



REVISTA TERRANOVA

Nr. 83/09-IAN-2023

„Curăță câmpul ca să aibă unde
să aterizeze îngerii! ”

– Nichita Stănescu

Binecuvântarea
mâncării

Anca Mihailov

Noul Pământ

Ramona Musgociu

Inspirația de azi
A fi în serviciu

Adriana Ionescu

Oglinzile lui
2023

Valentin Voicu

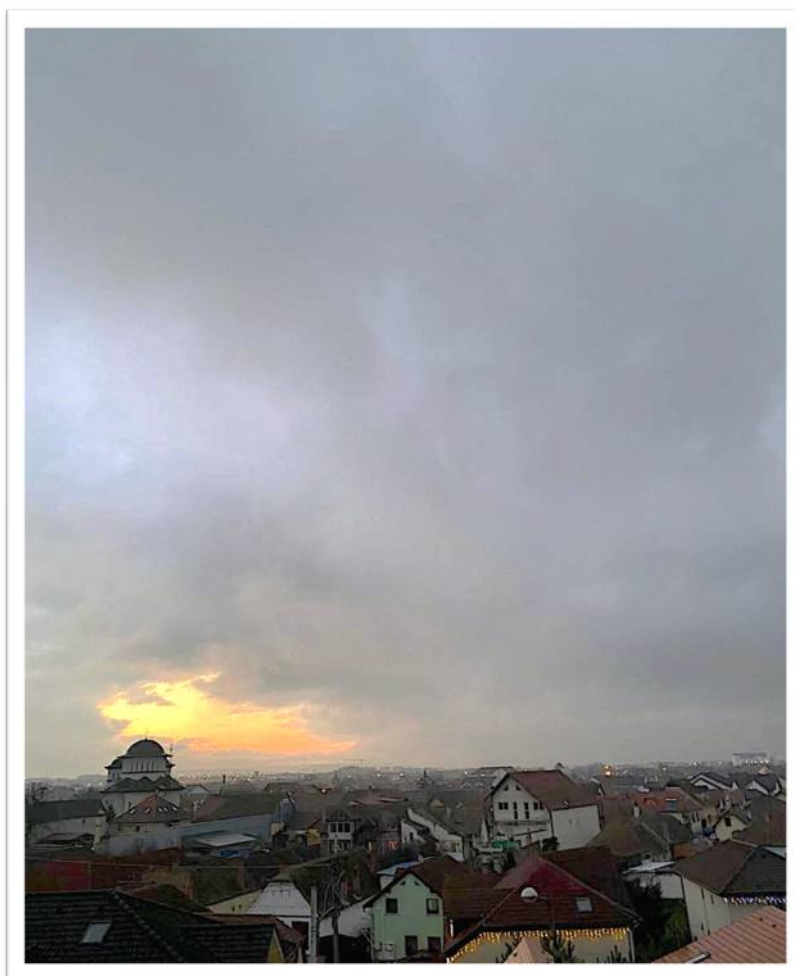
Mărturiile
sufletului meu

Relatare Alina, cursantă Centrul de
Dans Energetic „ALEGRIA”



„Deschide brațele către schimbare, dar atunci când le deschizi,
nu lăsa să-ți plece valorile, cu totul!”

-Dalai Lama



Fotografie – Carmen Claudia Morar

CUVÂNT, înainte!!

Înainte cu curaj să pornim, din nou, la drum! Evoluția nu se oprește, totul se continuă, la infinit! Și chiar dacă mai încetinim ritmul, din când în când, chiar dacă ne mai odihnim, este necesar ca apoi să ne reluăm calea! Să nu uităm că suntem aici pentru a ne trăi viețile într-o înțeleptă, dar și pentru a dăruia ceea ce noi cunoaștem deja, spre a învăța unii de la ceilalți!

Ceea ce eu știu îți împărtășesc și ție, în felul meu unic de a o face, prin metodele mele autentice, din ceea ce eu sunt în acest moment, iar ceea ce tu ai înțeles din viață să îmi „dăruiești”, la rândul tău! Astfel, puțin cu puțin, înaintăm și nu lăsăm pe nimeni în urmă! Chiar dacă fiecare evoluează în ritmul propriu și își experimentează existența cum consideră de cuviință, important este să nu ne oprim, să menținem Lumina aprinsă în inimile noastre!

Să fim deschiși unii către ceilalți, să fim conștienți de noi înșine atunci când ne împărtășim propria cunoaștere, să o facem cu blândețe și să ne străduim să înmulțim Lumina! Să facem asta, împreună, acolo unde suntem fiecare în clipa prezentă!

Întotdeauna, cu iubire, înainte!

Roxana Cotigă

Inspirația de azi -A fi în serviciu

O parte din tine este despre a crea și a te manifesta prin a fi în serviciul celorlalți. Avem o capacitate puternică de a menține o conexiune emoțională ca să creăm ceva durabil ca și contribuție a noastră în această lume. Să ne amintim acest lucru despre noi!

Ia-ți un moment de introspecție, chiar dacă mergi spre job sau ești acasă și vezi cu ce ai putea să fii în serviciu astăzi.



Poate fi un lucru mic pe care poți să-l faci. Bucură-te că ai putut fi de folos și întreabă-te: „Ce pot să ofer astăzi? Cum mă inspiră ideea de a fi în serviciu?

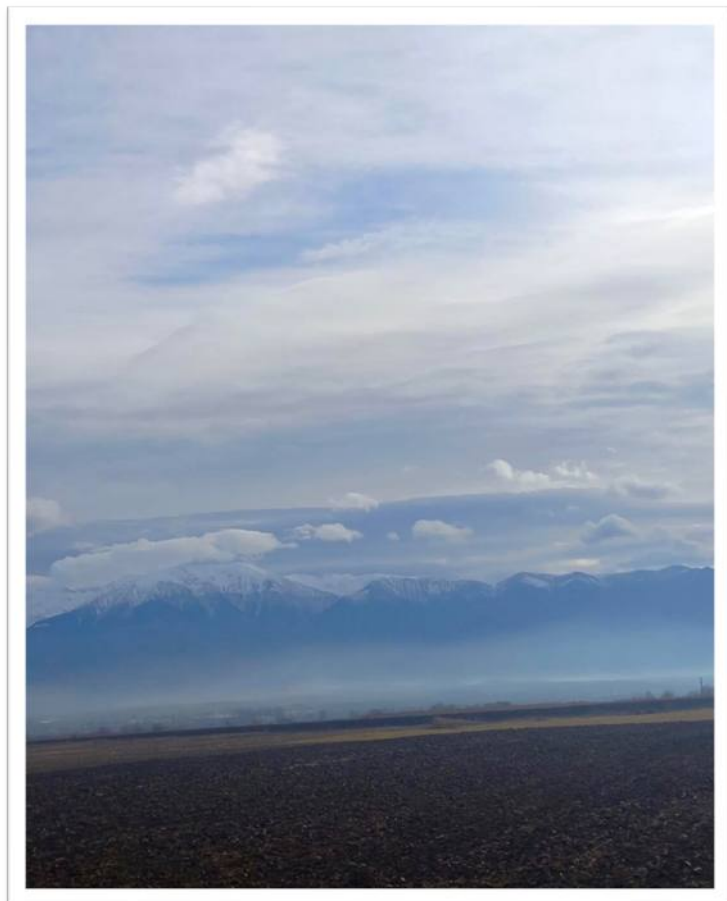
Prin ceea ce am de făcut astăzi pot fi, totodată, și o contribuție pentru ceilalți?”

Mergi mai adânc în spațiul tău interior și amintește-ți cum te-ai simțit în trecut atunci când ai ajutat pe cineva. Pentru a sedimenta ceea ce simți poți face următoarea afirmație:

„Îmi construiesc amintiri prețioase pe măsură ce găsesc mulțumire în bucuria de a servi celorlalți!”
Săptămână inspirată să ai!

Adriana Ionescu
Coach de nutriție

Noul Pământ



Munții Făgăraș – fotografie: Ramona Musgociu

Zorii unui nou început se mijesc în inima și sufletul nostru! Nu-i despre un nou an calendaristic stabilit de mințile noastre, ci se simte parfumul unui nou început pe această planetă minunată.

Suntem pregătiți pentru schimbarea majoră care ne așteaptă? Suntem conștienți de puterea creatoare din ființa noastră, de faptul că prin noi Divinitatea se manifestă și creează continuu, fiind totul într-o continuă transformare?

