



Lansare de
carte
Ioan Prisecaru

Balul
grupului de
Dans Energetic



Mărturie din Dansul
Energetic
Ioana Lăzărică

Conștiința vine,
conștiința pleacă!
Gabriel R. Brătan

Din tainele
sufletului meu
Luciana Prisecaru

Summitul Dansului Energetic
Interviu cu Agnes Szekeley



Titlurile ediției

Cuvânt, înainte!! - Roxana Mirela.....	2
Inspirația de azi: Respingere - Adriana Ionescu.....	3
Timpul trezirii – Gabriel R. Brătan.....	4
Merităm iubire! – Rosemarie B. Iordache.....	5
Dansul energetic în viața mea – relatare Ioana Lăzărică.....	6
Interviu cu Agnes Szekeley (Summitul de dans energetic).....	8
Gândirea vindecătoare – lansare de carte Ioan Prisecaru.....	12
Balul grupului de Dans Energetic.....	15
Din tainele sufletului meu – Luciana Prisecaru.....	18
Vremea cosmică – Gabriel R. Brătan.....	21
Pauza pentru reflecție.....	22
7 lucruri care ne afectează frecvența vibratorie.....	23
Conștiința vine, conștiința pleacă!.....	24
Sănătatea stă în palmele noastre! – Mariana Leta.....	25
Creație și poezie: Mesajul din sticlă – Alina Ramona Ene.....	26
Ghidul – Carmen Claudia Morar.....	27
Porția de poezie – Roxana Mirela.....	28
Iertare că am uitat, că nu știu! - Aida MariC.....	28
Recomandare de carte.....	29
Anunțuri de interes general.....	31



Foto: Oliwer

CUVÂNT, ÎNAINTE!...

Bine v-am regăsit, dragii mei!

Vă îmbrățișez și vă invit să intrați pe porțile acestei ediții ale Revistei Terranova și să culegeți, ca dintr-o grădină îmbelșugată, toate resursele, ideile, informațiile și toată lumina benefică ființelor voastre, care să vă servească spre evoluție, contemplare, inspirație și entuziasm pe mai departe, în călătoria voastră!

În acest sens v-am pregătit subiecte care să vă atingă atât latura umană, sufletul, cât și spiritul, conștiința și tot ceea ce ține de latura spirituală a vieții.



V-am creat acest spațiu propice pentru a le permite celor care doresc să împărtășească din experiențele lor de viață ca, astfel, să ajungă la voi aceste „nestemate”, aceste esențe de ființă, care să vă inspire și să vă susțină în ceea ce doriți și aveți nevoie pe viitor....

Așadar, simțiți-vă în interiorul vostru abundent, plini de daruri, de esențe creatoare, de iubire, de seninătate și îmbrățișați această stare ori de câte ori conștientizați că v-ați îndepărtat de la calea voastră, de la starea de bine care ne este naturală tuturor!!

Lăsându-vă purtați de această stare înaltă din punct de vedere vibrațional, intrați în acel flux al vieții în care totul se întâmplă ușor, frumos și în armonie cu ființa voastră și cu ceea ce sunteți pregătiți să experimentați!

„Starea de bine este posibilă în măsura în care cineva și-a depășit narcisismul; în măsura în care cineva este deschis, receptiv, sensibil, treaz, liber....

Bunăstarea înseamnă, în cele din urmă, să-ți pierzi egoul, să renunți la lăcomie, să încetezi să alergi după conservarea și mărirea egoului, a fi și a-ți experimenta sinele în actul de a fi, nu în a avea, a păstra, a râvni, a folosi!...”

Erich Fromm

Roxana Mirela

Redactor șef Revista Terranova

INSPIRAȚIA DE AZI: RESPINGERE

Astăzi este despre a te accepta pe tine însuși (însăși) așa cum ești!

Dacă cineva sau ceva nu ți se pare potrivit pentru tine, pune atenția pe **forța ta interioară** pentru a merge mai departe. Nu accepta niciodată mai puțin decât simți că meriți!

Nu ai nevoie de aprobarea altor persoane ca să-ți valideze valoarea! Ai parcurs un drum în viața ta până acum în care ai învățat, ai reușit și ai crescut... Amintește-ți că toată puterea vine din esența ta spirituală!

Întrebare personală:

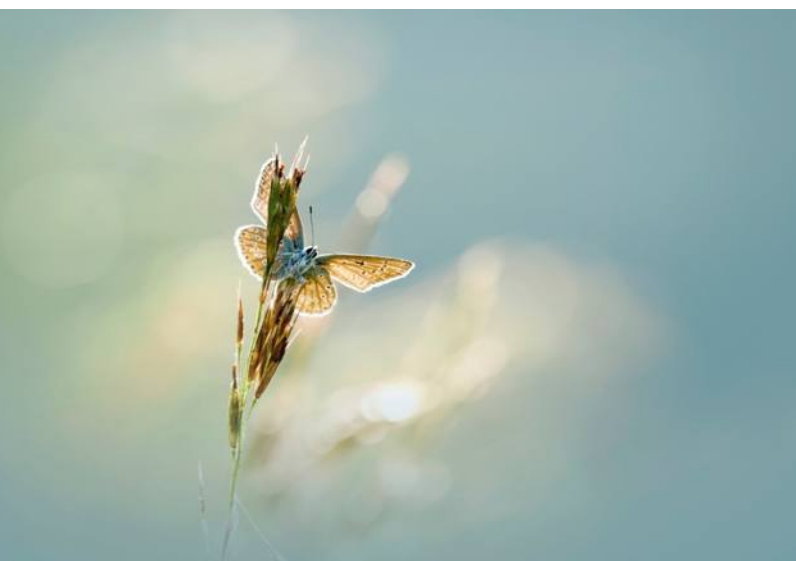
„Care este motivul pentru care mă afectează respingerea celui alt? Mă compar cu mine sau cu ceilalți? Lucrez cu sau împotriva situațiilor din viața mea?”

Imaginează-te îmbrăiat(ă) în cea mai frumoasă lumină sidefie! Ea curăță toate reziduurile tale interioare.

Curăță toată rezistența ta mentală! Toate convingerile tale limitative... Toate acestea se topesc în lumina sidefie.

Pentru a integra mai bine ceea ce simți, fă următoarea afirmație:

„Sunt suficient(ă)! Nu am nevoie de binecuvântările sau opiniile altor oameni pentru a înflori. Sunt perfect(ă) pentru momentul acum. Sunt bine ancorat(ă) în centrul ființei mele și în spațiul vieții mele.”



