



Revistă Online

Nr. 47 - Luni, 19 Iulie 2021

Ediție aniversară

VIAȚA INTEGRATIVĂ

www.dansulenergetic.ro

<https://viataintegrativa.academiaintegrativa.ro/>

1 AN Împreună!

**În Fața Ta vin, Doamne,
Cu inima dezgolită de dor,
Îmi dăruiești odihnă și multă Pace
Când sunt în treacăt, la Tine-n pridvor!**

Loredana Cristina Majic
<https://www.facebook.com/rugadinzori/>

„Toate religiile vorbesc despre un amestec de nemurire pe care alchimiștii l-au numit elixirul vieții veșnice. Este adevărat că se poate găsi acest elixir în planul fizic, dar nu oriunde; se găsește doar în regiunile cele mai subtile, cele mai pure. Dacă unii inițiați ne recomandă să fim prezenți la răsăritul soarelui, este tocmai pentru că acela este cel mai favorabil moment al zilei pentru a ne potoli setea cu această ambrozie pe care soarele o răspândește peste tot și din care toată creația, roci, plante, animale, oameni adună particulele. Toți trebuie să vă hrăniți corpul fizic, este necesar, dar nu este suficient. Trebuie să învățați să vă hrăniți corpurile subtile, iar hrana corpurilor subtile este Lumina.”

Omraam Mikhaël Aïvanhov



**La mulți ani mie, la mulți ani, ție!
Luminoasă și voioasă Inima să ne fie!
În Unime, în Iubire și în Veșnicie!**

Fotografie și versuri - Roxana Cotigă - Porția de poezie
<https://www.facebook.com/pg/portiadepoezie/about/>



SALUT VIAȚA DIN TINE!

În Fața Ta vin, Doamne,
Cu inima dezgolită de dor,
Îmi dăruiești odihnă și multă pace
Când mai sunt în treacăt, la Tine-n pridvor

Iartă-mi, Doamne, nepăsarea,
Am uitat că Viața eu în inimă o port,
Dorul meu de Acasă e senin ca zarea,
Trupul meu este oglinda în care privirea, adesea, mi-o întorc

Adu-mi aminte, Doamne, Cine sunt?!
Copilăria inimii, la Poarta Cerului, își desface nodul crunt,
Copilul Tău, Părinte, am rămas!
În rugăciune, Te chem, cu emoție în glas,
Slavă Ție, Doamne! îmi zic în gând și mai fac, iar, un pas!

Loredana Cristina Majic
<https://www.facebook.com/ruqadinzori/>

Mesaj pentru revista VIAȚA INTEGRATIVĂ



Anul trecut, pe vremea aceasta, lansam ziarul de dezvoltare umană PUTEREA CUNOAȘTERII.

Între timp, ziarul PUTEREA CUNOAȘTERII s-a transformat în revista VIAȚA INTEGRATIVĂ. Am schimbat atât titlul cât și formatul întrucât vrem să acordăm o mai mare anvergură programelor de dezvoltare umană.

Vă mulțumesc, dragi cititori, pentru că acordați atenție revistei VIAȚA INTEGRATIVĂ! Dumneavoastră reprezentați rațiunea noastră de a emana în univers modelul de VIAȚĂ INTEGRATIVĂ.

Mulțumesc cu recunoștință echipei revistei Vița integrativă! Ați crescut din ce în ce mai frumos cu fiecare articol pe care l-ați scris.

Vă susțin cu bucurie pe acest drum pe care, prin activitatea dumneavoastră redacțională și spirituală, aduceți susținere tuturor celor care doresc să accedă spre noi nivele de cunoaștere și manifestare.

Vă susțin pe toți cu drag!

LA MULȚI ANI REVISTA VIAȚA INTEGRATIVĂ!

Ioan

Un an de dans energetic prin Puterea Cunoașterii și Revista Viața Integrativă

E frumos când oamenii se unesc având același obiectiv, țel și tendință sufletească! Aceea de a manifesta din darurile și calitățile sufletului lor, de a dăruii semenilor din jur instrumente și modalități de a parcurge și trăi viața într-un mod plin de bucurie, simțire și cunoaștere aprofundată. Tocmai de aceea, dansul energetic s-a remarcat în România și în lume prin faptul că modalitatea și unicitatea acestei căi de evoluție sufletească, este sub egida artei, sub aspectele integrative care ne definesc și ne formează existența. Atât dansul energetic cât și revista de specialitate care acompaniază toată această mișcare de oameni, suflete și spirite, reprezintă atât în prezent, cât și în viitor, o tehnologie divină a universului, de a angrena, de a uni și de a duce spre elevare oameni care, indiferent de clasa socială, pregătire ori vârstă, se lasă purtați de magia dansului, descoperind noi viziuni și metodologii de ascensiune spirituală.

Această publicație, timp de un an, a avut și are un impact deosebit în rândul membrilor dansului energetic, dar și asupra celor care, din diverse motive, au răsfoit paginile acestei publicații. Precum un copil, revista a cunoscut un adevărat proces de maturizare și diversificare. Diversitatea temelor și a subiectelor a făcut din această publicație un adevărat compendiu de informații utile sufletului, dar și trupului nostru de muritori. Relatările și împărtășirea experiențelor personale avute în urma practicării dansului energetic ale diverșilor cursanți și instructori, au făcut din această publicație o reală motivație de a începe un proces nou și diversificat pe calea cunoașterii și a spiritului.

Astfel, această revistă reușește de fiecare dată să fie atât sursă de inspirație pentru elevarea personală a oamenilor, cât și o bibliotecă de experiențe și trăiri care, doar prin împărtășirea acestora, ele devin parte din memoria colectivă și totodată și a universului.

De la materiale emoționante... până la unele cu caracter informativ, riguros concepute, argumentate, adevărate file din cunoașterea universului, revista Viața integrativă este urmărită și însușită, atât la nivel informativ, cât și la un mod experimental deoarece doar după ce practicăm temeinic o cale spirituală, putem să ne facem o părere despre utilitatea acesteia în viața noastră.