Suntem conștienți că această magică planetă, mama Pământ, se înalță vibrațional continuu, iar noi, dacă nu ne armonizăm în simțire cu ea, nu o onorăm și nu rămânem în conexiune cu ea, vom pleca de aici cu toate cunoștințele și cunoașterea noastră dobândită în mii și mii de ani de existență ca spirit și suflet?

Avem la ce să reflectăm la început de an și mai ales să fim preocupați de a ne manifesta în iubire și acceptare față de noi înșine și unii față de ceilalți și să fim prezenți în viața noastră, trăind fiecare clipă intens, asumat, conectați fiind la simțirea noastră cea mai profundă, onorând această planetă și fiecare ființă, viețuitoare care o populează.

Suntem binecuvântați să fim acum, aici și nu pedepsiți! Avem o șansă magică de a trăi o altă realitate pe un Nou Pământ, construit din iubire, cu iubire și pentru iubire!

Așadar haideți să facem, împreună, acum, la începutul unei noi etape, un efort de imaginație și simțire și să aducem în inima noastră și în realitatea noastră Noul Pământ, pe care cu toții să trăim cele mai frumoase și împlinitoare experiențe, altfel decât am trăit până acum!

Așa este și așa va fi! Vă îmbrățișez cu iubire!

Ramona Musgociu

Mentor-coach în Dansul Energetic

Fulgi de nea

Bună, fulgi de nea! Ce este cel mai important pentru noi?

Cel mai important obiectiv pentru noi este VIAȚA NOASTRĂ.... Așa că hai să nu o irosim! Avem doar una, care poate fi miraculos de zâmbăreață pentru că noi suntem creatorii ei, nimeni altcineva!

Totul ne stă în putere dacă ne dăm voie să fim jucăuși și creativi! Avem nevoie de câteva ustensile: gând, cuvânt și faptă! Plus dorință, voință, credință și..... răbdare!

Nu știu dacă v-ați dat seama, dar călcăm acum pe ce am semănat în trecut!.... Cei care am fost acum câțiva ani, nu mai suntem! Nu mai suntem nici măcar cei care am fost ieri.... ci suntem cea mai bună variantă a noastră!



Foto. Pinterest

Dacă ne-am face puțin timp pentru noi, am descoperi niște comori de neimaginat pentru că tot universul stă la „picioarele noastre”. Dacă am ști să formăm o unitate cu trupul, mintea și sufletul nostru, am deveni făuritori de vise și viață. Cum vi se pare?

Totul poate fi atât de ușor dacă am lăsa în urmă trecutul, dacă am șterge totul cu buretele și DOAR AM TRĂI CU DRAGOSTE ȘI PREȚUIRE tot ce vine în viața noastră!

Cum o fi să nu mai fim critici și autocritici.... să nu mai fie minciună, ură, frică, violență, competiție.... Să rămână doar iertarea, pacea, armonia, bunătatea, iubirea, acceptarea, empatia, compasiunea, zâmbetul, râsul și bucuria de a fi.... Ar fi RAIUL PE PĂMÂNT!

Ca să trăim frumos este de ajuns să vrem! De la un fulg de nea putem deveni un bulgăre, o avalanșă. Vedeți și simțiți ce simt eu?

Schimbându-ne noi, se schimbă și lumea din jurul nostru! Ne trebuie doar o scânteie și candela inimii se aprinde! Azi o inimă.... Măine, două... apoi mii și mii de inimi! Și totul prinde viață!... ne trezim într-o lume plină de sori și binecuvântări!

Ce îmi doresc mie vă doresc și vouă!.... Lăsați scânteia divină din voi să prindă viață și să-și ia zborul spre infinitul de posibilități!.... Este de ajuns să întindeți mâna și să luați... pentru că totul există din abundență! Spor la vise, dragilor! Și dacă nu știți să visați, vă aștept în visul meu!...

Vă iubesc!

Jana Ilie

În căutarea extraordinarului

Căutăm extraordinarul pentru a scăpa de suferința de a nu ne manifesta darurile, geniul, visele, curiozitatea. Putem spune că sufletul nostru a venit aici cu un scop, un plan de îndeplinit, în serviciul întregului. Fiecare avem o menire ce are ca scop îmbunătățirea unui aspect pe acest pământ, indiferent cât ar fi acesta de mic. Pentru a îndeplini acest scop, am venit într-un corp fizic anume și cu niște activări genetice anume, potrivite pentru a ne îndeplini scopul pe acest pământ. Însă prin condiționările primite din felul în care am fost crescuți, ajungem să „înfundăm” ghidarea interioară, de frica de a nu pierde ceva din exterior.

Aici intervin și aspectele de răni și traume, care ne fac să devenim surzi față de vocea subtilă a Sinelui care caută să ne ghideze.

Ca atare, ajungem la maturitate și ne simțim pierduți, lipsiți de un scop autentic, care să ne ofere senzația de satisfacție și, pentru că nu știm mai bine, calea noastră spre a nu mai simți acest disconfort, această apăsare profundă, este distragerea, fie prin activități monotone cum ar fi uitatul în exces la televizor sau jucatul pe calculator, spre exemplu.



Un alt mod prin care fugim, cu o oarecare excelență, aş adăuga, este căutarea senzațiilor extreme și fuga de simplu. Îmi amintesc că, până nu demult, făceam asta fără să realizez. Și o mai fac și acum, dar observ că devin conștient că nu este o cale benefică.

De multe ori îmi aduc aminte cu jind de tot felul de experiențe din viața mea, de la beții cu prietenii, festivaluri, nopți albe cu tot felul de găști de oameni. Însă, ce nu îmi amintesc sunt și momentele în care simțeam că mă forțez să fiu acolo, sentimentul că nu sunt cu adevărat la locul meu și trăirile neplăcute, care îmi par acum într-o proporție mult mai mare decât momentele trecătoare de „feel good” exagerat.

Cu alte cuvinte, idolatrizam trăirile exuberante, dar nu eram conștient față de prețul plătit pentru acestea, adică toată durerea și suferința care pavau calea spre acele exuberanțe.

Nu spun că genul acesta de experiențe sunt rele sau că nu ar trebui să facem asta, atrag atenția însă spre costul pe care aceste momente îl cer și dacă acestea sunt exclusiv experiențele pe care le căutăm.

Așadar, este important să începem a ne manifesta darurile, visele, treptat, pentru a începe să deblocăm sentimentul aventurii mitice a trăirii scopului nostru în această încarnare, iar aceasta va fi o aventură mult mai lină, nu ne va taxa așa de mult energia, iar obstacolele pe care, inevitabil, le vom întâlni, vor fi potrivite nouă și alcătuirii noastre genetice.

Până data viitoare, să ne auzim cu bine! La mulți ani!

Gabriel R. Brătan

Oglinzile lui 2023

Sunt diverse științe de tip spiritual care, aplicând diverse teorii din antichitate, au încercat și vor încerca mereu să împartă timpul terestru în diverse perioade. Atât în astrologie cât și în numerologie, este cunoscut faptul că timpul terestru și cel sideral, este împărțit în etape mari, denumite cicluri. Astfel există 3 tipuri de cicluri ale timpului: cel de 7 ani, 9 ani, 10 și 12 ani.

Importanța acestor cicluri de ani sunt reprezentate de specificul de „teme” majore care sunt propuse ființei umane pentru a evolua. Ele nu constituie contexte multiple, energetice sau de situații care să fie impuse oricărui individ. Ci, mai degrabă, sunt oportunități ale creației prin care ființa umană, prin intermediul liberului arbitru, are posibilitatea de a alege direcția și modul de a acționa, în toate planurile vieții sale. Prin aceasta înțelegem încă o dată, memorabila zicală românească: „cerul propune, omul dispune”.



Sursa foto. Pinterest

Au fost suficiente materiale în mediul on-line care au încercat să caracterizeze, în moduri și nuanțe diferite, marile etape ale umanității. Fie că despre aceasta au vorbit filosofi, profeți sau clarvăzători ai timpului, nouă ne rămâne responsabilitatea de a filtra mesajele pe care le absorbim, legat de nota de interpretare și de asumare a informațiilor.

Tocmai de aceea, doar „timpul” este cel care, până la urmă, confirmă sau infirmă diversele afirmații care au caracter previzional asupra evenimentelor din viața unui om sau cele care fac referire la umanitate (Nostradamus).

Vor fi întotdeauna diverse persoane cu diverse tipuri de pregătiri spirituale sau metafizice care vor încerca o interpretare de tip previzional asupra evenimentelor din viitor, indiferent dacă acestea vor veni din domeniul numerologiei, astrologiei sau al altor cunoașteri. De reținut este faptul că, întotdeauna, orice tip de informație, este necesar a fi preluată la un mod detașat, în starea de observator, fără a considera acele informații ca fiind un adevăr absolut deoarece procesele subconștientului sunt încă nedesluite.