Adriana Ionescu

Coach de sănătate și nutriție

Foto: word stock images

TIMPUL TREZIRII



Binecuvântează cu lumină și iubire
Sufletul neamului Românesc, pământul sfânt al
României și pe toți românii de pretutindeni!
Este timpul să ne aducem aminte cine suntem
și de ce ne-am născut aici, pe pământ românesc;
este timpul să ne unim în cuvânt, gând, simțire,
faptă și să devenim UNUL!

Dragi români, oriunde ați fi, trimiteți un
prinos de recunoștință, pace și iubire
pământului pe ale cărui rădăcini ați prins putere
și viață!

Totul prinde viață atunci când ești iubit
și iubești.... și noi suntem iubiți! S-au deschis
porțile cerului.... totul se înfăptuiește dacă
avem curajul de A FACE ȘI NU A AȘTEPTA
SĂ SE ÎNTÂMPLE CEVA....

Noi suntem roțile care facem să se învârtă roata
vieții, noi suntem creatorii prezentului și al
viitorului! TREZIREA!

Iubind, trăind în pace, în adevăr și
armonie cu noi, cu cei din jurul nostru, cu
natura, cu strămoșii noștri și cu întregul, putem

schimba sistemul de valori. Cad valurile,
dragilor... unul câte unul!

Este atâta durere și suferință pe toate
palierurile vieții, încât ne simțim șterși ca un
burete. Da, este adevărat!..... Lăsați-o să iasă la
suprafață!... cu cât conștientizăm mai mult și
intrăm în ACCEPTARE, cu atât mai mult
devenim conștienți de ceea ce suntem și am
venit să facem și să creăm...

Noul Rai pe pământul fertil al trupului,
minții și al sufletului nostru, al mamei Terra și
al întregului.

Este timpul să ne împuternicim și să
lăsăm energiile creatoare de viață și frumusețe
din noi să ne deschidă și să ne traseze drumul
iubirii, al păcii, al fraternității!

Există o singură cale de mijloc, calea inimii!...

Vă aștept cu multă dragoste!

Jana Ilie

MERITĂM IUBIRE!

Majoritatea oamenilor nu se simt iubiți într-o relație și tocmai de aceea majoritatea oamenilor care trăiesc împreună vă vor spune „Nu există iubire. Este doar emoția inițială, apoi totul se stinge.” Oamenii nu cred în dragoste pentru că nu au fost niciodată iubiți cu adevărat.

S-a întâmplat ca doi oameni au simțit nevoia de a fi împreună, nevoia fizică, nevoia emoțională, presiunea colegilor sau orice altă nevoie.

Primele săptămâni sunt bune pentru că totul se simte grozav la început, eforturile, lucrurile romantice, săruturile și sexul. Dar când acea perioadă a lunii de miere se termină, realitatea te lovește ca o palmă. Simți doar că ești într-o relație. Dar nu simți că ești îndrăgostit. Nu simți că ești iubit. Nu mai simți scânteia.

Și nu numesc astfel de relații o poveste de dragoste. Nu! A fost doar o aventură, chiar dacă sunteți împreună de ani de zile, chiar dacă sunteți căsătoriți. Este doar să stai împreună, să locuiești împreună, să vorbești, să ieșiți și să faceți sex din când în când.

Și, din păcate, pentru majoritatea oamenilor, aceasta este suficient de bună pentru a fi o poveste de dragoste. Dar nu este dragoste! E doar o aventură care a durat câteva săptămâni, iar mai târziu s-a stins. Amândoi ați devenit prea mulțumiți. Amândoi ați intrat în zona voastră de confort. Amândoi ați fost prea leneși să cereți chiar mai mult.

„E în regulă! Se întâmplă așa cu toată lumea. Prietenul meu mi-a povestit... la fel.”



Așa ne convingem să rămânem în viață în relații Moarte!

Trebuie să fie aceeași dragoste în ochii tăi când vă uitați unul la altul. Trebuie să fie aceeași căldură atunci când vă îmbrățișați! Trebuie să fie ceva magie în acel sărut. Și nu mi spune că e doar în cărți. Vă voi arăta o sută de cupluri bătrâne care sunt încă îndrăgostite nebunește unul de celălalt, chiar și atunci când nu pot sta în picioare, fără să tremure.

Dar încă se țin de mână. Încă se sărută cu buzele acelea crăpate de pe pielea aceea veche și ridată. Au ținut focul viu. E real. Oamenii rămân îndrăgostiți. Doar că nu vrei să crezi....

Tu ești cel care trebuie să se trezească... Tu ești cel care mai trebuie să ceară iubire. Tu ești cel care trebuie să realizezi că meriți să te simți iubit, zilnic!

Rosemarie B. Iordache

Foto: Roxana Mirela

DANSUL ENERGETIC ÎN VIAȚA MEA

Relatare Ioana Lăzărică



Mă numesc Ioana Lăzărică, am 60 de ani și sunt din Brăila. Acum 3 ani, în iunie 2020, am primit un diagnostic grav – cancer de ovare și metastază la plămâni, gradul 4. Mărturisesc că am avut un șoc atunci, am trecut printr-o operație complicată, apoi am făcut chimioterapie 1 an și 3 luni, iar după o pauză de 3 luni, am reluat setul de 3 citostatice pentru că a recidivat.

Am pus intenția în Univers să vină la mine tot ceea ce am nevoie pentru a ieși din această situație și am avut parte de ajutoare din toate părțile. Am intrat în grupuri și am făcut cursuri de dezvoltare personală, terapii și am aflat, astfel, cauzele îmbolnăvirii și eliberarea traumelor.

Acum 1 an eram în grupul Aidei Câmpeanu și având-o invitată într-o seară pe Luciana Prisecaru, am aflat de Dansul energetic. M-am înscris la curs chiar dacă în acel moment eram mai mult la pat... Am

început cu ce am putut face din poziția culcat, iar după un timp, am putut practica dansul la marginea patului.

Ca acum să pot dansa în picioare... Mi-au fost de ajutor și dansurile la unison cu Luciana!

Apoi m-a invitat cineva să particip la dansurile la unison ghidate de Nicoleta Selestă, astfel practicam în fiecare seară, iar acest lucru m-a ajutat foarte mult!