Mă bucur enorm pentru faptul că universul în sine se materializează prin oameni, emoții și cunoaștere, care prin aportul lor în această mișcare spirituală a dansului energetic au posibilitatea de a aduce ceva nou, de a schimba multe stereotipuri ale timpului, de a arăta valorile esențiale ale spiritului, ale sufletului și ale unei conștiințe individuale sau colective, care să aducă cinste CREATORULUI absolut.

Fie ca valurile timpului și ale energiei să ducă dansul energetic și revista Viața integrativă la rang de cinste în conștiința planetară și a galaxiei, astfel încât dansul energetic să devină o emblema revoluționară și demnă de apreciat pentru toate tipurile de viață de oriunde și oricând, din această creație a universului!

Valentin Voicu

redactor - echipa revistei Viața Integrativă



CEAS ANIVERSAR!

La ceas aniversar al revistei noastre dragi, îmi vin în minte rânduri minunate.

Talmudul, un text sacru străvechi spune: “fiecare fir de iarbă are un înger care se apleacă asupra lui și spune: crești, crești!”

Noi, cei care într-o formă sau alta, participăm la evoluția revistei noastre, suntem cei care o facem “să crească”! O mână de oameni cu profesii diferite, cu alte experiențe de viață, ne-am întâlnit și, împreună cu mentorul, maestrul Ioan, am încropit această revistă care redă în felul fiecăruia, concepția despre evoluția omului, dezvoltarea personală și trăirile legate în principal de dansul energetic!

În cartea “Biologia credinței”, Bruce Lipton spune: “spiritul altruist pare să se reconstruiască întotdeauna de la sine!”

Viața nu este doar o luptă pentru supraviețuire ci și o îngărmădire pentru supraviețuire!” Cu alte cuvinte, împreună, cei care scriem revista și cei care citim sau participăm în orice fel la conținutul ei, sperăm să evoluăm astfel, să împărtășim, să fim puțin mai fericiți!... ÎMPREUNĂ!

La multi ani! Cu articole din ce în ce mai reușite și înălțătoare!

Carmen Claudia Morar,
redactor - echipa revistei Viața Integrativă



Te salut cu bucurie!

*„Dacă ochiul n-ar fi solar, cum ar putea privi lumina?
Dacă n-ar trăi în noi puterea divinului, cum ar putea să ne încânte divinul?”*

Goethe

Iată, m-am așezat să scriu! Las să curgă fiecare cuvânt care se cere scris. Dacă ar fi să transmit un mesaj, acela ar fi: începe să crezi că în orice obstacol există un sens, iar dezlegarea de problemă o poate face fiecare om, pentru sine, doar înțelegând, conștientizând ansamblul contextului în care se află, în momentul prezent.

Ce-ar fi să privești totul din alt punct? Cum ar fi să vezi în dificultate o binecuvântare? Întreabă-te, cum ar fi pentru tine să te lași traversat/ă de lucrarea Duhului Sfânt spre desăvârșire?

Suntem cu toții ființe de Lumină, iar Suflul Vieții curge prin fiecare dintre noi. Ne suntem unii altora de folos. Dacă ar fi să ne privim cu inima, am vedea câtă nevoie de susținere și într-ajutorare există între noi.

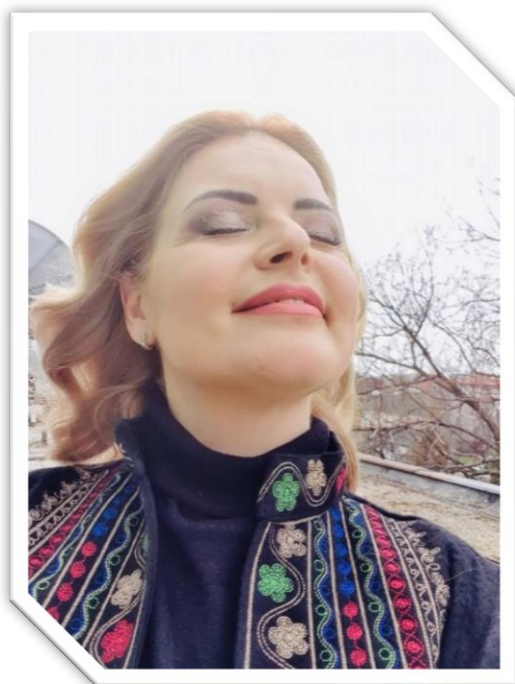
Îndemn: Începe-ți ziua mulțumind Vieții pentru darul său și întâmpină zorii zilei întrebându-te: „Cui pot fi de folos? Cum pot servi?” Observă-te, ochiul tău va vedea, iar inima ta va simți încotro e de mers și de slujit. Amintește-ți, toate se întâmplă spre binele tău cel mai înalt!

”Dragostea lui Dumnezeu vindecă problemele lumii.” Spunea atât de frumos maestrul Omraam Mikhaël Aïvanhov.

Înlocuiește disperarea cu încredere în Voia Divină! Făcând asta, începi să faci pași pe Calea binecuvântată de Lumina Adevărului, a Iubirii, a Compasiunii.

Loredana Cristina Majic

redactor - echipa revistei Viața Integrativă



1 și 47

Astăzi aniversăm momentul în care s-a născut un proiect curajos, frumos, luminos care ne-a făcut, pe noi, mâna de oameni care lucrăm, să evoluăm spiritual odată cu el.

1 an și 47 de numere ale Ziarului Puterea Cunoașterii, transformat în Revista Viața Integrativă, mi-au permis să cunosc oameni noi, să leg prietenii, să învăț lucruri noi și chiar să redescopăr plăcerea scrisului, pe care o răătăcisem demult prin goana zilnică pe care uneori nu o pot domoli. Dar am simțit din prima clipă că îmi voi găsi locul în minunata echipă care face ca această revistă să bucure cititorii, ediție de ediție.

Mulțumesc cu recunoștință echipei pentru că mi-a acordat încrederea și am avut privilegiul de a fi “primul cititor” al cunoașterii pe care au adus-o prin scrierile lor minunate.