Orice informație preluată mecanic, o dată absorbită de subconștient, va deveni o unealtă de a vă crea, fără să vă dați seama, evenimentele în viitor, care vor reprezenta actul de creație a conștiinței voastre.

Anul 2022 a fost un an deosebit de important, fiind un adevărat an care le-a supus la „examen” pe majoritatea ființelor de pe această planetă. Evaluările universului s-au făcut pe toate planurile, iar ființele au avut ca principal obiectiv al vieții reglarea energiilor yin, yang din interiorul lor, atât în ceea ce privește propria lor ființă, cât și în relațiile sociale.

Un an cu „de toate”, un an, cum ar spune numerologia, de tip „maestru”, prin care fiecare ființă umană, în dreptul ei, a avut de depășit anumite teme principale și de bază din viața personală, cât și în ceea ce privește încărcătura de tip „karmic”, acumulată de-a lungul timpului prin procesul de reîntropare.

Acesta a finalizat o mare etapă a timpului, încheind un ciclu de 10 ani din istoria Pământului. A reprezentat „nota” finală a unei mari etape de dezvoltare spirituală și personală a fiecărei ființe și a umanității, caracterizând un proces de ascensiune accelerat.

Ciclurile de 10 ani caracterizează masiv progresele și schimbările maselor de oameni, transformările globale și unificarea unor modele de mentalitate, tipare comportamentale și arhetipuri umane de „a fi”.

Anul 2023 este primul an (din următorul ciclu de 10 ani, până în 2033) de tip „OGLINDĂ”. Acesta vizează toată perioada cuprinsă între anii 2012-2022.

Ce înseamnă un an de tip oglindă? În viața de cu zi fiecare parcurgem și acționăm, luăm decizii prin prisma propriilor percepții, păreri, ideologii, stereotipuri, etc. Legile universului sunt deja cunoscute de majoritatea oamenilor. Una dintre cele mai importante legi este aceea a bumerangului, legea cauză - efect. Însă noutatea unui an de tip „oglină” este aceea că este probabil ca universul, viața, nu doar că va pune ființele umane sub incidența forțelor atrase de alegerile acestora și de modul lor de acțiune, ci le va pune în contexte și situații care vor fi antagonice percepțiilor lor!!

Concret spus: dacă cineva a manifestat un act de judecată la adresa cuiva, indiferent de temă și subiect, universul va „avea grijă” ca persoana respectivă, la un moment dat, să ajungă într-o situație similară, pe care aceasta a judecat-o sau blamat-o. Astfel, acea ființă va avea posibilitatea de a percepe o anumită realitate și din prisma persoanei pe care a judecat-o sau despre care a emis diverse non-adevăruri sau păreri.

Altfel spus, 2023 vine să „corecteze” percepțiile personale și să fundamenteze, din temelii, conceptul de UNICAT, în ceea ce privește orice ființă umană.

Ne vom „oglinzi” cu toții în situații de viață pe care le-am observat la alte persoane pentru a înțelege pe deplin unicitatea fiecărui individ și mai ales pentru a învăța să nu tragem concluzii despre deciziile altora și modul lor de acțiune.

Din acest punct de vedere 2023 este un an „corector”!! Dar din același principiu al oglinzii, 2023 va și un an de tip „recompensă”, care va aduce multe bucurii, împliniri, reușite, pentru acele ființe care au încercat din răspuțeri să manifeste cât mai multă imparțialitate față de toate evenimentele vieții și față de oameni. Viața îi va recompensa pe toți aceia care au avut o atitudine „justă”, compasivă, imparțială față de toate persoanele din jur și care nu au creat tulburări de relații, atât în relațiile sociale apropiate, cât și în contextul maselor de oameni.

În același timp anul 2023 le va „întoarce” toate eforturile de ascensiune personală, pe toate planurile, iar energia anului vine să amplifice enorm tot ce aceștia au construit în ultimul ciclu de 10 ani.

Din acest punct de vedere, 2023 (guvern timer de energia lui $7=2+2+3$) vine ca o „magie”, o putere energetică și reușite în viața tuturor acelor care, în ultimii 10 ani, au făcut diverse fapte bune, acte de o mare compasiune umană sau care s-au dedicat celor dragi sau semenilor. Practic, 2023 le va aduce toate „roadele”.

Ce trebuie să înțelegem per total?

- Să fim pregătiți să ne asumăm anumite evenimente care au fost generate de modul nostru de percepție și de propriile acte de judecată, atât la adresa noastră, cât și a altora;
- Să așteptăm cu bucurie să trăim din plin, „roadele” tuturor faptelor noastre, de a deveni cea mai bună variantă a noastră în infinitul drum al ascensiunii sufletului și a spiritului nostru.

Valentin Voicu

Vremea cosmică

Ne aflăm în prima zi a tranzitului energetic al Cheii Genelor 54, cu a sa Umbră a Lăcomiei, Darul Aspirației și Siddhi-ul Înălțării.

Lăcomia are la bază încercarea de a umple un gol sufletesc cu lucruri dinafară. Fie că o facem prin mâncare, distrageri, lucruri, bani, putere asupra altora, acestea nu vor putea satisface acel gol interior.

Nimic din ceea ce facem nu ne va aduce liniște, poate doar temporar, până când nu începem să privim lăuntric.

Această cheie face parte din familia de Chei cunoscută sub numele de „Inelul Căutării” care, în esență, ne transmite o presiune. Presiunea aceasta se resimte precum o lipsă de satisfacție. Această lipsă de satisfacție, fie ne împinge spre a încerca să ne umplem golul cu elemente din exterior, lucru care devine compulsiv și adictiv, fie ne îndeamnă la un moment dat să începem să privim înăuntru, să începem să ne întrebăm de ce ne simțim așa, să începem căutările.

Totuși, precum spune și Richard Rudd, autorul cărții „Cheilor Genelor”, în primă instanță cedăm presiunii prin a încerca prima variantă, de a căuta în exterior.

Bineînțeles și exteriorul contează foarte mult, însă acesta nu ne poate oferi cu adevărat ceea ce ne lipsește pe dinăuntru: prezența noastră, simțirea noastră, sentimentul de conexiune cu noi înșine, cu ceilalți și cu Viața însăși.

Iar acesta este un proces, chiar dacă până la urmă privim înăuntru, asta nu înseamnă că toate dilemele dispar ca prin magie, nu! Privitul înăuntru este doar un prim pas, pe o cale magică. Iar aici, chiar în acest moment când am privit în interior, se naște Darul Aspirației.

Se naște pentru că începem să ne conectăm cu simțământul că există ceva mai mult decât noi înșine, o forță subtilă care ne împinge spre a deveni, spre a evolua și spre A Fi noi înșine.



*Sursa foto.
- Pinterest*

Începem să simțim toate constrângerile, măștile, condiționările pe care le avem, care nu ne reprezintă. Și, precum vrem să dăm jos o haină care ne strânge, așa începem să vrem a da jos de pe sufletul nostru toate cele care nu ne mai reprezintă: de la moduri de a fi, a acționa, a gândi și a simți, începem să ne purificăm ființa. Începem să ne punem încrederea în viață și în noi înșine, în același timp.

Iar de aici, deja, Viața începe și arată altfel. Chiar dacă nu multe se schimbă, inițial, în exterior, lucrurile se schimbă la interior, prin integrările și înțelegerile ce ne vin pe parcurs. Însă, nu mă înțelege greșit, asta nu înseamnă ca umbrele și provocările dispar, ba dimpotrivă, devenim mai conștienți de ele, însă rolul lor este de a ne rafina ființa și darurile. Provocările vor fi mereu acolo, dar vor fi provocări din ce în ce mai potrivite nouă.

Ne Înălțăm Viața și Vibrația pe un alt nivel și toate acestea, pornite din acea insatisfacție, din lăcomie. Și uite așa observăm că Siddhi-ul a fost tot timpul prezent, chiar și în umbră.

Datoria noastră, misiunea noastră, este să ridicăm acea ștafetă și, în loc să o folosim exclusiv în serviciul nostru, dar distructiv, să o folosim în serviciul nostru și în același timp, al Întregului.

Căci la nivelul Darului, începem să ne manifestăm Geniul Creativ și autenticitatea, lucruri care nu fac nimic altceva decât să îmbunătățească ceea ce atingem. Și se mai naște în noi dorința de a pune acel Geniu Creativ în serviciul altora. Și uite așa, om cu om, se naște revoluția interioară!

Sper ca în aceste zile să îți simți și să îți manifesti Geniul Rebel Creativ și Autenticitatea, alături de oamenii care-ți sunt adevărații aliați!