Am intrat și la întâlnirile de marți organizate de Mihaela Nică, la întâlnirile cu promotorii de joi cu Nicoleta Selestă, chiar dacă nu întotdeauna funcționa bine internetul.

Bineînțeles, a început apoi Summitul de dans energetic care a fost exact pe nevoile mele!

Această comunitate mi-a dat forța de a merge mai departe, am avut conștientizări multiple și am simțit că pe zi ce trece mă simt din ce în ce mai bine. Recomand dansul energetic tuturor celor care simt că nu știu încotro să se îndrepte și au nevoie de o ghidare!

Luciana Prisecaru ne susține în fiecare seară cu recomandări de dansuri, muzică, și ne întâlnim săptămânal pentru dansul la unison. Am fost invitată și la Camelia Irina Pop din Anglia, care face dans energetic la unison online, seara, mai târziu. Apoi, duminică, am participat și la Ana Luncă pentru dansul bucuriei. Toate acestea m-au ajutat să depășesc situațiile destul de grele prin care am trecut. Menționez că am făcut și ședințe, terapii și cursuri de vindecare, de exemplu Călătoria de Brandon Base, Terapia Tetha healing cu Monalisa Tomșa, metoda Sedona de echilibrare interioară conștientă, frecvențe reconective, etc.

Toate acestea mi-au fost oferite prin gloria lui Dumnezeu! Menționez că unele

cursuri au fost cu plată, iar fetele din grup m-au ajutat.

Înainte voiam să fie totul bine, să fie toți mulțumiți, iar pentru mine nu făceam nimic. Acum a fost momentul să mă întorc la mine, așa că am binecuvântat această situație pentru că mi-a arătat calea cea bună.

Nimic din ceea ce conta înainte nu mai contează acum, totul este într-o lumină nouă și benefică pentru sufletul meu! Mulțumesc cu recunoștință Universului și lui Dumnezeu pentru darul vieții, pentru toate darurile lui, pentru toate ființele pe care le-am cunoscut și pentru șansa pe care mi-a oferit-o ca să-mi îndeplinesc misiunea pe care a ales-o sufletul meu!



Acum că s-a deschis un Centru de dezvoltare umană și dans energetic la Brăila, cel al Tianei, un suflet minunat, pot practica și fizic dansul energetic. Este o energie benefică și minunată pe care nu o poți descrie în cuvinte.

Îmi mulțumesc fiindcă mi-am dat voie! Mulțumesc că exist! Mulțumesc că ești! Mulțumesc tuturor, dar în special domnului Ioan Prisecaru pentru tot ceea ce ne transmite

și ne ghidează pe drumul vieții! Mulțumesc, mulțumesc, mulțumesc!

Îi mulțumesc și doamnei Carmen Morar, redactor la Revista Terranova, pentru posibilitatea de a împărtăși experiența mea și felul cum m-a ajutat dansul energetic!

Mulțumesc Mihaelei Nică pentru că a avut ideea de a spune povestea mea! Și mulțumesc și pentru Summitul dansului energetic, astfel mai multă lume va putea beneficia de efectele practicării lui!

Mulțumesc mentorilor mei din această viață: Aida, Luciana, Nicoleta, Mihaela, Elena și Tiana!

Realizator: ***Carmen Claudia Morar***

Redactare Roxana Mirela

INTERVIU CU AGNES SZEKELEY

*Participant activ
la Summitul de Dans Energetic*



Comunitatea Terranova a relansat summitul de dans energetic început în luna februarie 2023, prin inițiativa Mihaelei Nică și cu susținerea domnului Ioan Prisecaru. Participanții sunt instructori de dans energetic, practicanți mai vechi sau mai noi și sunt de asemenea persoane care au intrat în această comunitate din curiozitate, la recomandarea unor prieteni sau cunoscuți.

Printre instructorii de dans energetic care au predat și urmează să predea în timpul summitului se numără și Agnes Szekeley. Agnes face parte și din echipa de coordonare a summitului, fiind în multe seri o gazdă încântătoare.

Redactor Carmen Claudia Morar:
Bun găsit, Agnes Szekeley! Vă mulțumesc pentru această deschidere și pentru că ați

acceptat invitația noastră de a vă cunoaște mai bine ca ființă, dar și de a ne împărtăși câteva informații despre dvs., cât și despre experiența dvs. cu dansul energetic, în acest scurt interviu!

Doresc să începem această discuție prin a vă ruga să vă faceți în câteva cuvinte o scurtă prezentare, să ne împărtășiți despre activitățile dvs. curente și profesia pe care o practicați!

Agnes Szekeley: Salutul meu este de bucurie și prețuire către voi!

Sunt bucuroasă și recunoscătoare că pot să împărtășesc câteva fragmente din viața mea.

Călătoria mea a început la vârsta de 19 ani, când am părăsit casa părintească. Nu știam unde voi ajunge, ce se va întâmpla cu mine, doar „Făt frumos din lacrimă” ca în povești, m-a adus în București, într-o perioadă nu tocmai favorabilă, urmând „Revoluția”. Această căsătorie nu a durat mult, nu mă regăseam în ea, ulterior după o altă încercare mi-am dat seama că eu plecasem de acasă ca să îl caut pe tatăl meu. În fiecare partener căutam ceva ce ar fi putut să îmi ofere tata, dar nu a fost așa.

Am realizat că sunt o fire independentă, puternică, viața mi-a arătat acest lucru, eu nu credeam asta despre mine, dar un singur lucru credeam cu ardoare: că Dumnezeu îmi este alături în orice moment și îmi călăuzește pașii. Cu cât începeam să lucrez cu mine, cu atât înțelegeam ce se petrece cu mine și mă descopeream.

Domeniul frumuseții nu a venit întâmplător spre mine, a venit să mă șlefuiască, să scoată la suprafață acea blândețe din mine, pe care era nevoie să o dăruiesc și să o simtă fiecare persoană cu care lucram prin atingere și prin tot ceea ce ofeream. O simplă atingere și un zâmbet, uneori poate însemna cât 100 de cuvinte, atunci când sunt dăruite cu iubire! Eu asta făceam.

Inconștient eu îngrijeam pielea sub toate aspectele sale la un alt nivel decât cosmetică, asta m-a condus mai aproape față de persoanele cu care veneam în contact și lucram. Era minunat pentru mine când observam că reușeam să schimb starea multor persoane prin tot ceea ce eram și ofeream.

Redactor: Cum a început povestea dvs. pe această cale a cunoașterii și dezvoltării ființei? Ce alte pregătiri ați mai făcut în domeniul dezvoltării personale?