Mulțumesc lui Dumnezeu cu recunoștință că mi-a îngăduit să lucrez întotdeauna în domeniile care îmi plac, drept urmare consider că este important să dedic o parte din timpul meu prin munca voluntară pe care o ofer cu entuziasm, de la prima ediție.

LA MULȚI ANI, dragii mei colegi, la mulți ani dragi cititori!

Codruța Prunariu

Redactor/corector - echipa revistei Viața Integrativă

Mesaj aniversar

De când practic și împărtășesc dansul energetic s-au împlinit deja doi ani, conectarea mea cu tot ceea ce este, cu viața, un dans în sine, este intensă și continuă. De când dansez și transmit dansul energetic mă prețuiesc mai mult, îmi accept și chiar iubesc corpul fizic, pe care nu îl mai percep ca pe o colivie, din care sufletul meu tânjește mereu să evadeze. Îmi simt corpul ca un templu, o creație a cunoașterii, iubirii și inteligenței infinite, extensie a Sinelui meu Divin în materie, expresie a sufletului meu și a tot ceea ce el a experimentat sau a ales să experimenteze.

Mă percep și înțeleg mult mai bine și primesc tot mai multe informații și mesaje din Sinele meu, din sufletul meu, din trupul meu, rămân în dialog și conectare conștientă cu ele și cu câmpul de energie bogat, multistratificat care ne înconjoară.

Trăiesc în flux, în fluxul creației, la întrepătrunderea dintre energiile cosmice, care ne susțin continuu și cele electromagnetice, ale Mamei Gaia, care intră în câmpul nostru și ne ajută să ascensionăm.

Sunt tot mai conștientă de faptul că noi avem un sistem energetic compus din energia pranică, pe care o aducem în noi prin respirație și că modelăm continuu energia, îi schimbăm frecvența, polaritatea, în funcție de gândurile și atenția noastră, de emoțiile noastre.

Toate acestea și multe altele, dar și faptul că Mama Gaia este o mare inimă, un portal al iubirii, ce se conectează la multiversuri și la inima lui Dumnezeu și că bate în ritmul lor, că noi am venit aici să fim emisari, să susținem planeta în procesul de ascensionare și să manifestăm cea mai profundă și completă formă de iubire, iubirea Hristică, le-am conștientizat și le aprofundez continuu, dansând energetic.

Suntem într-un proces evolutiv și de asumare a Divinității din noi, care acum s-a accelerat mult și care se accelerează și mai mult în momentul în care ne detașăm de toate nevoile lumești, de așteptările celorlalți, de șabloanele și programele care ne-au fost sădite de atâta timp, în ființă.

Suntem ființe nelimitate, multidimensionale, pline de iubire și lumină și ar fi minunat să nu mai uităm asta!

O bucurie cu atât mai mare în conștientizarea ființei minunate și complete care suntem, a venit și vine, alături de dansul energetic, prin minunata revistă Viața Integrativă, care deja împlinește un an de manifestare, de împărtășire a celor mai minunate conștientizări, informații, trăiri ale oamenilor din redacție și a celor care practică și dăruiesc mai departe dansul energetic, ale celor care s-au vindecat prin dans de răni emoționale, de traume și de boli prezente deja în corpul fizic.

Sunt recunoscătoare că fac parte din această comunitate minunată, plină de lumină, de iubire și înțelepciune din Divin, care este comunitatea creată în și prin Dansul Energetic și susținută atât de frumos de Revista Viața Integrativă.

Sunt infinit recunoscătoare și mulțumesc celor care scriu articole minunate, inspirate Divin și aduc lumină în simțirea și trăirea multora dintre noi, răspund la întrebări care au fost multă vreme fără răspuns sau vin cu confirmări pentru ceea ce deja am simțit, trăit și experimentat prin noi înșine.

La mulți ani în lumină, bucurie și iubire, Viața Integrativă! La mulți ani magici, plini de conștientizări mărețe și de a fi, ale celor din redacție!

La mulți ani tuturor cititorilor revistei și celor care practică dansul energetic și care simt să îl dăruiască și semenilor lor!

La mulți ani în lumină, iubire, armonie, bucurie și frumos, cu tot ce este mai bine și potrivit, creatorului Dansului Energetic și al revistei Viața integrativă, Ioan Prisecaru!

Vă mulțumesc și sunt recunoscătoare că existați, că vă manifestați atât de frumos!

Vă mulțumesc! Vă iubesc!

Ramona Musgociu - mentor-coach în Dansul Energetic



1 AN de existență!!

La mulți ani, ÎMPREUNĂ!

Bun găsit, dragii noștri cititori!

Iată că a sosit și momentul mult așteptat - 1 an de activitate, cunoaștere și viață, un an de când primul nostru număr, pe atunci în format de ziar, ieșea la lumina online-ului. Era 20 iulie, zi de sfântă sărbătoare, ziua sfântului Ilie, un mare proroc, un făcător de minuni și aducătorul de ploi în vreme de secetă, pe care îl considerăm protectorul acestei publicații.

În asentimentul acestui mare și sfânt ocrotitor ne dorim ca și această revistă să fi adus ploaia cunoașterii peste conștiințele voastre, cei care au citit până acum articolele incluse în paginile ei și, astfel, să puteți culege, în timp, roadele bogate ale evoluției proprii! Este felul nostru de a vă mulțumi pentru interesul acordat acestei forme de cunoaștere!

Am început, după cum bine știți sub titulatura “ZIARUL PUTEREA CUNOAȘTERII”, la inițiativa creatorului acestui proiect, și anume Ioan Prisecaru, căruia îi mulțumesc din suflet pentru că a găsit încă o cale de a comunica și de a transmite informații care să îi ajute pe cei interesați de spiritualitate, dezvoltare personală și cunoaștere de sine.

Am acceptat din toată inima și cu brațele deschise propunerea de a coordona acest proiect și am făcut tot ce mi-a stat în putință, atât eu cât și echipa de redactori, să fim de folos comunității și să dăm naștere unei publicații autentice, inedite, de suflet, pentru oameni la fel!