Până data viitoare, să ne auzim cu bine!

Gabriel R. Brătan

Mărturiile sufletului meu

Relatare **Alina**, cursantă Centrul de Dans Energetic „ALEGRIA”

Coach **Camelia Irina Pop**



„Bună!

De mult citesc și particip așa, mai în „umbră” și mă bucur de realizările tuturor. Azi e rândul meu să vă povestesc cum stă treaba cu dansul energetic.

Acum să tot fie vreo lună, într-o seară, Camelia ne da exemplu pentru ce să dansăm și ce și cum (ca în fiecare seară). Și exemplul ei era cum să dansăm pentru o vacanță. Eu aveam altele de dansat, ascultam cu o ureche și-mi făceam planul pentru ce să dansez (altceva).

Începem să dansăm și bineînțeles că-mi tot vine în gând...vacanță! Fratele meu încercase să ia bilete să vină de Crăciun cu familia lui la mine și nu ieșise planul, biletele foarte scumpe, nu zile de concediu destule, ne resemnasem că asta e.

Făceam planul pentru o vacanță în vară, să ne întâlnim pe undeva, să ne vedem în viitor. Și eu în dansul meu eram copleșită de emoții că mi-era dor de el, nu ne-am văzut de 3 ani și dansam pentru vacanța din vară, să ne iasă măcar planul B.

Cine credeți că m-a sunat săptămâna trecută să mă întrebe dacă poate să vină de Crăciun că a găsit bilete la jumătate de preț? Bilete pe care nu le-a mai găsit nimeni la jumătate de preț după ce le-a cumpărat el pe loc.

Rar am avut așa un dans energetic ca în seara aceea și sunt sigură că n-a fost doar o coincidență!

Mulțumesc Camelia!... și dacă e cineva sceptic, dansați cu răbdare pentru că vine și conexiunea!
O seară faină, vă pup!”

(Testimonial postat în grupul de Dans Energetic la unison, înainte de Crăciun, 2022)

Binecuvântarea mâncării

Fiind o perioadă cu multe sărbători, întâlniri în familie, cu prietenii și multă mâncare, vreau să împărtășesc cu voi un mic obicei pe care am început să îl introduc în viața mea zilnică – binecuvântarea mâncării.

De multe luni deja sunt ovo-vegetariană, dar mi se mai întâmplă, foarte rar, să poftesc și la carne sau lactate. Acest mod de a mânca nu mi l-am impus ci, pur și simplu așa a vrut și simțit corpul meu și i-am dat ceea ce îmi cerea. În plus, simțeam energetic cum îmi scade vibrația la anumite mâncăruri. A fost și este o alegere personală și consider că este ok ca fiecare să mănânce ce, cum și cât simte!

Revenind la binecuvântare, v-am descris modul meu de a mânca deoarece am testat zilele acestea beneficiile binecuvântării mâncării cam pe toate tipurile de mâncare, mai ales că nu am avut cum să le fac pe toate de mâna mea: cu carne, fără carne, cu lactate, fără lactate, pe sucurile acidulate cu cofeină (ca să nu fac reclamă), inclusiv pe un pahar de șampanie și pot spune că rezultatele au fost deosebite.



Fotografie - Anca Mihailov

Metoda pe care o aplic eu constă în a face cu mâna semnul crucii pe mâncarea/băutura pe care urmează să o ingerez, spunând în același timp, la fiecare cruce pe care o fac: „*Binecuvântează, Doamne, această mâncare!*”. Și binecuvântez și închin mâncarea până simt o stare de pace sau de iubire.

Câteodată mai adaug la binecuvântare ce simt în acel moment, în funcție de inspirație, de exemplu: „*Binecuvântează, Doamne, această mâncare și umple-o cu harul Tău Divin, cu iubirea Ta Divină!*”.

Aceasta este metoda pe care o aplic momentan, fiecare poate folosi ce metodă dorește și cum simte, am vrut doar să vă reamintesc despre importanța binecuvântării în viața de zi cu zi: a mâncării, a oamenilor, a locurilor, a situațiilor, etc. și cât de benefică este!

La mine sărbătorile vor continua (sărbătoresc Crăciunul pe 7 ianuarie) și vă doresc tuturor pace, armonie, iubire și un An nou plin cu tot ceea ce fiecare dintre voi are nevoie! La mulți ani!

Anca Mihailov

Centrul de Dans Energetic „*Dansul stelelor*”

Despre voință și mâncare

(partea a-IV-a)

Obişnuieşte-te să întocmeşti planuri de masă săptămânale și zilnice. Organizează-ți cumpărăturile și prepararea meselor astfel încât să ai mereu ceva pregătit ca să nu te repezi la covrigii de la colț atunci când îți este foame.

Creează angajamente de genul „Dacă asta atunci...”. Vei intra în situații care îți vor testa voința. O modalitate excelentă de a-ți crește șansele de succes este să previi aceste situații și să faci un plan cu privire la modul de a răspunde la ele. Să spunem că mergi la o petrecere și tu încerci să reduci consumul de alcool. Poți crea o declarație ca aceasta: „Dacă cineva îmi oferă de băut, atunci voi cere apă minerală cu lămâie”.



Niciodată să nu-ți fie foame!

Dacă amâni să iei o decizie în ceea ce privește stilul tău de viață sau te biciuiești pentru că te simți vinovat(ă) că ai mâncat prostii și îți spui că nu ai destulă voință, există o mare posibilitate să ai rezervorul de energie gol. Cercetările au arătat că există o corelație între autocontrolul scăzut și nivelul scăzut de glucoză. (Gailliot și colab., 2007).

Acesta poate fi unul dintre principalele motive pentru care dietele cu restricții, numărarea kaloriilor, au o rată de finalizare atât de scăzută.

Adriana Ionescu
Coach în nutriție



CITEȘTE!

Cărilor Nu Li Se Pierde SEMNALUL!!

Selenitul

Cristalul de Selenit este un cristal cu proprietăți terapeutice. Acesta se prezintă transparent, cu nervuri fine sau mai groase;

Alte denumiri: Spat Satinat, Trandafirul deșertului.

Țările de proveniență: SUA, Mexic, Rusia, Grecia, Marea Britanie, Polonia, Germania, Franța, Maroc.

Culoare: incolor, alb pur, galben, portocaliu, maro, albastru, verde.

Cuvinte cheie: activitate spirituală, comunicarea cu Sinele Superior, cu îngerii, comunicarea cu spiritele călăuzitoare.

Chakre: al treilea ochi (6), chakra coroană (7), cele transpersonale și eterice (8-14, situate deasupra capului).

De ce este cristalul de Selenit special?

Numele cristalului de Selenit este dat după numele zeiței Lunii din mitologia greacă, și anume Selene. Datorită aspectului său și datorită proprietăților sale, acest cristal mai este denumit și „Lumina lichidă”. Se spune că mesajul pe care îl transmite cristalul de Selenit este *„purifică-te și purifică spațiul tău”*. După cum îi spune și numele, acest cristal se află sub dominația Lunii, iar polaritatea cristalului de Selenit este Yin.

Cristalul de Selenit ajută la curățarea blocajelor energetice, astfel încât acesta permite curgerea energiei sub forma unui fluid. Vibrațiile extrem de ridicate ale acestui cristal inundă câmpul energetic al corpului cu cele mai puternice vibrații de lumină, ridicând astfel spiritul și fiind un ghid pentru a atinge o stare elevată. Nu doar că aceste influențe se manifestă asupra ta, dar aceste efecte se răsfrâng și asupra mediului tău înconjurător.

Pe lângă energiile de purificare pe care le are acest cristal, are și energii puternice și pentru alte practici spirituale și energetice precum meditația, reiki, lucrul cu respirația sau yoga. Energia delicată a selenitului protejează mintea și sufletul. În plus, ajută la identificarea intenției tale reale și exacte. Astfel vei putea să te vezi exact așa cum ești și să îți construiești un viitor mai bun. Mai mult, Selenitul îți permite să îndepărtezi ceața de la nivelul mental.

Însemnătate: Menirea cristalului de Selenit are legătură în toate aspectele cu purificarea, curățarea și energia pozitivă. Aspectul de un alb deschis al acestui cristal este reflexia perfectă a energiilor sale delicate, dar în același timp extrem de eficiente și a vibrațiilor de lumină albă pe care le emite.

Indiferent dacă vine vorba despre purificarea câmpului energetic propriu, despre purificarea celorlalte cristale sau a mediului în care trăiești, cristalul de Selenit are proprietăți care răspund perfect pentru a îndepărta energiile nedorite și pentru a le înlocui cu lumină și energie pozitivă.