Agnes Szekeley: Simțind acest lucru, că pot să dăruiesc mai mult, am început să investesc în mine, în cursuri de dezvoltare personală, lectură, mă lăsam ghidată de puterea Divină, el pregătea calea cu lecțiile pe care era nevoie să le parcurg și treptele pe care trebuia să le urc.

Lucrând cu omul, era nevoie să îmi ridic vibrația în permanență pentru a fi eu în echilibru cu mine, în folosul celor din jurul meu. Așa am îmbrățișat terapia Acces Bars, pe care am îndrăgit-o, o practic și în prezent, în paralel cu cosmetica, astfel persoana care vine la mine beneficiază de o terapie de înfrumusețare și echilibrare la nivel emoțional.

Dezvoltarea mea personală, a început cu Constelațiile familiale, pe urmă am venit în contact cu energia cristalelor, a uleiurilor esențiale. Acestea au avut un rol important în viața mea, mă pregăteau să fac următorul pas, astfel am îmbrățișat instrumentele extraordinare din Acces Consciousness, iar împreună cu instrumentele din coaching și NLP, au deschis porțile spre o nouă cunoaștere, spre dansul energetic, împreună formând un tot unitar.

Drumul nu a fost tocmai ușor, dar tot ceea ce am parcurs, parcă era necesar să filtrez prin propria mea persoană, prin puterea Divină

eram propria mea călăuză. Astfel în momentul de față am reușit să îmi conturez activitatea pe trei segmente importante: frumusețea prin tratamentele de îngrijire a tenului, partea de echilibrare emoțională la nivel energetic prin terapia Access Bars, procesele de corp susținute prin sesiuni de coaching și nu în ultimul rând Dansul energetic, care cuprinde atât frumusețe cât și echilibrare pe cele trei planuri: trup, suflet și spirit.

Redactor: Ce v-a adus în această lume a dansului energetic și ce înseamnă acest instrument/terapie pentru dvs.? Cu ce considerați că v-ați înnoit ca și ființă de când practicați dansul energetic?

Agnes Szekeley: Fiind o căutătoare de nou și în permanență în creștere și dezvoltare, simțeam că ceva e nevoie să schimb și să trec la un alt nivel. Serviciul de terapeut cât și cel de estetician era restrâns, se lucrează unul la unul, iar eu îmi doream să lucrez și cu grupuri restrânse. Simțeam că trebuia să îmi redirecționez energia către mai multe persoane în același timp, iar dansul energetic a venit la mine pentru că în subconștientul meu el exista deja, dar nu îi cunoșteam manifestarea.

După ce am parcurs cursul, am devenit instructor de dans energetic. La primul dans, dansul liber, care se face în primul modul, am primit cel mai frumos dar de la univers, un dar de la suflet la suflet, atunci când sufletul meu a dansat pentru prima oară cu sufletul tatălui meu (pe el îl pierdusem mult prea devreme, la vârsta de 7 ani) care a venit într-o lumină să îmi ofere acest dar.

Redactor: După părerea dvs. care ar fi câteva argumente pentru care oamenii ar alege dansul energetic ca un nou mod de viață?

Agnes Szekeley: După părerea mea dansul energetic este cea mai simplă metodă,

terapie prin care persoana primește darurile de care are nevoie, atingând o treaptă importantă pe calea conștiinței. Viața se transformă, se schimbă pe cele trei planuri, te apropii de sufletul tău, începi să te cunoști, începi să înveți cum să crești sănătos psihic și emoțional pentru a te bucura de darurile vieții tale.



Dansul energetic venind în viața mea mi-a amintit ce daruri se găsesc în subconștientul meu. Practicând zilnic și conștient poți să îți îmbunătățești starea de spirit, tu devii o altă energie pentru ceilalți. Cei din jurul meu au observat asta, trec mai ușor peste anumite stări care uneori vin să mai aducă anumite lecții, experiențe de învățat și de trecut, dar pe acestea deja reușesc să le gestionez cu mai multă blândețe și iubire. Prin asta devii parcă un magnet pentru persoanele care rezonază cu tine!

Practicând zilnic poți să îți înfrumusețezi viața, trupul, întreaga ta ființă, prin mișcare îți echilibrezi energia din întreaga ființă și te apropii mai ușor de sufletul tău.

Atunci când ai o durere la nivel fizic, sufletul tău suferă, el undeva în trecutul tău nu a primit suficiente resurse de iubire și trebuie

să te oprești cu blândețe să îi oferi, vorbind și conectându-te cu corpul tău.

Pentru ca oamenii să îmbrățișeze dansul energetic este nevoie în primul rând de deschidere, chiar dacă nu crezi la început în beneficiile acestei terapii, este important să continui, practicând fiecare în ritmul lui, energia se amplifică, se schimbă, iar procesul de vindecare al fiecăruia se produce în scurt timp. Eu îl recomand cu dragă inimă! Orice e posibil, doar să te deschizi și să fii! Oferă-ți acest cadou și viața ta se va schimba! Beneficiile le culegi atunci când te antrenezi constant, iar rezultatele nu întârzie să apară.

Redactor: Ce planuri aveți în acest domeniu pentru răspândirea cunoștințelor dobândite prin dans energetic cât și din alte domenii adiacente? Care este motivația dvs. de a continua pe drumul dezvoltării și creșterii personale, dar și de a-i ajuta pe ceilalți să se desăvârșească?

Agnes Szekeley: Acțiunile mele cu privire la dansul energetic deja au început. Mi-am format un grup al meu personal pe care doresc să îl cresc. În interiorul acestui grup ne antrenăm săptămânal, începutul merge mai lent, dar, pas cu pas, aduc idei noi pentru susținere, pentru a-i educa din toate resursele pe care le dețin.

Dansul energetic este structura de bază și pe el construiesc și susțin prin tot ceea ce știu. Mă pregătesc continuu!... Ca să oferi, mereu este nevoie să te pregătești. Intenționez să țin ateliere pe diferite teme și cursuri de dans energetic chiar fizic pentru cei care sunt din București.

Visul meu ca și proiect pentru următoarea perioadă este de a îmbina frumusețea prin dansul energetic, care ne

modelează atât de frumos trupul cât și îl menține sănătos.

Redactor: Cum decurge o zi din viața dvs.? Ce pasiuni aveți care vă încântă sufletul?...