Sunt recunoscătoare acestei minunate echipe care m-a susținut și care a lucrat cot la cot cu mine pentru acest țel comun – o altă perspectivă, mai înaltă, din care să privim lucrurile și experiențele pe care le trăim, un mod integrativ de a trăi și simți viața. Vă mulțumesc, dragi colegi, pentru TOT!

Cu bucurie, dăruire și perseverență vom continua să publicăm în revistă părți din noi, stări din adâncurile sufletelor noastre, relatări din dansul energetic, povestiri din experiențele de viață ale instructorilor și cursanților, poezie, artă, trăire. Mulțumesc și colaboratorilor noștri pentru susținerea și eforturile depuse!

Personal sunt mulțumită, recunoscătoare și încrezătoare în acest proiect de suflet numit REVISTA VIAȚA INTEGRATIVĂ și vă asigur că și pe viitor veți mai “auzi” de noi!

LA MULȚI ANI, ÎMPREUNĂ!

Vă mulțumesc cu recunoștință infinită!
Roxana Cotigă, redactor șef revista Viața Integrativă

MAGIA VIETII

Bucuria Inimii sau Fericirea Omului

Bine te-am găsit, cititorule!

Te iubesc și Te binecuvântează!

Împlinirea sau Bucuria Inimii poate fi dată doar de ceea ce este în acord cu sufletul nostru și de aceea nu va fi dată de ceea ce este doar în acord cu personalitatea dobândită a omului.

Omul caută Fericirea crezând că anumite acțiuni și lucruri dobândite vor avea ca rezultat atingerea ei. Putem vedea mulți asemenea oameni care, deși au dobândit destule valori materiale, nu emană fericire, ba din contră, se plâng sau corpul lor fizic se degradează.

Dacă majoritatea acțiunilor și alegerilor făcute provin din FRICA DE SUPRAVIEȚUIRE și nu se manifestă cu entuziasm și pasiune, dintr-o conexiune reală cu sufletul nostru, atunci rezultatul în loc să fie unul înălțător va fi unul consumator și epuizant.

Fericirea vine din acțiunile și dobândirile provenite din pasiunile inimii, fiind conectați la sine, dar și la întreg, în acord cu sufletul nostru și ascultând ghidajul interior.

De aceea, recomand antrenarea conectării la sinele nostru prin chestionarea pas cu pas înainte de a face o alegere:

“Cum mă simt dacă aș face asta?... sau dacă aș alege asta?...”

Va apărea un răspuns interior tradus de către creier ca fiind pace... sau o contractare... sau fiecare își va descoperi propriul sistem de interpretare.

Diferența cu care se manifestă ceva în realitatea noastră dată de alegerea în acord cu sufletul sau din frica de supraviețuire (conștientizată sau nu) poate fi văzută prin:

- Efortul depus în acțiuni până la rezultatul dorit... sau
- Ușurința și Naturalitatea prin care ajungi la un rezultat ce depășește chiar dorința inițială.

Cu toții putem observa ce slujbe și-au ales mulți oameni și au continuat să le desfășoare deși se simțeau epuizați sau colectivul nu era unul în care să se simtă susținuți să își manifeste autenticitatea sau potențialele sau ce relații compromițătoare sunt perpetuate; aceștia neglijându-și ghidajul interior. Toți folosesc drept scuză, justificându-și continuitatea păstrării în realitatea lor a ceva ce le-a arătat, repetat, că nu îi susține prin raționamente de genul:

- “fără acest job nu aș supraviețui”

- “fără acest partener nu mi-aș putea crește copiii”
- “fără aceste contracte nu îmi pot permite avansul pentru...”

Toate exprimă frica de supraviețuire și includ un “Trebuie” în loc de un “Aleg să...”.

Sufletul nostru știe că este în siguranță și simpla sa alegere, de a experimenta viața în acest corp, este susținută de Mama Pământ la care suntem fiecare conectați.

“Păsările cerului nu se tem pentru hrana lor...” astfel și preocuparea noastră ar fi necesar să fie ZBORUL, înălțarea.



Pictură RoseArt – Rosemarie Bianca Iordache

<https://www.facebook.com/107668458101720/posts/149091893959376/?sfnsn=mo>

Înălțarea vine din bucuria și exaltarea inimii; ele sunt date de acțiunile ce vin din conectarea la sufletul nostru și pentru acestea este nevoie să te oprești și să faci ce simți că îți place. Fie că simți să te exprimi dansând, cântând, scriind, pictând, modelând, creând ceva, acest lucru îți va face ființa să vibreze, te va pune în contact cu energia creatoare, virtuțile inimii și darurile sufletului.

E responsabilitatea ta să te observi, să te cunoști și să le aduci la suprafață. Exersându-ți Autenticitatea și Amprenta ta energetică prin ceea ce alegi să faci, te va conduce în scurt timp către ceea ce Ai Venit Să Fii!

Ușurința și Naturalitatea cu care vin lucrurile către noi ne vor face să observăm cât de multe binecuvântări putem aduce lumii și cât de binecuvântați suntem că experimentăm împreună Bucuria și Frumusețea, într-un cuvânt, MAGIA VIETII!

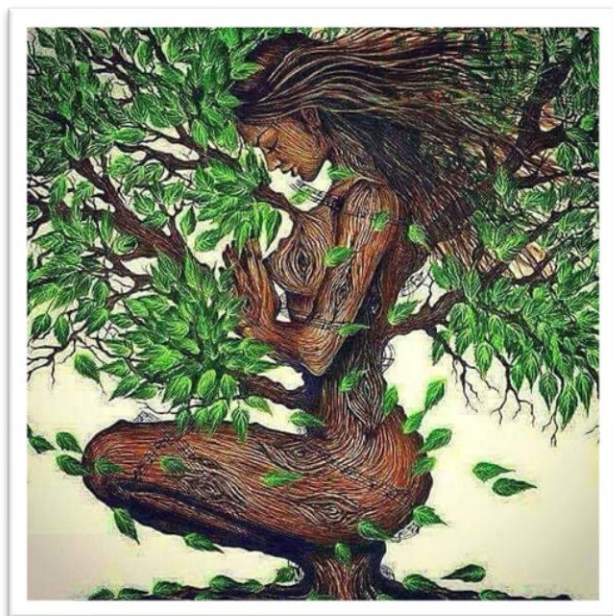
Rosemarie Bianca Iordache

Copacul și înțeleptul

În dansul meu de azi m-am trezit un copac, în ritm de chitară îmi unduiesc crengile ușoare în bătaia vântului. Am un trup alb ce dansează grațios creând unde de cristal ce în mișcare îmi îmbracă trunchiul într-o rochie diafană de vibrații alb cristalin.