Vibrațiile cristalului de Selenit sunt conectate cu chackrele superioare, numind aici chackra coroană, centrul energetic al conștiinței superioare. Astfel, cristalul de Selenit contribuie la elevarea energiei proprii și la ridicarea vibrației personale, ajutând la alinierea sinelui cu frecvențele superioare. Prin faptul că umple întreaga ființă cu lumină, Selenitul ajută la blocarea energiilor de vibrație



joasă provenite din exterior, astfel fiind protejat spiritul. Așadar, cristalul de Selenit poate fi folosit ca piatră protectoare asemenea unui scut împotriva energiei negre, întunecate.

Cristalul de Selenit contribuie la purificarea câmpului energetic, a minții și a corpului fizic, dar și la regăsirea stării naturale a ființei tale din punct de vedere spiritual. În urma lucrului cu cristalul de Selenit te vei simți ca fiind plin de lumină, mai fericit(ă) și într-o stare pozitivă. Vei putea să faci ca lumina interioară să strălucească mai puternic până într-un punct în care întunericul nu va mai putea pătrunde. Nu doar că acest lucru contribuie la elevarea energiei tale, dar de asemenea permite și crearea unei bule de lumină în jurul tău pentru protecția din punct de vedere energetic.

În plan mental cristalul de Selenit aduce multă claritate și calm, astfel încât confuzia este eliminată. Atunci când apare ezitarea în luarea unei decizii cristalul de Selenit poate susține curajul în a lua decizia de care ai nevoie.

De asemenea susține conștientizarea lucrurilor petrecute la nivel subconștient. În plan psihologic vorbim despre un cristal care susține introspecția și procesul de gândire. În privința protecției spațiului, acest cristal ajută la construirea unei atmosfere de calm, de serenitate și protejează asupra oricărei influențe exterioare asupra mentalului.

În privința relațiilor, cristalul de Selenit contribuie la creșterea energiei iubirii. Acest lucru aduce un plus de noroc și de reușită în atragerea iubirii în viața ta și în tot ceea ce înseamnă îmbunătățirea relațiilor cu partenerul. De asemenea ajută la îmbunătățirea comunicării, un aspect foarte important în cadrul relațiilor de orice fel.

Prin prisma proprietăților sale, cristalul de Selenit are și o serie de efecte tămăduitoare la nivelul corpului fizic. Astfel vorbim despre un cristal recomandat pentru îndreptarea coloanei vertebrale, dar și pentru a crește flexibilitatea acesteia. Este utilizat pentru a preveni crizele de epilepsie și pentru a neutraliza intoxicația generată de mercur. De asemenea este util pentru neutralizarea efectelor radicalilor liberi asupra organismului.

Sugestii de întreținere: pentru îngrijirea acestui cristal se recomandă spălarea lui o dată pe lună cu apă caldă. Însă este nevoie de atenție deoarece Selenitul este solubil în apă.

Pentru cine este recomandat cristalul de Selenit?

Cristalul de Selenit este recomandat pentru nativii din toate zodiile, însă cu precădere pentru zodiile Taur și Rac. Din punct de vedere numerologic este un cristal aflat sub influența numărului 8. La proprietățile și caracteristicile generale se adaugă și anumite proprietăți adiționale, în funcție de varietatea de Selenit, după cum urmează:

Selenitul verde este încărcat cu energii pentru atingerea și obținerea binelui în viață. Susține un sentiment de împăcare cu propriul sine. În plan fizic ajută la înlăturarea efectelor procesului de îmbătrânire asupra pielii și a scheletului.

Selenitul brun-portocaliu este o varietate de Selenit care ajută la ancorarea energiilor angelice și susține vindecarea Pământului.

Varietatea de Selenit albastru ajută la calmarea intelectului atunci când este plasat pe chakra celui de-al treilea ochi și susține concentrarea mentală pe timpul practicilor de meditație.

Varietatea de Selenit coadă-de-pește contribuie la tratarea nervilor având un puternic rol calmant. Ajută astfel la stabilizarea emoțiilor și pentru dezamorsarea tensiunii. Susține inclusiv contactul cu tărâmul angelic.

Trandafirul deșertului este o formă de Selenit care încurajează abandonarea programelor autoimpuse care rulează de prea mult timp în viața unei persoane și ajută la găsirea unor alternative la respectivele programe. În plus susține afirmarea obiectivelor.

Sursa: **Kristale.ro**; Foto. Pinterest
Redactare Roxana Cotigă

Contul de profit și pierdere



Sursă foto. - Pinterest

Am definit succint conținutul *Situațiilor financiare*. În baza acestora se analizează situația oricărei societăți. Piese principale care formează „Situațiile financiare” sunt:

- Bilanțul
- Contul de profit și pierdere

În această rubrică ne axăm pe prezentarea Contului de profit și pierdere.

Dacă bilanțul contabil descrie situația patrimonială a unei întreprinderi la un moment dat, indicând și mărimea rezultatului, este necesară prezența unui alt instrument care să explice modul de constituire a rezultatului și să permită desprinderea unor concluzii legate de performanțele activității întreprinderii.

Acest instrument este contul de profit și pierdere sau contul de rezultate. El grupează fluxurile din activitatea curentă a unei societăți și cele din activitatea financiară și pune în evidență operațiunile realizate de întreprindere în cursul exercițiului.

Contul de profit și pierdere, prin conținutul său, oferă informații asupra activității industriale, comerciale sau financiare a întreprinderii și despre modul cum aceasta își gestionează afacerile prin dimensiunea veniturilor, cheltuielilor și rezultatelor pe care le generează.

Contul de profit și pierdere sau contul de rezultate este parte integrată a Situațiilor financiare ale întreprinderii. Acesta reflectă veniturile și cheltuielile societății pe o anumită perioadă, de obicei pe parcursul unui exercițiu financiar. Analiza acestora este necesară pentru că arată modul în care este format profitul companiei și eventualele dificultăți financiare la nivelul entității, precum și motivele care au stat la baza apariției lor.

Există mai multe posibilități de clasificare ale veniturilor și cheltuielilor, la nivelul unei companii.

1. În raport cu tipul operațiunii care le-a generat, distingem:

- operațiuni de exploatare (venituri din exploatare/cheltuieli de exploatare, de exemplu, venituri din lucrări executate și servicii prestate, cheltuieli cu materiile prime, cu salariile etc.);
- operațiuni financiare (venituri/cheltuieli financiare, de exemplu, venituri din investiții financiare pe termen scurt, cheltuieli privind dobânzile).

2. În raport cu influența asupra trezoreriei întreprinderii, se disting două categorii de venituri și cheltuieli:

- venituri/cheltuieli monetare (încasabile/plătibile), care se vor concretiza într-o încasare/plată la termen ferm (venituri din vânzarea mărfurilor, cheltuieli cu salariile personalului);

- venituri/cheltuieli nemonetare (calculate), care se înregistrează ca o rezervă financiară fără a fi încasabile/plătibile la un termen ferm (cheltuieli cu amortizarea, venituri din/cheltuieli cu provizioane/ajustări, venituri din/cheltuieli cu cedarea activelor).

3. O altă clasificare vizează doar cheltuielile realizate de societate.

Acestea pot fi împărțite în două categorii, în funcție de variația nivelului lor la modificarea nivelului producției, mărfurilor vândute sau serviciilor prestate:

- *cheltuieli variabile*, care vor avea o valoare în creștere cât timp societatea vinde mai multe bunuri/mărfuri sau prestează mai multe servicii și una în scădere dacă activitatea companiei se restrânge (cheltuieli cu materiile prime, cu mărfurile, cu salariații direct productivi etc.);
- *cheltuieli fixe*, care nu variază în funcție de valoarea vânzărilor de bunuri/mărfuri sau de prestările de servicii (cheltuieli cu chiria spațiului, cu salariile personalului administrativ etc.).

Cea mai uzitată formă de discuție asupra contului de profit și pierdere este analiza activității unei societăți în raport cu tipul operațiunii care a generat veniturile și cheltuielile:

- venituri din exploatare - cheltuieli de exploatare = profit sau pierdere de exploatare (Rexp);
- venituri - cheltuieli financiare = profit sau pierdere financiară (Rfin).

Rezultatul brut al exercițiului (RB) cumulează rezultatul din exploatare (Rexp) cu cel financiar (Rfin):
 $RB = Rexp + Rfin$.

Rezultatul net al exercițiului (RN) sau profitul net constituie soldul final al oricărui exercițiu financiar după scăderea din rezultatul brut a impozitului pe profit datorat statului, fiind calculat astfel:
 $RN = RB - \text{Impozitul pe profit}$.