Agnes Szekeley: Pasiunea mea vine din frumos și din plăcerea de a lucra cu omul. Pe lângă asta pot să amintesc plimbările în natură, muntele mă fascinează mai mult decât marea, posibil fiind un semn de pământ, sunt atrasă mai mult de asta, îmi place mult să citesc tot ce ține de dezvoltare personală, cât și de domeniul frumuseții.

Îmi place muzica, să ascult, să o trăiesc și să o cânt. Îmi place să dansez, iar dansul energetic a venit ca un balsam în viața mea, el îmi oferă liniște, calm, bună dispoziție, corpul meu răspunde minunat și prinde un contur foarte fain, toate acestea îmi aduc satisfacția cea mai mare: că pot să ofer și celor din jurul meu.

Fiecare zi din viața mea este diferită! Atunci când lucrez la cabinet urmez un program de care mă țin, înainte de a-mi începe activitatea, mă pregătesc, îmi ofer o stare de bine prin ritualul meu de îngrijire zilnică pentru a fi în forma optimă, îmi aranjez spațiul pentru a fi îmbietor cu o atmosferă caldă și primitoare, conducându-te în povestea ta minunată atunci când îmi treci pragul cabinetului. Toată pregătirea aceasta o fac cu bucurie și iubire prin darul de a oferi și a primi!

Redactor: Vă rog să împărtășiți cititorilor noștri o „perlă de înțelepciune” culeasă din propria experiență de viață pentru a o înmulți și pentru a o dăruia mai departe! Poate fi o meditație, un motto, o rugăciune.

Agnes Szekeley: O perlă a înțelepciunii ar fi: frumusețea prinde aripi atunci când ea izvorăște din interiorul tău, resursele tale interioare o susțin pe întreaga ta viață.

Cu fiecare ocazie manifestă înțelegere și bunăvoință!

Începe fiecare zi având recunoștința pe buze, adevăr în minte și speranță în inimă! Și încheie fiecare zi reflectând la faptele și motivațiile tale, astfel încât să crești neconținut în credință, iubire și speranță, după voia lui Dumnezeu!

Spre încheiere, câteva cuvinte de recunoștință aș dori să adaug, privitor la ce înseamnă Summitul pentru mine. *Summitul de Dans Energetic* este un eveniment cu o conexiune de mare anvergură prin care se creează legături trainice pe tot globul pământesc, el prinde viață prin tot ceea ce noi reușim să manifestăm și să dăruim.

Este un dar prețios primit de la persoana care l-a creat, Ioan Prisecaru. Acest dar al lui ne susține să ducem pe mai departe această lucrare pe care fiecare dintre noi poate să o cuprindă în viața sa. Oamenii care aleg să crească prin acest dar dețin o altă valoare care le îmbunătățește atât viața lor cât și a celorlalți.

Pentru mine a deschis noi orizonturi și o conexiune mai profundă cu alte persoane pentru creșterea și dezvoltarea mea și pentru acest lucru sunt infinit recunoscătoare!

Realizator interviu:
Carmen Claudia Morar,
editare Roxana Mirela
iunie 2023

GÂNDIREA VINDECĂTOARE

Ești TU, steaua care-a RĂSĂRIT,
Un suflet se înalță către cer...
Dacă timpul s-a oprit,
În eternitate vreau să sper!...

În nopți voi plânge,
În zori, VOI ÎNVINGE
Cu iubirea mea!...
Și iarăși voi zbura!!...

Am început această relatare fredonând aceste versuri care ajung la suflet, onorându-l astfel pe Laurențiu Cazan, cel care a deschis seara lansării cărților autorului Ioan Prisecaru, marți, 6 iunie, orele 18:00, la Sala Dalles din București.

Am fost prezentă la această minunată lansare împreună cu echipa Academiei Terranova. Au fost lansate două cărți: „Condimentarea creativă” și „Puterea cunoașterii” (revizuite și adăugite).

Domnul Ioan Prisecaru ne-a vorbit foarte frumos și pe înțelesul tuturor despre puterea și importanța plantelor, reamintindu-ne rolul benefic al condimentelor în viața noastră.

Ne-a povestit cum a început să scrie cartea „*Condimentarea creativă*”, inspirat fiind de mâncarea orientală, puternic aromată și condimentată (găsiți această istorisire și multe alte informații despre activitățile desfășurate pe blogul său (ioanprisecaru.ro)).



Ne-a făcut să realizăm că oricare ar fi preparatul din farfurie, dacă acesta nu este aromat, condimentat după preferința noastră, acesta nu are niciun gust!

Eu am făcut o paralelă cu viața însăși! Aceasta este necesar să fie „condimentată” cu bucurie, voie bună, oameni frumoși, cunoștințe noi, informații care să ne susțină evoluția și, bineînțeles... cu o muzică înălțătoare alături, care să ne hrănească și spiritul!

Exact cum s-a petrecut la această întâlnire! Fiecare dintre participanții la lansarea minunatelor cărți a primit acest pachet de momente frumos orchestrate pentru a fi spre folosul și beneficiul ființei, ca întreg.

Invitatul de onoare al conferinței a fost domnul profesor doctor Dumitru Constantin Dulcan, care a susținut cele spuse de autorul cărților, adăugând, ca de fiecare dată, informații utile și benefice oamenilor despre



dezvoltarea și îmbunătățirea vieții și conștiinței umane.

Acesta ne-a îndemnat la iertare, înțelegere între semeni, iubire, la folosirea cuvântului în favoarea, nu împotriva noastră, amintindu-ne că noi înșine suntem creații de lumină, o lumină condensată în materie, din sursa primordială, care este la rândul ei, lumină și iubire! Ce minunății de ființe suntem!...



Sala Dalles a fost plină de oameni care doresc și urmăresc să se îmbunătățească ca ființe și să-și creeze o viață împlinitoare pe toate planurile: uman, sufletesc și spiritual. M-am bucurat să întrezăresc în privirile lor speranță, bucurie, entuziasm și multă dorință de autodepășire și evoluție.

Despre Laurențiu Cazan și momentul muzical pe care l-a pregătit am numai cuvinte de admirație și recunoștință!

Nu eram o fană a acestui interpret dar, de astă dată, lăsându-mă purtată pe aripile melodiilor sale, am descoperit o lume plină de iubire, speranță și dor! Un dor de infinit, de sublim, de frumos!... Nu ar mai fi plecat din fața publicului care îl aclama cu entuziasm!.. Mii de aplauze și urări de bine și din partea noastră!



