziton en Budapeŝto.

La pliaj klubvesperoj okazos je la **1-an de julio, 1-an de aŭgusto** kaj **2-an de septembro**. Ni ĝojas, ke vi povas trovi la tempon por via partopreno.



* *Impressum* *



Mitteilungsblatt des Grazer Esperanto-Vereines Esperanto-Societo Stirio „UNUECO“
Für den Inhalt verantwortlich:
Dr. Heinz-Paul Kovacic
Panoramagasse 3, 8010, Graz
Tel. 0664 3264027
heinz-paul.kovacic@aon.at

Labori per la manoj bonfaras por la cerbo



Novaj esploroj en la Universitato de Richmond, en la usona ŝtato Virginia, fare de Kelly Lambert, ligas manlaboron al bona cerba funkciado. La homa mano estas vera mirindaĵo. Neniu alia besto havas tiel lertajn manojn. Eĉ simplaj, ĉiutagaj manlaboroj envolvas kompleksajn strukturojn kaj movojn. Tamen, en la moderna mondo, homoj uzas malpli ofte tiun kapablon, ĉar simpla premado de butonoj kontentigas niajn bezonojn. Relative granda parto de la cerbo havas la funkcion movi la manojn.

Pro tio, studoj montris, ke manlaboroj — trikotado, zorgado de ĝardenoj kaj kolorigado de desegnoj, ekzemple — ligiĝas al kognaj kaj emociaj bonfaroj, inkluzive de plibonigo de la memorkapablo, lernokapablo kaj atentemo, kaj malpliigas simptomojn de anksio kaj depresio. Ili funkcias simile al meditado. Alia studaĵo (en Norvegujo) komparis la neŭrologiajn efikojn de manskribado kun klavara skribado. La unua ligiĝas al cerba aktiveco multe pli ellaborita, dum kiu oni faras multe pli komplikajn movojn per la fingroj: ĉiu litero postulas malsaman movon kaj aktivigas cerbajn neŭronojn kaj memoraĵojn. Klakado sur klavaro estas multe pli simpla laboro. Skribi kaj desegni

ekzercas la cerbon multe pli intense.

La cerbo iamaniere similas al muskolo. Se oni malpli ofte faras komplikajn movojn dum la ĉiutaga vivo, tiam oni eble survojas al malpli da atentemo kaj mensa lerteco. Eble do la subutiligado de la cerbo malfortigas la memoron kaj la kapablon solvi problemojn. Iuj esploristoj suspektas, ke ekzerci la cerbon povas konduki al kreskado de novaj ĉeloj en la cerbo, aŭ almenaŭ al novaj interneŭronaj konektoj. “Ni evoluis en tridimensia mondo por interagado per niaj manoj” — asertis Drino Lambert.

La ĉi-supraj sciencaj informoj motivis min alpreni la kutimon ĉiusemajne sendi per la tradicia fizika poŝto unu-du leteretojn al amikoj, kun aldono de simplaj desegnaĵoj. Simpla kaj plezuriga kutimo. Mi memoras, ke la konata japana samideano Hori Jasuo, la kreinto de la Esperanto-Sumoo, ofte sendas mesaĝojn, al kiuj li aldonas belajn de-segnaĵojn mane faritajn. Jen simpatia kaj saĝa ago.

*Tiun ĉi sonartikolon verkis kaj produktis
Paŭlo S. Viana el **Brazilo**
en Esperanta retradio.[aldone.de/blogspot.com](http://aldone.de/retradio),
<http://aldone.de/retradio>.*

Por la cerbo legado kaj parolado estas sama



Ĉe legado la okuloj moviĝas laŭstape super la teksto. La etaj movoj sekvas preskaŭ la saman ritmon laŭ kiu la parolata lingvo estas prilaborata, raportas esploristoj. Supozeble la cerbo funkcias laŭ ili kiel speco de taktodonanto por la prilabora rapideco.

Ĉe parolado kaj aŭskultado la homa cerbo prilaboras aŭ produktas la informojn laŭ certa takto. En ĉiu lingvo perceptas aŭskultanto proksimume unu informunuon, kiel ekzemple silabon, en 200 milisekundoj, skribas lingvistoj de la universitato de **Vieno** en faka periodaĵo.

Proksimume same longe la okuloj de leganto restas ĉe tekstopozicio kiam ili glitas super la tekston, almenaŭ tio validas por literaj skribsistemoj kiel la germana.

Ĉe signaj skribsistemoj - kiel ekzemple la ĉina - tio daŭras iomete pli longe, nome 250 milisekundojn. Verŝajne la lego-rapideco ne estas hazardo, skribas la esploristoj. Tion supozigas legeksperimentoj kiuj estis plenumataj ĉe la universitatoj de Frankfurto kaj de Salzburg, kaj ankaŭ ĉi-temaj studaĵoj en 14 diversaj lingvoj.