Păsări colorate sunt printre ramurile mele și-mi ciripesc povești de iubire aduse de la un ulm falnic ce grațios dansează în bătaia vântului, alături de mine.

Mă simt umedă, prin șanțurile din scoarța trunchiului curge seva aurie ce-mi freamătă prin tot corpul până în vârful crenguțelor. Îmi plac cuvintele ce mi se șoptesc ca mesaj de la copacul falnic ce-mi stă alături.



Mă uit timidă cu câteva crenguțe către el și curioasă vreau să-l cercetez. Este un copac impunător, puternic, ce îți dă impresia experienței seculare în cunoaștere. Coroana lui falnică este direct conectată la tatăl soare. Are strălucirea soarelui și mă impresionează profund. Cum aș putea să aflu mai multe despre el? Cum de el este interesat de mine?... multe întrebări îmi trec prin sevă, ce ar putea să-l atragă la mine, sunt un copac mic ce de-abia crește și doar în vârf am coroana ce de-abia a dat în floare. Îmi place de el și îmi fac curaj să mă unduiesc ca să-l văd mai bine.

Dansează grațios un dans special în bătaia vântului. Din înaltul cerului coboară raze ce parcă îi intră direct în coroană. Pare un zeu al copacilor. Îndrăznesc și întind câteva crengi ca să-l ating și îi șoptesc o întrebare: ce fel de dans e acesta, eu nu-l cunosc?

El zâmbind și cu priviri calde se apropie și îmi adie cuvinte magice... « acesta este un dans energetic ». Sunt fascinată, e ceva atât de nou pentru mine!

- Vreau și eu să mă înveți acest dans, înțeleptule...
- Te voi învăța, răspunde el, dar există un «dar»... eu sunt curioasă și insist să-mi spună!
- Dansul creează dependență și dorința de contopire în divin.

Nu știu ce spune, nu am cunoaștere și nici nu știu ce înseamnă contopire în divin. Dar o curiozitate imensă nu-mi dă pace și mă îndrept cu totul spre el și îi spun că doresc din toată inima să învăț această cunoaștere și să experimentez această uniune în divin.

El zâmbește blajin la mine și îmi așază câteva crengi pe trunchi, mă simt atât de bine, am senzația de protecție și de relaxare totală. Înăuntrul trunchiului meu crește o dorință de mai mult. E atât de minunat acest copac încât îmi doresc să-l ating mai mult, îmi doresc mai mult, oare există mai mult?

În ritmul zilei, pe timp neștiut, încep să învăț grația acestui dans, la unison... direct sub îndrumarea copacului înțelept. Îl văd unduindu-se în toate direcțiile, uneori atinge, alteori îmbrățișează și alți copaci ce-i stau în jur și văd cum și aceștia încep acest dans magic și devin din ce în ce mai înfloritori.

În fiecare zi devin mai bună în mișcări și el mă recompensează cu îmbrățișări lungi și mângâieri tandre, trezind în mine dorințe puternice. Am curaj într-o zi și îi spun ce simt și el atunci, cu o grație deplină, se apleacă asupra mea cu totul și mă prinde în brațele lui puternice, mă pierd în plăceri, simt o energie ca un vulcan în corpul meu, seva trunchiului devine verde smarald și curge cu presiune prin fiecare venă din mine, rădăcinile mele devin puternice și se ancorează adânc în mama glie, coroana mea înverzește cu totul și devin plină de flori. Devin parfumată. El îmi spune « aceasta este iubirea divină » și-mi șoptește să-mi apropiu corpul de al lui să experimentăm și fuziunea energetică.

Nu stau o clipă pe gânduri și îmi întind trunchiul aliniindu-mă lui, îi simt vibrația corpului lipit de-al meu, o stare de beatitudine mă pătrunde, nu mă pot abține... îmi înfășor crengile în jurul lui, șoptindu-i că e atât de bine, că nu doresc să-i mai dau drumul. El, înțelept, îmi spune că aceasta este iubirea în uniune divină și acest contact fizic este calea prin care ne conectăm la astralul divin. Aceasta este misiunea noastră de a dăruie conectarea la divin prin iubire și prin dans. Nu înțeleg totul, dar îmi place această misiune.

Zilnic practic dansul primit și prin ceea ce simt și sunt eu, amprentez parfum florilor mele pe undele dansului, transformând acest dans în ceva unic. Simt zilnic transformarea rădăcinilor și a trunchiului meu. Coroana mea a devenit plină de flori și e strălucitoare, sunt și eu conectată la tatăl soare.

Dansul acum îl simt ca pe copilul nostru, al meu și al înțeleptului copac ce m-a conectat la conștiința divină și copilul este plin de semințe parfumate ce zboară pe aripi de vânt în jurul întregului pământ.

Sunt fericită, am gustat din această plăcere de-a mă mlădia pe vânt în mișcări cuantice, iar sub mine apar crenguțe mlădioase ce se mișcă alături de mine în acest balans energetic. Suntem o pădure din ce în ce mai mare. Viața are alt sens, verdele coroanelor aduce o nouă gură de oxigen acestui pământ.

Mulțumim cu recunoștință celor ce dăruiesc din preaplinul lor pentru a echilibra balanța! Iubirea cuantică este acea iubire imposibilă, iubirea în necondiționat, iubirea în dăruire divină și divinul dăruit prin iubire.