Contul de profit și pierdere reprezintă „mișcarea” dintr-o perioadă clar determinată, spre deosebire de bilanț care este static. Contul de profit și pierdere arată „rulajul” (mișcarea perioadei) iar bilanțul arată „solduri” (început și, respectiv final de perioadă).

În baza celor două componente ale Situațiilor financiare se poate analiza situația, imaginea unei societăți într-un anumit punct și performanța realizată într-o anumită perioadă.

Ce trebuie să asigure cele două componente ale *situațiilor financiare* referitor la activitatea oricărei entități? Acuratețea întocmirii și a înțelegerii acestora presupune respectarea unor reguli prevăzute în legi și norme de aplicare ale acestora.

Imaginea fidelă reprezintă calitatea pe care trebuie să o aibă informarea contabilă, rezultatul pe care trebuie să-l atingă, să-l asigure.

Situațiile financiare ale întreprinderii trebuie să dea o imagine fidelă, clară și completă. Acesta este mai mult decât un principiu director, este un imperativ, iar toate principiile și regulile contabile i se vor subordona.

Carmen Claudia Morar
Redactor economic

Începuturi

Pe mări atinse de soarele topit al zilei ce se scurgea în clepsidra timpului netrăit, a pornit povestea noastră. Alături de oameni, au trăit mereu vietățile marine care îi însoțeau și îi protejau în călătoriile lor pe mare.

Pescarul din satul de la malul mării era mereu pe mare, pescuind curcubeie cu năvodul lui fermecat, aducând culoare în viața celorlalți. În călătoriile lui pe apă, când marea era de multe ori potrivnică, pescarului nostru, care avea un suflet frumos și o privire blajină, a reușit cumva să cucerească inima unei fiice a mării, o sirenă pe nume Mălina, cu ochii albastru-verzui și părul roșcat.

Plecând într-o zi pe mare, pescarul este surprins de noaptea care se așternea deodată, deși era în miezul zilei. Ajunsese, de fapt, în ochiul unei furtuni în care Mălina, din ape, stătea gata să îl salveze dacă barca era cumva înghițită de furtună, lucru previzibil de altfel, odată cu vremea ce se înrăutățise și furtuna ce se stârnise din senin.

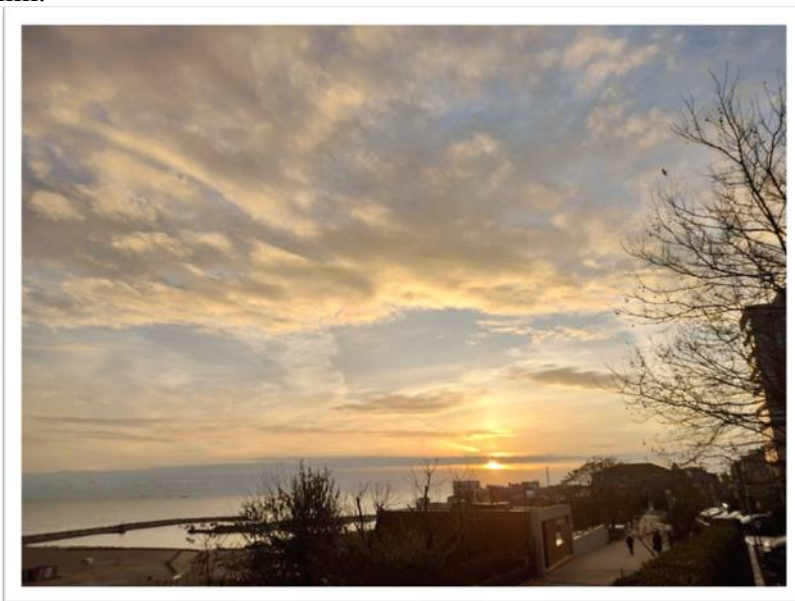


Foto. – Alina Ramona Ene

Deodată, furtuna se dezlănțuie și atunci barca fragilă se răsturnă, iar pescarul ajunge în mijlocul apei, încercând să își găsească salvarea, înotând până când, din cauza epuizării, nu a mai putut să se țină de bucata de lemn ce rămăsese din barcă și se scufundă.

Atunci Mălina, care a stat și nu a putut să facă nimic, văzând că acesta este pe cale să se înece, l-a prins cumva, salvându-l și ducându-l din adâncuri pe un mal de mare, departe de furtună.

Cântecul sirenei îl ținea pe pescar într-o senzație de extaz în care somnul se împletea cu moartea, dar zeul mării, care a supravegheat toată scena, a venit și l-a atins cu tridentul, trezindu-l la viață.

Când s-a trezit, Pescarul a luat totul ca pe un vis: și salvarea lui, și cântecul sirenei, și zeul mării, și tridentul lui, și s-a îndreptat spre sat, sperând să își reia viața lui obișnuită.

Degeaba!... viața se pare că avea alte planuri, iar Mălina, care a cerut zeului mării să își ia formă umană și să vină în sat, avea să îi schimbe pe veci sensul vieții aici, pe pământ.

Alina Ramona Ene

La început de an

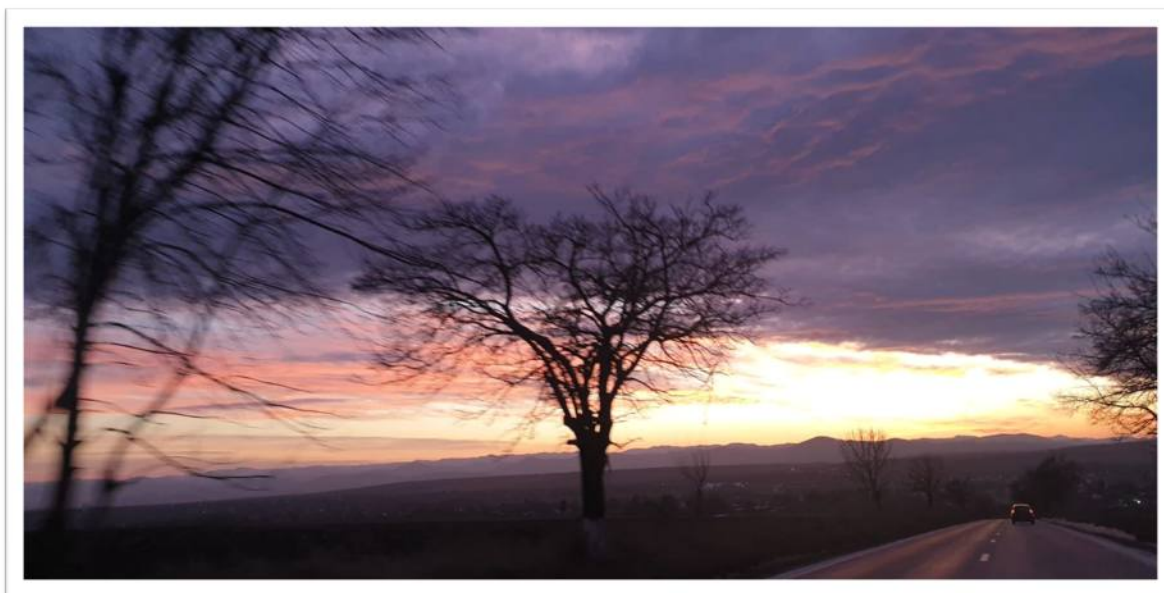
Carmen Claudia Morar

Mă uit la anul ce-a trecut
Și știu că nu o să mai vină...
Simt că tot ce a încăput
În zile lungi și nopți cu lună,
Între zâmbet și durere,
Între lumină și-ntuneric...
Toate mă fac mai bună!

Mai bună ca să-i iert
Pe alții și pe mine,
Să pot zâmbi,
Să nu mă pierd
Când lacrima îmi vine!

Să înțeleg lumina lor:
A altora ca mine,
Ce uneori îngenunchează,
Se roagă de mai bine!
Ce uneori nu înțeleg
De ce viața-i încearcă,
Le dă hățișuri să dezlege
Și printre ele să găsească
Flori pribege!

Mă uit la anul ce-a trecut
Și știu că nu o să mai vină...
Și-mi spune Îngerul, încet,
Încet și fără de oprire:
Să păstrezi în amintire
Doar zilele senine!
Și lacrima mi-o șterge...



Fotografie – Alina Secara

Punte peste timp

Alina Ramona Ene

Am ieșit din inima și din gândul meu
Și m-am dăruit vântului, rugându-l:
-Vântule, poartă-mi sufletul
Și dăruiește-l celor fără de suflet!