După conferință, publicul a rămas pentru autografe, discuții și fotografii cu protagoniștii evenimentului, iar noi, echipa Terranova de la București, am socializat și ne-am bucurat de compania plăcută a colegilor de la Iași și Craiova.

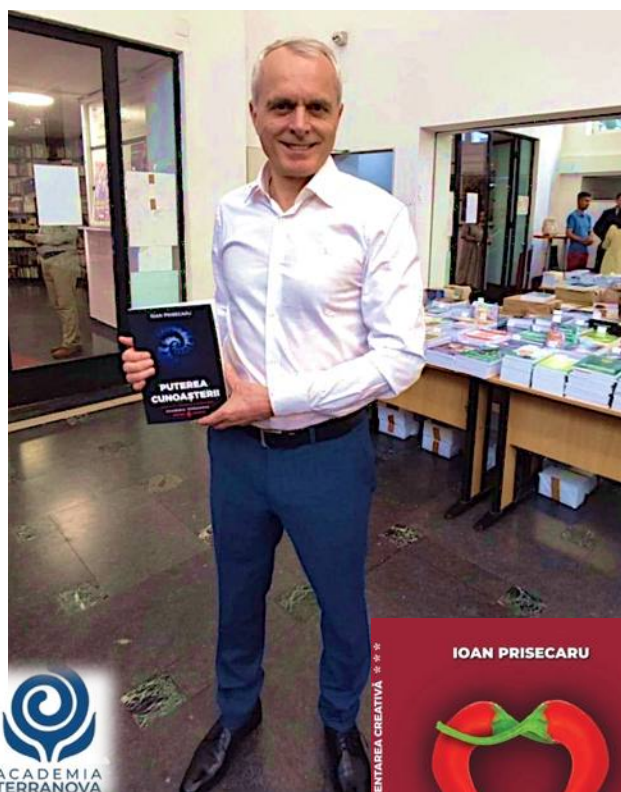


Cu această ocazie, aș dori să le mulțumesc colegilor din echipa Academiei Terranova pentru implicare, profesionalism și empatie față de toți cei cu care au avut contact!

Eu consider că încă există speranța de mai bine într-o lume în care putem fi binevoitori și recunoscători unii altora pentru ceea ce trăim și învățăm împreună.

Vreau să mulțumesc cu o reală și sinceră recunoștință tuturor ființelor prezente la această întâlnire culturală și de dezvoltare umană! Mulțumesc domnului profesor dr. Constantin Dulcan pentru că nu a renunțat să ne povățuiască de bine prin cunoașterea sa pe care o pune la dispoziția tuturor cu multă dăruire de sine, clipă de clipă!...

Îi mulțumesc, de asemenea, domnului Prisecaru pentru puterea de a cuprinde și de a atrage atâția oameni laolaltă și de a-i susține atât dedicându-și timpul și resursele, cât și ajutându-i și ghidându-i spre „o viață mai bună și împlinitoare”, cum bine spune dumnealui.



Așadar, aș putea spune că a fost o seară *condimentată creativ*, fiind îmbinate, într-o armonie desăvârșită, cunoașterea, condimentele, muzica bună, oamenii entuziaști și nu în ultimul rând, zâmbetele prietenoase ale colegilor din echipă, realizând că am luat parte cu toții la un eveniment memorabil!

După această întâlnire a sufletelor am plecat spre casă la pas, cu aroma teilor înfloriți adiindu-mi prin plete, bucuroasă, binedispusă, energizată, încântată și recunoscătoare pentru tot ceea ce am văzut, am simțit și am primit la această întâlnire, fredonând în gând minunatele versuri, încheind astfel, într-o simetrie perfectă, o seară plină de magie!...

E-un vis, e-o minune
S-alerg doar cu tine,
Să nu m-ascund
De ploaie sau vânt...

...Un vis, o minune!...

Pentru cine dorește să comande cărțile, iată site-ul editurii unde puteți face comandă!

<https://www.edituradharana.ro/>

Relatare – **Roxana Mirela**

<https://www.facebook.com/rox.cotiga>

ZIUA BALULUI GRUPULUI DE DANS ENERGETIC



„Leagă-te la ochi și lasă inima să vadă!”

Am să descriu un moment despre care ne vom aminti mereu cu bucurie: ziua balului! Cum, care bal? Ziua Balului grupului de Dans energetic!

Ne-am întâlnit, veniți din toate zărilor și țările să sărbătorim, să ne sărbătorim!... Și da, a fost mare sărbătoare! Cum am fost așteptați? Cu o imensă bucurie ne-am așteptat unii pe alții căci ne văzuserăm doar în online cei mai mulți dintre noi nu și în realitate... și voiam să ne strângem în brațe, să ne simțim sufletul căci noi cu asta ne ocupăm: să strângem oamenii în brațe, să-i învățăm dans energetic și mai ales să nu lăsăm să se piardă omenia, dragostea de oameni și dorința de într-ajutorare! Da, cu asta ne ocupăm: cu creșterea vibrației prin practicarea dansului energetic care duce la vioiciune, rezolvarea unor probleme de sănătate, crearea unei stări de bine aproape instant și, mai cu seamă, creșterea înțelegerii și iertării față de semenii noștri. Ce le am spus celor care au venit:

BUN VENIT, OM MINUNAT!
Te așteptam cu liliac și povești

De oriunde vii și oricine ești!
Să dansăm și să credem întruna:
Cu Spiritul nostru Divin suntem una!
Ne-am întâlnit ca, dansând împreună,
Să facem o Lume mai bună..!

A fost ziua în care i-am iubit pe toți participanții! Mi se păreau toți frumoși, atenți, comunicativi. Ne-am bucurat toți, absolut toți, unii de prezența celorlalți. A fost ca și când s-a reîntregit o familie, o familie mare de oameni frumoși!

A fost ca atunci când nu știi că-ți lipsește ceva! Apoi, realizezi că ești întregit având acești oameni aproape, mult mai aproape. Am ajuns din colaboratori, prieteni cu cei mai mulți, având încrederea că ne vom sprijini atât la evenimente plăcute, cât și la evenimentele de viață mai dificile care nu ocolesc pe nimeni!



Domnul Ioan Prisecaru a vorbit în deschidere, cu mult drag, căci el și-a dorit cel mai mult să ne vadă împreună! A vorbit succint, dar noi am știut că e fericit: ne-am adunat practicanții de dans energetic din toată țara și din alte țări să punctăm un moment minunat în creșterea noastră: crearea

Summitului de dans energetic în România, un grup de peste 700 de participanți.