Iubirea este, până la urmă, binele comun! Namaste!

Manuela Sumanaru

A fost odată ca niciodată

„Într-o zi, un tânăr a urcat pe munte unde a întâlnit o pustnică. Aceasta medita în tăcere... și a întrebat-o:

- Ce faci aici în pustietate singură? La care ea a răspuns:
- Muncesc. Am mult de muncă.
- Cum poți avea atât de muncă? Văd că nu faci nimic pe aici ...

Femeia îl privi și îi răspunse:

- Trebuie să antrenez doi șoimi și doi vulturi, să liniștesc doi iepuri, să disciplinez un șarpe, să motivez un măgar și să îmblânzesc un leu.

- Și unde sunt toate animalele de care îmi vorbești, căci nu le văd?
- Sunt înăuntrul meu, a răspuns femeia.

Șoimii se aruncă peste tot ce mi se arată, bine sau rău, trebuie să-i antrenez să vadă numai lucruri bune. Ei sunt ochii mei. Cei doi vulturi cu ghearele lor rănesc și distrug tot ce ating, trebuie să îi învăț să nu rănească. Ei sunt mâinile mele.

Iepurii vor să meargă unde își doresc și nu vor să se confrunte cu situații dificile, trebuie să îi învăț să fie liniștiți, chiar dacă există suferință sau poticnire. Sunt picioarele mele.

Măgarul este întotdeauna obosit, încăpățânat, nu vrea să-și poarte sarcina de multe ori. Este corpul meu.

Cel mai dificil de îmblânzit este șarpele. Deși este închis într-o cușcă, este întotdeauna gata să muște și să otrăvească pe oricine din apropiere. Trebuie să îl disciplinez cel mai mult. Este limba mea.

Am și un leu. Oh...cât de mândru, degeaba crede că este regele. Trebuie să-l îmblânzesc. Este Ego-ul meu.

- Cum vezi, prietene, am mult de lucru!”

Sursa internet

Rubrică realizată de Loredana Cristina Majic

CONCURS pentru cititori, la aniversarea de 1 AN a revistei noastre. Ce trebuie să faceți?

Să vă abonați la pagina revistei <https://www.facebook.com/pg/revistaviataintegrativa/about/> și la pagina

Porția de culoare by Roxana Cotigă <https://www.facebook.com/pg/portiadeculoare/about/>

și să transmiteți un comentariu aniversar la postarea de luni, de pe facebook, a numărului 47 al revistei!

Cel mai frumos comentariu votat de către echipa revistei va fi premiat Marți cu pictura din imagine "EQUILIBRIUM" - Roxana Cotigă – Pictură pe pânză cu culori acrilice 40x40 cm.



„EQUILIBRIUM”

Pictură Roxana Cotigă – Porția de culoare

<https://www.facebook.com/pg/portiadeculoare/about/>



Nu renunța la Soare!

Roxana Cotigă

Nu las pe nimeni în urmă
Până mor!
Știu că nu-i simplu,
Știu că nu-i ușor..
Dar nu lăsați o clipă garda jos!
Senini în inimă, fiți de folos!
Urlați, cântați, dar nu cedați
Căci vă cedați pe voi!
Și lumea-i plină, încă, de noroi..
Nu renunțați la soare, pe furtună
El este tot acolo,
Mereu a fost.. și va tot fi!
Pe creștet stă, cunună!...

Tu, suflet încercat,
Femeie ori bărbat,
Nu te-ndoi de drumul tău, o clipă!
Căci la final de drum,
Când nu te mai aștepți,
Mai crește o aripă!
Și-apoi faci două.. printre nori,
Vei învăța din nou să zbori!
Și-ți vei aduce-aminte vorba mea:
La soare, pe furtună,
Tu.. Nu renunța!

Nici eu nu voi lăsa
Pe nimeni... niciodată-n urma mea!

Porția de poezie – Poezii Vindecătoare

<https://www.facebook.com/pg/portiadepoezie/about/>



Noi doi suntem una

Violeta Cernat, Bruxelles

Am privit soarele în ochi
Și mi-a intrat în suflet
Mi-a dat puteri nebănuite
Le simt încă în pântec!

Și-am întins mâna către el
Să-l mângâi de aproape..
El s-a apropiat de mine
Cu raze luminate

Și m-a purtat pe brațe
Ca pe un prunc ce caută alinare
M-a legănat așa cum mie-mi place,
În sus, în jos, în zare..

Și m-a făcut stea de lumină
Am pâlpâit cu el
Asemeni flăcării ce arde
Tot luminând, mereu!

Te simt și-acum în suflet,
Mi-ai încărcat făptura,
Mi-ai amintit încă o dată
Că noi doi suntem una!

Cine sunt eu?

Alina Ramona Ene

Cine sunt eu?

Sunt mamă oare sau voi fi bunică?
Sunt pașii mei pe un covor de iarbă,
Sunt ochii tăi sau sunt o rândunică?
Străbat ades și cerul fără noimă...

Cine sunt eu?

Să fiu o fiică mi-aș dori cu-ardoare,
Al mamei glas să-l mai aud odată,
Sunt iarba care crește în grădină
Sunt fluturi albi ce se aștern pe-o floare...

Cine sunt eu ?

Să fiu întrupată în acest corp
Fără de aripi și fără de-nălțare,
Ating pământul, dar nu mă simt sol
Adesea mă visez că-s trecătoare...

Cine sunt eu?

Prin viață am trecut și mă întreb
Ce e destinul oare?
Un susur lin, un vânt ușor,
O boare cu miros de floare..

Mărturiile sufletului meu

Relatare **Mirela Gabor**, cursant Centrul de Dans Energetic „VICTORIA”
Master-coach Victoria Bulai



„Am făcut cunoștință cu Dansul energetic anul trecut. Și asta datorită unei simple invitații de a participa la cursul on-line. Nu mai auzisem până atunci de așa ceva.