Am ieșit din lumina ochilor mei
Și am rugat dumnezeirea să le-o dea celor fără de lumină!
Am ieșit din sunetul urechilor mele
Și le-am dăruit auzul naturii aceloră fără de auz...

Dar din toate astea a mai rămas ceva și pentru mine
A rămas dragostea pe care vântul
Nu a vrut să o dăruiască tuturor
Și a oprit-o să fie, de-a pururi, iubirea mea de viață!



Fotografie – Alina Secara

A fi poet

Alina Secara

A fi poet, de-a dreptul,
Nu-i rimă, nici culoare,
Ci spirit într-un suflet,
Valoarea cea mai mare!

A fi poet e gândul,
E fulg de nea-n văzduhuri,
E noaptea cea ce pică
În sufletul nălucă!

A fi poet nu-i lauri,
Nici critici laudate,
Ci stele căzătoare
În trâmbițe urlate

A fi poet e timpul,
Lăuntrul ce se pierde,
Să crească iarbă verde
În ochii celui ce n-o vede!

A fi poet e viață
Atunci când ești acasă,
Când liniștea și pacea
Ți se aștern în brațe...

A fi poet e spirit
Ce nu e de vânzare,
Ci zâmbetul ce-i stare
Să crească a ta valoare

A fi poet e soare
În ploaie și noroaie,
Ca pași adânci să lase
Iubirea să o coase

A fi poet, în crânguri,
E urletul natângei,
Vieți ce se pierd adesea
În tot ce este fraged

A fi poet e vrere,
Să uiți de-a ta durere,
Să-nalți a ta iubire
În vrerea fericirii

A fi poet e toamnă
În frunzele ce cad,
În vară, primăvară,
Când florile se nasc!

Recomandare de carte

„Nu mă mai tem”

de Gabriela Dukanovic



Dumitru Constantin Dulcan, care a scris prefața cărții, spune: „*Gabriela Dukanovic vine cu o carte originală, deosebit de importantă, mai ales pentru momentul pe care îl traversează acum omenirea, având ca mesaj esențial edificarea unei lumi mai bune, fără ură și fără violență, motivată de respectul reciproc dintre semeni și de o iubire necondiționată.*”

Autoarea are „dialoguri” cu entități divine (Arhanghelul Mihai în special) care-i comunică diferite „învățăături” care au legătură cu experiențele de viață ale acesteia.

Iată ce precizează autoarea despre contraste și despre iertare:

„Terra nu este o planetă a binelui și a răului, ci a contrastelor, este doar un manual școlar din care omenirea își învață lecția. A sosit timpul să ierți – gândul din nou mi se adresează. Să ierți greșeala ce ai făcut, să ierți vina ce ai purtat și pe cei ce ai acuzat. Iartă tot și ține minte că Dumnezeu nu te-a învinuit niciodată, fiindcă nu te-a judecat vreodată. El te iubește așa cum ești – necondiționat!...”

Faptul că Divinitatea nu ne judecă și nici nu ne pedepsește vreodată, asta nu înseamnă că noi ar trebui să continuăm să greșim sau să păcătuim la nesfârșit. Trebuie să învățăm din propriile greșeli și cu fiecare greșeală-n parte să devenim mai înțelepți. Păcatul nu există, el este doar în mintea noastră, este iluzia care ne ajută să înțelegem Iubirea, iar Iertarea este calea care ne aduce la acest înțelegere!”

Referitor la religii diferite, credințe și forme de rugăciune în limbi diferite, despre entități divine numite diferit, autoarea redă ceea ce i s-a comunicat: „*Acolo unde există Iubire, întotdeauna există un Dumnezeu, indiferent de cum L-am numi, toți suntem copii Lui. Nu contează cărei religii aparținem. Nicio religie, cult sau credință nu este mai dreaptă, mai importantă sau mai valoroasă decât alta. În consecință, niciun om în ochii lui Dumnezeu nu este mai bun, mai iubit sau mai valoros decât altul. Fiecare religie, cult, credință, în care Iubirea este ingredientul de bază, trebuie respectată deoarece în esența ei se ascunde același Dumnezeu!*”

Autoarea povestește despre un înger care a ajutat-o într-un moment de izbeliște: „*El mi-a oferit numai atât cât am avut nevoie. Să trăiesc azi!*” Iată ce i-au comunicat aceștia (îngerii):

„Să crezi sau nu este o alegere pe care toți o faceți. Dacă e NU, așa va fi: noi suntem doar legende, povești închipuite, ce nici nu existăm, suntem năluci, iluzii, ficțiune... care, în tăcere, vă îndrumă, vă ajută sau vă salvează, chiar dacă nu este ales, noi tot cu voi suntem.

Dacă e DA, atunci vom fi ceea ce suntem, îngeri sau zâne, ființe vii, lumină sau culoare... ce întruchipează chip dorit atunci când e nevoie, care vorbesc, se adresează, cântă sau se arată, iar celui care spune da, realitate-i suntem!... Îngerii care sunt în cer sunt oameni pe Pământ!”

Sfatul autoarei care este primit tot de la îngeri, referitor la eventualul ajutor pe care aceștia pot să ni-l dea este următorul: „Nu judecați mâna care vi se întinde să vă ridicați fiindcă în spatele acelei mâini se află întotdeauna un înger. Nu ezitați să cereți ajutorul îngerilor, nu vă temeți, nu amânați și nu vă rușinați, fiindcă de aceea sunt creați, ei pentru noi există. Credeți în îngeri fiindcă minunile se întâmplă; Credeți în minuni fiindcă noi suntem minunea!”

În ceea ce privește credința în Divinitate și căutarea îndelungată a autoarei în a se lămuri în ce și cum să creadă ea conchide: „Am rătăcit căutându-L pe Dumnezeu în diferite locuri, lăcașuri sfinte, am venerat un Dumnezeu iluzoriu, un Dumnezeu umanizat, căruia mă adresam de parcă între mine și El ar fi existat o distanță imposibil de atins. Multă vreme L-am privit pe Dumnezeu într-un mod cu totul și cu totul greșit.

Conștientizând cătuși de puțin Divinul și încercând oarecum să-l descriu, îmi dau seama că este imposibil. Fiindcă nu pot să definesc Nedefinitul „nu pot să limitez Infinitul și nici să măsoz timpul care se scurge în Etern. Iar ceea ce simt în adâncul sufletului față de această entitate, care depășește chiar și gândul, nu poate fi transpus pe hârtie. Aceste sentimente sunt peste puterea mea de înțelegere, sunt dincolo de cuvinte, mă depășesc ca om, dar în același timp sunt conștientă de natură mea umană care are nevoie să raționalizeze trăirile, să le definească într-un anumit fel, să și le explice oarecum, fiindcă atâta timp cât respir, trăiesc, visez sau dorm îmbrăcată în haina umană, sunt OM și astfel sufletul meu învață, iar Spiritul evoluează”... Mai apoi, citând din Evanghelie, redă: „Dumnezeu este perfecțiunea de neatinși!”

În ceea ce privește Creația lui Dumnezeu, Pământul și Omenirea, autoarea consideră că viața noastră nu este un „dat” pe care-l primim și trebuie să-l „ducem”, ci noi suntem parte în desfășurarea vieții noastre:

„Toată durerea, suferința și neajunsurile pe care le întâmpinăm în viață sunt cauzate de ignoranța noastră fără limite. Nu vrem să vedem realitatea, să ne recunoaștem egoismul și nepăsarea, însă ne victimizăm dând vina pe așa-zisa soartă sau destin. Învăptăm Divinitatea, dar nu avem curajul să-i spunem pe nume.

Noi am ales să fim oameni, să ne naștem pe această planetă, noi ne alegem credința sau necredința, noi singuri ne alegem drumul în viață, chiar și sfârșitul ni-l alegem. Nu ne judecă nimeni și nici nu ne condamnă, ci ne trăim propriile alegeri. Noi trăim ceea ce gândim! Noi suntem creatorii acestei lumi și numai de noi depinde viitorul omenirii.

Cu toate că suntem Divinitatea întruchipată, nu avem dreptul să încălcăm libera alegere a nimănui. Fiecare ființă are dreptul să aleagă. Fiecare dimensiune, lume, are propriile sale reguli, valori etice și morale, propriile sale legi fizice.

Planeta Pământ este limitată de spațiu și timp. Noi suntem înfiniți și eterni și alegem să experimentăm limitele acestei lumi prin naștere și moarte, prin dualitate, prin prisma binelui și a răului, a luminii și a întunericului... Suntem aici să învățăm pentru a putea înțelege valoarea propriei esențe. Pentru a ajunge la această cunoaștere, avem nevoie de școala evoluției umane și spirituale.