Dumnealui știa că între noi se vor crea legături durabile de colaborare și prietenie fiindcă cei din fața lui sunt o parte din cei care vor aduce lumina și bucuria în sufletele multor oameni prin practica pe care o desfășoară!



S-au adunat coordonatorii de summit din România, Spania, Anglia, Italia, Franța... Domnul Ioan și-a făcut timp și a discutat cu fiecare în parte. A vrut să-i cunoască mai bine și mai ales să știe ce necesități sau dorințe are fiecare dintre aceștia. Le-a dat îndrumări și sfaturi pentru organizarea și creșterea activității acestora în fiecare loc și țară se află.



Deja s-au organizat summituri în limba engleză, italiană, spaniolă și urmează să se organizeze și în alte limbi de circulație.

A ținut un discurs și organizatorul balului: Elena Dumitru, un om cu suflet mare care s-a străduit și a reușit să organizeze o mândrețe de bal. Elena s-a asigurat, de asemenea, să ne simțim bine pe tot parcursul desfășurării balului, în legătură cu mâncarea, muzica și atmosfera!

A vorbit de asemenea și Mihaela Nică, cea care este organizatoarea Summitului de Dans energetic din România.

Cea mai mare parte din timp am socializat unii cu alții, bucuroși să ne cunoaștem pentru că ne știam cu mulți doar din postări pe internet sau din cadrul expunerilor în cadrul summitului.

Oamenii s-au deschis și au comunicat impactul dansurilor asupra lor, ce învățăminte au tras și ce evenimente au trăit. Am făcut poze împreună ca să imortalizăm momentul, am dansat tot felul de dansuri: de la dansuri populare, la dansuri pe muzică disco.



Ne-au încântat cu muzica lor minunată Ileana Șipoteanu și Dragoș Bădoi, doi artiști minunați! Însă cel mai „tare” dans a fost dansul abundenței pe care l-a dansat toată sala: cu



măinile sus, fiind recunoscători universului pentru belșug pe toate planurile!

Energia emanată a atins cote maxime! Toată lumea a fost bine dispusă: nu era nimeni trist și nimeni nu a stat prea mult pe scaun.

Toți eram pe ringul de dans: să dansăm, să ne bucurăm, să ne strângem în brațe...

S-au legat cunoștințe, prietenii, s-au format grupuri de colaborare... așadar lucrurile vor evolua spre binele tuturor! Rămânem în legătură cu toți participanții și rămânem cu amintirea unei serii de neuitat!

Mulțumim Ioan Prisecaru, fondatorul dansului energetic! Mulțumim pentru cartea *Dansul energetic* și pentru toate cărțile care ne-au adus împreună și care ne-au deschis noi perspective asupra vieții! Mulțumim Elena Dumitru, organizatorul acestui minunat eveniment!

Mulțumim Mihaela Nică pentru că ai inițiat acest summit care a adunat cea mai mare parte a instructorilor de dans energetic, dar și oameni obișnuiți care participă pentru că și-au dat seama cât de bine se simt după o seară de dans energetic!



Participând la asemenea evenimente am reînvățat ce înseamnă comunitatea și să prețuim oamenii. Am constatat cu plăcută surprindere cu cât drag și generozitate ne împărtășesc cunoștințele. Am reînvățat că emoția, bucuria proprie, este mult mai mare atunci când reușim să-i facem și pe alții fericiți!

Iată ce poate să realizeze o tehnică spirituală cum este dansul energetic: „*Meditația, rugăciunea și alte practici spirituale pot oferi experiența directă a interconexiunii vieții.*”



La un anumit nivel, suntem cu toții separați și detașați unii de alții. Tu ești tu, iar eu sunt eu....

La un alt nivel, practicile spirituale realizate la un nivel îndeajuns de profund, ne îngăduie să experimentăm faptul că facem parte din ceva mult mai mare, care ne interconectează, indiferent ce nume i-am da... Suntem parte din, nu doar departe de oricine și orice. Suntem acea Parte! În acest context, iubirea nu este ceva ce obținem, ci despre ceea ce suntem!”.

Relatare realizată de
Carmen Claudia Morar

DIN TAINELE SUFLETULUI MEU

Reflecție asupra relației
mamă-copil (de la nașterea propriu-zisă
până la maturitate)



Venirea pe lume a unui prunc este o binecuvântare, însă ce se întâmplă acolo unde copilul nu este dorit, ce evoluție au acești copii nedoriți, cum sunt percepuți, rămâne totuși un mister pentru multe persoane. De aici și confuziile, conflictele între mamă-copil; învinuiri, nemulțumiri, judecată, pedeapsă, răzbunare și lista ar putea continua...

Atomul germinal este o memorie fabuloasă pe care Suflarea Divină a sădit-o, apoi a dezvoltat-o în sufletele pe care le-a creat. Acest atom este rezumatul originii noastre, la care se adaugă multitudinea de experiențe trăite de-a lungul timpului. Adevăratul atom germinal se multiplică de câte ori eul o cere pentru a se întrupa. Există astfel un atom germinal al corpului fizic, apoi un altul al

corpului eteric, al corpului emoțional și unul pentru fiecare manifestare a personalității. Fiecare dintre ei acumulează informații și devine din ce în ce mai încărcat pe măsura fiecărei existențe. Toți atomii germinali și toate amintirile lor se unesc pentru ca noi să devenim ceea ce vom fi. Astfel, ceea ce pe pământ este numit „memorie celulară” reprezintă de fapt rezultatul datelor acumulate de atomul germinal fizic și de atomul germinal spiritual. Memoria noastră celulară înmagazinează tot pe parcursul dezvoltării noastre.

Acum aș vrea să precizez câteva idei importante despre bebelușul care urmează să se nască. Un nou-născut nu poate fi mințit, el simte totul prin vibrațiile care îl înconjoară. Bebelușul știe exact ora și data la care va veni în viața aceasta (există îngeri care se ocupă de acest lucru). Un aspect important este și puritatea dragostei părinților care determină drumul ce i se deschide înainte bebelușului. În fiecare prunc, la naștere, există un cutău cu amintiri. Acolo stau ascunse angoasele (umilință, culpabilitate, ranchiună, etc.) Este importantă dezamorsarea sursei de violență și agresivitate. Un aspect foarte important pe care nu prea îl cunosc mamele este că bebelușul ne transmite după naștere toată iubirea și lumina lui, astfel își ajută mama să treacă mai ușor peste orice suferință a nașterii, însă acest lucru se produce atunci când mama vorbește cu nou-născutul.