Eu deja aveam preocuparea constantă de a mă dezvolta în permanență. Chiar aveam un plan conform căruia în fiecare an mă străduiam să practic o activitate sportivă nouă și doream să capăt o abilitate nouă. Știam că sunt o ființă unică, că nu va mai exista nimeni „exact ca mine” în acest Univers. Știam că am venit pe lume cu un anumit motiv. Doar că nu îmi era clar care era acesta. Știam că am venit să am un impact asupra lumii în care trăiesc. Și îmi doream să identific și să îmi fructific unicitatea, talentul, potențialul și aptitudinile atât pentru propria bunăstare, cât și pentru a-i influența pe cei din jur.

Concomitent, avem o preocupare intens religioasă. Dumnezeu este o prezență constantă în viața mea. Dar alte preocupări de spiritualitate nu avusesem până atunci. Nici Yoga, nici Thai Chi, nici Qi Gong. Nimic. Chiar priveam cu suspiciune persoanele care practicau astfel de tehnici.

Prin liceu am citit cartea „Viața de după viață” a lui Raymond Moody, care mi-a plantat probabil primele semințe referitor la ceea ce este dincolo de ce se vede. Ulterior am făcut cunoștință cu cărțile domnului profesor Dumitru Constantin Dulcan – care mi-au creat un fel de fundament a experiențelor spirituale. Dar totul era la nivel teoretic.

Și probabil toate acestea m-au pregătit spre acest nou nivel al evoluției mele. Am înțeles în viață că totul se întâmplă cu un anume motiv, atunci când ești pregătit. Și probabil, când am fost pregătită, Universul mi-a făcut cunoștință cu Dansul energetic.

Participând la curs, am aplicat foarte conștiințioasă noțiunile predate. În caz că aveam nelămuriri în legătură cu unele practici, am apelat la coach-ul cu care desfășuram cursul.

Cu răbdare, mi-a explicat ce aveam de făcut. Făceam toate aceste dansuri pentru că așa primisem indicații. Fără prea mari conștientizări la început.

Totul până într-o seară când am început să simt între palme ceva. Și acel ceva a devenit din ce în ce mai material. Ai ghicit: era energia. Atunci am început să prind din ce în ce mai mult curaj. Și am devenit din ce în ce mai zeloasă. Și încet, încet, am început să descopăr ceea ce înseamnă „dincolo de ce se vede”. Și descopăr asta în fiecare zi!

Sunt absolut fascinată! Ce rezultate sunt vizibile la mine în prezent?

Pe lângă rezultatele în plan fizic – care sunt evidente pentru toată lumea și pe care aș fi putut să le obțin probabil și cu ajutorul exercițiilor fizice, totuși eu sunt entuziasmată de acele lucruri care se petrec la nivel cuantic.

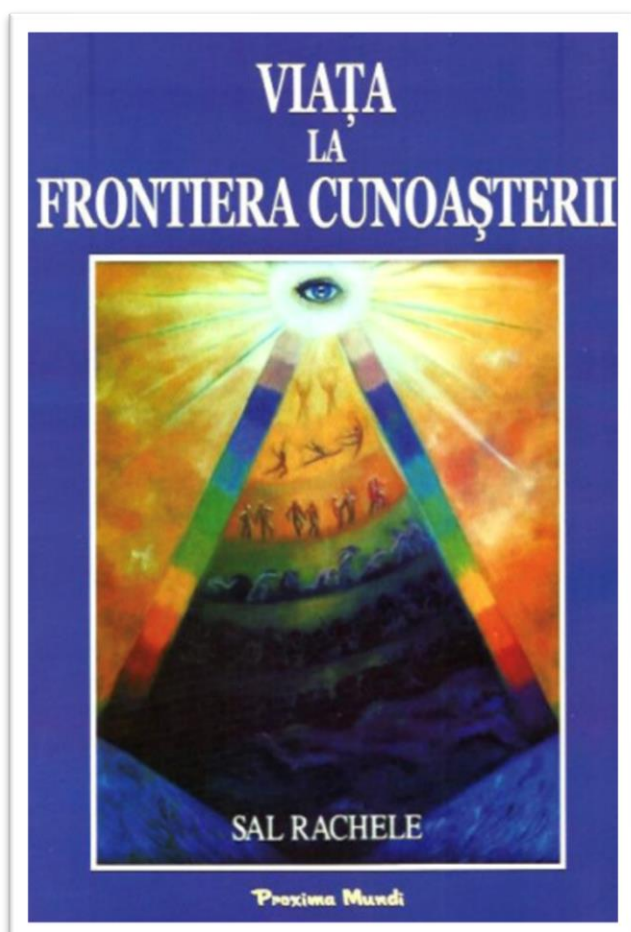
Am reușit să-mi dezvolt intuiția. Sesizez că reușesc să preîntâmpin anumite rezultate negative exact înainte de a se petrece. Clar intuiția mea este la un nivel net superior.

Mi-am rezolvat unele probleme de sănătate. Și vreau să vă povestesc motivul meu de entuziasm din acest punct de vedere.

Pe linie paternă am moștenit un tremur al mâinii drepte, care se accentua cu vârsta și pe fondul stărilor de oboseală. Ajunsesem să am un complex și evitam să iau masa în prezența unor persoane străine, să nu cumva să observe că mie îmi tremură mâna. Conștientizând acest lucru, am mers la neurolog. Tratamentul primit a fost foarte puternic, cu multe reacții adverse. Așa că după vreo trei luni de tratament am renunțat să mai continui cu medicația prescrisă, resemnându-mă că acesta îmi este destinul. Dacă tatăl meu și bunica mea au putut trăi cu asta, sigur voi putea și eu. Dar, ce să vezi? Prin Dansul energetic am observat că această problemă a mea s-a redus simțitor.