Ĉe la eksperimentoj estis registritaj per kamerao la movoj de okuloj unue de 50 germanlingvaj legantoj, pli poste tiam ankaŭ de legantoj kun alia gepatra lingvo. La fokusiĝo ĉe legado okazas laŭ la esploristoj per saltetoj. Tiel eblas mezuri

kiom longe okulo restas sur unu vorto. "Ni rigardis la ritmecon en la saltetoj", diras esploristo en Vieno. Vere montriĝis ke la okuloj moviĝis proksimume laŭ la sama frekvenco en kiu la cerbo prilaboras la unuojn de lingvo.

Entute la rezultoj pledas por tio ke la skribita kaj parolata lingvo estas prilaborataj tre simile. La cerbo estas - por tiel diri - la taktodonanto por la okulo. Per iom da ekzerco oni tamen povas liberiĝi de tio iomete. Tion montris pluaj eksperimentoj, ĉe kiuj spertaj multlegantoj estis komparataj kun malpli bonaj legantoj aŭ kun personoj kiuj ne legis en sia gepatra lingvo.

Ĉe la testpersonoj kun ekzerca sperto la okuloj moviĝis pli rapide super la teksto ol ĉe testpersonoj sen ekzerca sperto. Kaj nur ĉe la ĉi-lastaj la frekvenco de parolo kaj okulmovoj estis malvaste kunnodita. Do ili legis preskaŭ tiel kiel ili parolas - kvazaŭ ili mem laŭtleĝus per speco de interna voĉo. Bona leganto aliflanke povas eskapi el la natura takto per avancado de la okuloj en legodirekto. Tiel bona leganto povas laŭ la fakuloj percepti pli da teksto kaj prilabori ĝin. En tiu anticipa prilaborado kuŝas laŭ la fakuloj la ŝlosilo al pli rapida legado.

*Tiu-ĉi sonartikolo estis skribita de
Mag. Anton Oberndorfer en Esperanta
retradio: <http://aldone.de/retradio>*

Mi inventas la mondon



Wisława Szymborska
en ESPERANTO

uea Universala Esperanto-Asocio

starta paĝo • katalogo • Mi inventas la mondon

Titolo Mi inventas la mondon

Aŭtoro Wisława Szymborska

Kategorio Poezio tradukita

Prezo 20.70 €, sezona rabato ekde 3 eŭr.

Eldonloko, jaro Bjallistoko / Durdevac / Krakovo / Ŝvidnik, 2015

Eldoninto Podlaŝia Libraro Łukasz Górnicki / Bjallistoka E-Societo

Klarigoj Elekto el la poemaroj (de 1945 ĝis 2012) de la pola Nobel-premita poetino.

Tradukisto, lingvo div. / En Esperanton

ISBN/ISSN 9788363470098/9788390756134

Formato 339 paĝoj, 21 cm

Karakterizoj Serio Oriento-Okcidento, n-ro 50. Bind.

Recenzoj Recenzoj mankas. Aldonu

Legi poezion estas ne neglekti sin mem, estas priatento, kuracado. Estas emi al plua aŭskultado; estas ensorbi vortojn de ludo kaj malstreĉiĝo, de engaĝiĝo kaj kun-treniĝo, de pasio kaj meditado; estas lerne alpreni tute novan rigardon sur la mondo. Ŝajnas iomete strange pensi, ke ĝuste en la nunaj, tiom alienaj, tempoj, oni bezonu poetinon kiel Wisława Szymborska [visŭava ŝimborska] kaj ŝiajn versojn.

Tiu ĉi amata pola poetino, Nobel-premiita pri literaturo en la jaro 1996, forpasis, 88-jaraĝa, la 1-an de februaro 2012 en sia domo en Krakovo post longa malsano.

Szymborska persone spertis kruelan militon kaj du totalismajn sistemojn, tamen ne elektis la silenton. Tuj post la fino de la dua mondmilito ŝi renkontiĝis kun la fama pola poeto Czesław Miłosz [ĉesŭaf miŭoŝ], poste Nobel-premiita pri literaturo en la jaro 1980, kiu profunde influis ŝian poetikon.

Ĝuste pri ĝi Miłosz diris: "Szymborska gajigas, ĉar ŝi estas tiom sprita kaj ĝojas verkante tiklajn poemetojn surbaze de komuna tradicio (kiam, ekzemple, ŝi skribas pri virinoj de Rubens kaj baroko). Naturo ŝin dotis per tiom da sento pri komikeco, ke ŝi konscie endanĝeriĝas

estigante magiajn artifikaĵojn je la limo inter poezio kaj eseo.