Când și dacă Omenirea va reuși să se trezească la realitate, putem spune că am reușit să absolvim această școală. Dar asta nu înseamnă că evoluția noastră se termină aici! Din moment ce Divinitatea este nelimitată și evoluția este un proces continuu, fără de margini. Cum Dumnezeu este etern, de asemenea și noi suntem, cum de altfel și procesul evoluției este!”

Autoarea îl definește în modul propriu și pe opusul lui Dumnezeu numit sugestiv „Împăratul Întunericului”. Clarifică însă de la bun început: „Nimic nu există în afară de unul singur, și anume Dumnezeu.”

„Divinul ne-a dăruit dreptul la libera alegere, un dar neprețuit, însă acest dar este ca un cuțit cu două tășuri în mâna celui care nu este conștient de puterea și valoarea pe care le deține. Dat fiind faptul că în același timp noi suntem și creatorii propriei experiențe de viață, am ales să folosim acest dar de neprețuit împotriva noastră. Astfel l-am creat pe Împăratul Întunericului.

La baza existenței acestui Împărat întunecat stă TEAMA. Din teamă iau naștere toate răutățile din lume. Din teamă s-au născut egoismul, complexe, dependența, gelozia, ura, frustrarea, orgoliul, vanitatea, prejudecățile... Acestea sunt slăbiciunile Egoului nostru, slăbiciuni care, cu ajutorul liberei alegeri l-au creat pe dușmanul Domnului. În fiecare clipă hrănim și permitem acestei entități să crească și să ne înrobească inimile.

Cu ajutorul Divinității am reușit să-mi înving temerile, ceea ce mi-a permis să ating Iubirea necondiționată, Divinul, pe Dumnezeu. În zadar L-am căutat în mănăstiri, biserici, moschei, catedrale, fără a ști că El doarme în adâncul sufletului meu, trăiește și respiră în mine și nu în afara mea.

Noi trebuie să conștientizăm faptul că suntem limitați de un Ego și să-l acceptăm, nu să încercăm să-l distrugem, să-l îmbrățișăm și nu să-l respingem, fiindcă dacă nu ne acceptăm propria natură umană, atunci distrugem umanitatea din noi....

Și am reușit să găesc acel adevăr, adevăr care m-a învățat să-mi îmbrățișez durerea, suferința, patima, am descoperit lumina, lumina care radiază în fiecare emoție, sentiment... ființă.

În ochii lui Dumnezeu nu există rău sau bun fiindcă El vede numai ceea ce a fost creat, ceea ce este sfânt, etern, nelimitat, El vede doar Iubirea, se vede pe El însuși. Pentru a putea vedea frumusețea acestei lumi, avem nevoie să privim cu aceiași ochi cu care Dumnezeu ne privește pe noi, să căutăm în oameni lumina și adevărul și să ignorăm teama de care Ego-ul nostru suferă. Numai așa vom reuși să ne iubim unii pe alții și să trezim ceea ce doarme în adâncul nostru - Iubirea necondiționată!”

În ceea ce privește scopul nașterii noastre autoarea afirmă:

„Nimeni nu se naște din curiozitate, să vadă cum e să fii om sau cum e vremea pe Pământ, ci pentru a-și îndeplini misiunea, sarcina pe care și-a ales-o pentru a crește spiritual. Pentru a-și înălța conștiința la un nivel din ce în ce mai înalt de înțelegere, de cunoaștere, de înțelepciune, pentru a vibra din ce în ce mai intens, pentru a atinge iluminarea. Asta se numește evoluție. Ne încarnăm, ne naștem pentru a evolua. Acesta este idealul fiecăruia dintre noi....”

Iar în ceea ce privește Iubirea autoarea conchide:

„Iubirea este singura armă cu care putem învinge teama, respectiv răul. Numai prin Iubire putem trăi libertatea, putem depăși orice provocare a vieții, putem atinge și împlini și cea mai cruntă sau diabolică inimă de om. Și tot prin Iubire ajungem să ne acceptăm natura noastră umană și să-i înțelegem slăbiciunile... Iubirea înseamnă Libertate....”

Iubirea este cea care ne eliberează mintea de teamă și astfel ne putem percepe pe noi înșine așa cum suntem: sfinți, divini, desăvârșiți.

Libertatea este pașaportul nostru cu care putem traversa toate granițele și legile pe care Ego-ul sau lumea materială le stabilește. Libertatea ne permite să înțelegem că atât omenirea cât și Pământul fac parte din noi, iar noi suntem parte din Dumnezeu și nimic nu ne este străin, fiindcă tot ce există suntem noi. Când vom ajunge să înțelegem toate aceste lucruri, teama va dispărea și atunci vom percepe omniprezentul și fuziunea noastră cu Divinul.”

Recenzie realizată de
Carmen Claudia Morar

Anunțuri de interes general

1. **Cursul de Dans Energetic** este primul pas în asimilarea Dansului Energetic. Dansul energetic este o formă de terapie și antrenament creată cu scopul de a înnobila ființa umană pe nivele de conștiință din ce în ce mai înalte. Cursul de dans energetic poate fi parcurs de orice persoană interesată de programe de dezvoltare umană.

Găsiți mai multe detalii aici: academiaintegrativa.ro/dansul-energetic/

2. **Accesul în grupul Instructori în Dansul energetic**

Vă aducem la cunoștință faptul că în grupul de facebook **Instructori în Dansul Energetic** <https://www.facebook.com/groups/959237021143205> sunt acceptați toți cei care au parcurs prima etapă a cursului de dans energetic. Invitația poate fi trimisă de către instructorul de curs.

3. **Accesul în grupul Academia de Dans Energetic**

Grupul Academia de Dans Energetic este public. Vă invit să fiți membri în acestui grup, fiind deschis și altor persoane care doresc să ni se alăture

<https://www.facebook.com/groups/396386920951992/>

4. **Radio Terranova**

Acest post de radio a fost conceput cu scopul de a promova, în mod exclusiv, programele de dezvoltare umană pentru toate categoriile de ascultători.

Din 1 septembrie 2022, **Radio Terranova** a început să emită zilnic emisiuni în cadrul cărora se vor promova programe de dezvoltare personală și umană. De asemenea, pe întreg parcursul zilei, postul nostru de radio va emite muzică de înaltă ținută spirituală și socială.

Vă invităm cu bucurie să ascultați Radio Terranova accesând link-ul următor: radioterranova.ro/
Pentru dansul energetic, vom accesa muzica direct de la Radio Terranova.

Vă invităm în fiecare seară, de la ora 21:00, să practicăm dansul energetic la unison!

5. **Cursul de Alimentație Integrativă**

Pentru înscrierea la curs ne puteți scrie pe adresa de e-mail: coachingintegrativromania@gmail.com

Sau vă puteți înscrie folosind Formularul de înscriere la curs: <https://tinyurl.com/tner84zc>

Puteți găsi mai multe informații aici: academiaintegrativa.ro/contact/ tel: 0743 432 876.

6. **De vorbă cu cititorii**

Suntem deschiși să primim, cu bucurie, întrebările și sugestiile voastre în legătură cu temele abordate.

Vă așteptăm opiniile pe adresa de email: redactiaterranova@gmail.com

7. **Dragi instructori și practicanți ai dansului Energetic**

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

8. **Centrul de Dezvoltare Umană București** oferă o varietate de cursuri și terapii cu programare în funcție de programul tău: Dans Energetic, Terapie cu Biocurenți, Alimentație Integrativă, Cristale Maestru, Access Bars, Medicină Șamanică, Bowen, Biorezonanță. Facilitator: Steluța Florentina Stanciu, Terapeut & Formator holistic. Detalii și programări: telefon 0733 013 899.

Luni,
09 Ianuarie 2023

revista.academiateranova.ro



Codruța Prunariu



Roxana Cotigă



Rosemarie Bianca
Iordache



Alina Ramona Ene



Carmen Claudia Morar



Alina Secara

Echipa redacției:

Rosemarie Bianca Iordache – redactor
Carmen Claudia Morar – redactor (economic)
Alina Secara – redactor colaborator (alimentație)
Codruța Prunariu – redactor/corector
Alina Ramona Ene (poezie, proză)
Roxana Cotigă – redactor șef/editor/corector

Colaboratori:

Izabella Geapana - carieră/dezvoltare financiară, leadership
Gabriel Răducu Brătan – dezvoltare personală, cheile genelor, spiritualitate/vindecare interioară
Adriana Ionescu – Coach de sănătate
Grafică copertă – Călin Alexandru și Roxana Cotigă