Un alt lucru de care sunt extraordinar de entuziasmată, este că observ cum apar în viața mea situații, oameni, sincronicități care îmi deschid și îmi netezesc calea spre materializarea planurilor și a obiectivelor pe care le am. Între timp, am devenit și instructor de Dans energetic. Astfel că, în prezent, Dansul energetic face parte din ritualul meu zilnic. Mulțumesc domnului Ioan Prisecaru – pentru dorința și preocuparea constantă de a ne transmite cunoașterea acumulată. Dar și pentru faptul că a constituit pentru mine scânteia ce mi-a aprins dorința și încrederea că pot face mai mult pentru mine și pentru cei din jur.

Mulțumesc Victoria Bulai – coach-ul și Omul minunat care este alături de mine pe acest drum, care are răbdare și îmi lămurește neclaritățile și în ziua de astăzi!”



Recomandare de carte

Rubrică realizată de Roxana Cotigă

Viața la frontiera cunoașterii

– ediția a II-a
Sal Rachele

Nivele de conștiință

„Nivelele de conștiință mai înalte nu sunt neapărat mai bune decât nivelele mai dense. Fiecare nivel are funcția sa specifică. Uneori este mai bine să ne concentrăm atenția la cotidian decât la stări extinse. În mod ideal, ar trebui să fim capabili să ne deplasăm atenția cu ușurință de la un nivel la următorul sau să fim conștienți simultan de multe nivele.

Nivelele de conștiință pot fi inclusive sau exclusive, adică ele pot cuprinde totalitatea unei

realități date sau pot selecta anumite atribute ale acelei realități. Și se pot concentra asupra acestora.

Citirea acestei cărți, înțelegerea celei mai mari părți a ei, necesită nivelul de conștiință intelectual, însă înțelegerea ei cu adevărat necesită un nivel de conștiință mai înalt. Din cauza faptului că realitatea depinde de percepție, doi oameni pot vedea aceeași realitate de la nivele de conștiință foarte diferite și pot avea două experiențe total diferite. Amintește-ți exemplul cu cele două persoane care au fiecare câte 1.000 \$.

Dacă o persoană își concentrează atenția exclusiv asupra intelectului, ea poate avea impresia că această carte este extrem de prolixă și nu reușește să abordeze chestiuni mai profunde, în timp ce un individ orientat spiritual poate obține foarte multă înțelegere și înțelepciune din citirea ei. Pentru a scrie, edita, corecta și publica propriu-zis această carte a fost nevoie de o conștiință intelectuală și de cunoașterea unor detalii tehnice. Totuși, dintr-o perspectivă mai înaltă, cuvintele sunt doar instrumente pentru a ajuta cititorul să treacă dincolo de intelect.

În natură, grădinarul și botanistul trebuie să privească o floare dintr-un punct de vedere științific, intelectual; să noteze timpii de germinare, cantitatea potrivită de apă, de soare etc. Dacă privim la o floare dintr-o minte meditativă, putem vedea măiestria lui Dumnezeu în toată splendoarea ei.”

Anunțuri de interes general

1. Acces la grupul INSTRUCTORI ÎN DANSUL ENERGETIC

Dragi instructori, vă aduc la cunoștință faptul că în grupul de facebook *INSTRUCTORI ÎN DANSUL ENERGETIC* sunt acceptați toți cei care au parcurs prima etapă a cursului de dans energetic.

Pe această cale vă rog să trimiteți invitații pentru a activa în acest grup toți cursanții de dans energetic. Invitația poate fi trimisă de către instructorul de curs.

2. Acces în grupul ACADEMIA DE DANS ENERGETIC

Grupul ACADEMIA DE DANS ENERGETIC este public.

Vă invit să fiți membrii ai acestui grup, este deschis și altor persoane care doresc să ni se alăture <https://www.facebook.com/groups/396386920951992/>

3. Cursul de nutriție sănătoasă

Vă comunic faptul că încă mai sunt locuri pentru sesiunile cursului de nutriție sănătoasă!

Pentru înscrieri vă rog să accesați această adresă:

<http://ciosuerd.houseofeurope.ro/cursuri-in-parteneriat/>

Dacă nu reușiți să utilizați modelul standard de înscriere, vă rog să scrieți pe email (ciosuerd@gmail.com) sau să îl contactați telefonic pe d-nul Sandu Zamfirescu: 0723699857

4. „De vorbă cu cititorii”

Vă îndemn să ne scrieți pe adresa de email: viataintegrativa@gmail.com

Suntem deschiși să primim cu bucurie întrebările și sugestiile voastre!

5. Dragi instructori

Vă sugerez să trimiteți pe adresa redacției mărturiile celor care doresc să își exprime experiența sufletului prin practicarea *Dansului Energetic* pentru a fi, astfel, împărtășite cititorilor ziarului!

6. Atribuirea titlurilor de coach în dansul energetic

Dragi instructori, așa cum am afirmat în primul număr al ziarului nostru, acei instructori care au generat un număr de 12 instructori în dansul energetic își pot exprima dorința de a fi avansați la titlul de coach în dansul energetic.

Pentru atribuirea acestui titlu vă rog să trimiteți un tabel cu numele, prenumele și numerele de telefon ale celor 12 persoane care au fost instruite de dumneavoastră! Tabelele cu instructori vor fi trimise Ancăi Crețu, pe adresa de email: anca9.cretu@gmail.com Așteptăm ca un număr cât mai mare de instructori să dețină calitatea de coach!

IOAN



VIAȚA INTEGRATIVĂ



*LOREDANA CRISTINA
MAJIC*



VALENTIN VOICU



EMILIA PĂTRAȘCANU



DANIELA CARP



ROXANA COTIGĂ



CODRUȚA PRUNARIU



*CARMEN CLAUDIA
MORAR*



*ROSEMARIE BIANCA
IORDACHE*

Colaboratori: Alina Ramona Ene (poezie, proză)
Ela Cristea (spiritualitate)
Luciana Gingărașu (fotografie)

Luni, 19 IULIE 2021 – Aniversare 1 AN

<http://dansulenergetic.ro/>

<https://viataintegrativa.academiaintegrativa.ro/>

Sursă imagini: internet

Foto. copertă față – Roxana Cotigă

Copyright © 2021 @Revista Viața Integrativă

Copyright © 2021 @Academia de Dans Energetic