"Fakte legado de ŝiaj poemoj vere povas esti savankro en despero kaj gisto por ĝojo. Kial? Ĉar ŝiaj poeziaĵoj estas nekredeble simplaj: ŝi eĉ tre malofte uzas kutimajn metaforojn.

Tiu, kiu neniam legis poeziaĵojn kaj opinias, ke li ne ŝatus ilin, sentos sin komforte tralegante ŝiajn versojn. Temas pri poetino, kiu renaskas la vortojn, rekonstruas ilin. Oni renkontas en ŝiaj versoj konatajn vortojn, jam spertitajn sensaciojn, milfoje rigarditajn mediojn. Tamen, ŝiaj poeziaĵoj kapablas malfermi universon.

Wisława Szymborska, en sia parolado dum la ceremonio de Nobel-premio, diris: "Embarasas esti poeto; oni ja preferas sin difini verkisto aŭ profesoro aŭ ĵurnalisto. Esence poezio estas iom embarasa, iamaniere kiel perversio". Poste, en la konkluda parto de sia parolado, ŝi konfesis: "Mi neniam sukcesis doni respondojn. En miaj poeziaĵoj mi klopodas deklinacii milmaniere "Mi ne scias!", tio estas mia itinero; se vi ja diras "Mi scias" vi alproksimiĝas al la fino de via pluiro".

Tiu ĉi poetino, sendube gaja sed timida, dum intervjuo diris: „Generale mi aperas

Nutrado kaj la "biologia horloĝo"



Unu el la plej gravaj fenomenoj, kiuj karakterizas la vivajn estaĵojn, estas la tiel nomata "biologia horloĝo". Tago post tago, ni homoj havas taŭgajn horojn por ĉio: por manĝi, por labori, por praktiki korp-ekzercojn, por amuziĝi, por dormi. Ni dismetas ĉion laŭlonge de la diurnoj, sekvante periodecon, kiun ni heredis de niaj antaŭuloj. Dum tago ni aktivigas, vespere komenciĝas fiziologiaj ŝanĝoj, kiuj preparas nin por dormado. Kvazaŭ horloĝo. La interna horloĝo, kiu informas, ke ŝanĝiĝas la korpo por manĝado, dormado, vekigo. Tio nomiĝas diurna ritmo, kaj rilatas al korpaj, mensaj kaj konduktaĵaj faktoroj. Kiam ni malobeas tian ritmon, tiam ni suferas.

Tamen, la nuntempa moderna vivo en la okcidenta mondo ne favoras tiun obeadon. La homo jam ne ĝuas la naturan lumon, ĉar ni estas pli kaj pli korpe malaktivaj, kaj ni pasigas longan tempon antaŭ ekranoj. Krome, ni havas streĉajn vivsituaĵojn, socian vivon kaj dieton plenan de misaĵoj. Kio sekvas?

Sekvas manko de sana dormado, malbona humoro, streso, malbona memoro, laceco kaj anksio, interalie. Kaj kiam tio fariĝas kontinua vivmaniero, la sekvoj povas esti severaj.

Kio okazas, se oni manĝas en tre neregulaj horoj? Ĝi povas kaŭzi misfunkcion de la

"horloĝo", misfunkcion en la intestoj kaj ŝanĝon en la konsisto de la mikroboj necesaj por la homa sano. Ni havas en la korpo miliardojn da mikroboj (bakterioj, protozooj, virusoj, fungoj), kiuj interagas kun ĝi en maniero kompleksa kaj intensa. Ili estas esence gravaj por pluraj korpaj funkcioj. Ankaŭ tiuj mikroboj havas sian vivoritmon, kaj ĝi devas kongrui kun la vivoritmo de la gastiganta organismo. Neregulaj manĝohoroj influas la bakteriojn kaj povas estigi inflamon.

Ekzistas rilato ankaŭ inter ritmo de dormado kaj bakterioj en la korpo. Nesufiĉaj aŭ neregulaj dormohoroj povas ŝanĝi la bakterian konsiston, kaj inverse: la metabolo de bakterioj povas helpi la diurnan ritmon. Bakterioj povas produkti substancojn, kiuj eniras la sangon kaj estigas dormadon. Por tio, la specioj de bakterioj devas esti strikte sanigaj, kaj tio rekte dependas de la dieto kaj de la vivoritmo.

Esploristoj en la Universitato de la brazila ŝtato Pernambuco, en kunlaborado kun siaj kolegoj en Madrido, nuntempe pristudas por kompreni la ritmojn de fasto kaj nutrado rilate la intestan mikrobaron.

Tium ĉi sonartikolon verkis kaj produktis
Paŭlo S. Viana el Brazilo
en Esperanta retradio.blogspot.com,

<http://aldone.de/retradio>