Este doar în mintea noastră că el fiind atât de mic nu poate înțelege... el știe absolut totul despre viitorii părinți. Bebelușul cunoaște inclusiv faptul că boala de care suferim cu toții este egoismul. Mama și copilul comunică pe principiul vaselor comunicante. Copilul simte inclusiv o boală care este prezentă în corpul mamei.

Poate v-ați întrebat adesea oare de ce vine un copil cu diverse probleme acolo într-o familie unde totul pare frumos și armonios? Oare de ce acolo unde există părinți intelectuali, cu roluri și funcții înalte, vine un copil care, în timp, se droghează sau devine delincvent? Ei bine copilul alege acest cuplu pentru a da lecții acestor părinți, însă are în vedere și creșterea lui spirituală. Totul este legat printr-un contract karmic între ei.

Referindu-mă acum la ceea ce am trăit eu și am experimentat de-a lungul vieții, cu privire la relația dintre mine și fiica mea, pot spune că am perceput încă de la naștere tot ceea ce copilul meu dorea să-mi transmită. Eram atentă la toate gesturile ei, furiile ei, stările nervoase, dar și lumina pe care o emana prin ochi. Am știut de la naștere că acest copil a venit în viața mea să-mi ofere ceea ce eu aveam nevoie pentru desăvârșirea mea.

Pot să vă spun că, încă de când era micuță, îmi dădea niște lecții de viață care atunci m-au pus pe gânduri.... și m-am întrebat, oare cum un copil de 6-7 ani poate să facă diferența între ceea ce atragem bun în viața noastră și ceea ce atragem rău?

Am căutat să fiu foarte atentă la evoluția ei, am urmărit din umbră (întotdeauna din umbră), lăsându-i liberul arbitru, având libertatea să aleagă. Am constatat că niciodată nu dorea să facă rău cuiva, chiar dacă în timp mai crescuse. Începusem să fac mai des introspecție și să comunic cu lumea mea interioară, de unde primeam toate răspunsurile.

Pe când se afla în perioada liceului, am învățat de la ea, cea mai grea „lecție de viață”: lecția iertării! Mai devreme sau mai târziu cu toții ajungem la nivelul de conștientizare, poate chiar de acceptare, însă mulți se împotmolesc

la „lecția iertării”, pentru că este cea mai grea lecție de pe pământ!

Odată ce am depășit această lecție, totul vine cu ușurință către noi. Ce am mai constatat? Tot ceea ce vine prin copiii noștri, respectiv conflicte între părinte-copil, limbaj verbal tendențios, respingere, opoziție, etc., vine pentru că acei părinți s-au îndepărtat cu mult de lumina din interiorul lor, rățesc pe căi greșite și iată că Dumnezeu ne salvează prin aceste suflețe care vin să ne învețe întotdeauna ceva.

Dacă suntem atenți la cauza care produce conflictele dintre cele două părți, vom simți cum să găsim soluția să ieșim și să nu mai repetăm. Între mamă și copil există toată viața o legătură viscerală! Tot ceea ce creează neplăcut un copil pentru părinte este pentru că părintele are de vindecă ceva în interiorul său.

Când am constatat acest lucru, în urmă cu foarte mulți ani și am intrat într-un proces de transformare, am obținut rezultate de-a dreptul miraculoase. Fiind permanent în conexiune cu lumea mea interioară, respectiv intuiția, mi-a fost foarte ușor să depășesc repede aceste dimensiuni ale frecvențelor cu energie joasă.

Vreau să vă relatez un aspect, care presupune un nivel superior de înțelegere, pe care puțini părinți îl ating, sau poate niciodată în această viață. Pe măsură ce noi evoluăm spiritual și învățăm cum să respectăm legile spirituale, vom vedea că între părinte-copil se dezvoltă capacități de adaptare la o dimensiune spirituală înaltă, de unde ne alimentăm fiecare la nivel de suflet, din acea lumină-iubire necondiționată care vine de la Dumnezeu.

Când ajungem pe acea frecvență înaltă de înțelepciune, între mamă-copil apare stadiul de detașare, respectiv comunicăm la nivel telepativ, nemaifiind necesară comunicarea verbală atât de prezentă.

Acest lucru nu înseamnă nicidecum că nu mă interesează de copilul meu, nu înseamnă că nu vreau sau că nu avem ce vorbi.... nici pe departe, ci înseamnă că între noi s-au dezvoltat acele simțuri din starea latentă, care ne permit acum să știm una de cealaltă prin aceste capacități. De pildă, închid ochii și mă gândesc la ea... o simt ce face, o simt dacă îi este bine... iar ea îmi va simți iubirea maternă pe care i-o transmit.

Această iubire necondiționată pe care i-o trimit zilnic, îi asigură tot necesarul de elemente constructive pentru acea zi și nu numai. Deseori stau de vorbă cu ea și vorbim despre astfel de capacități, care țin de lumea astrală. Între noi există o înțelegere de ordin astral. Vreau să precizez un alt aspect important din viața unui părinte, NU creați atașamente față de copiii voștri! Mi-am dat seama de acest aspect atunci când mi-am învățat lecțiile de viață primite de la ea. Ce se întâmplă practic atunci? În momentul în care cunoaștem scopul pentru care copilul/copiii vin în viața noastră, noi trebuie să-i predăm UNIVERSULUI atotputernic. Astfel am primit prin intuiție această informație magică și am procesat-o mental timp de vreme îndelungată pentru a înțelege toate caracteristicile care au construit acest demers.

Când am perceput foarte bine acest lucru, toate informațiile suplimentare mi-au venit de la îngeri prin diverse revelații și flash-uri. Astfel înțelegem că respectivul copil și-a îndeplinit scopul pentru care „a ales” să vină în viața noastră și astfel noi îi redăm LIBERTATEA. Acea libertate care îi aparține prin drept divin. De aici încolo el va ști/cunoaște că prin acest liber arbitru care îi aparține își va duce Misiunea Divină mai departe. Scopul nu este totuna cu misiunea!

De aceea, dragii mei, unii copii ating de tineri starea de fericire, starea de beatitudine... Evident că vorbim aici în primul rând despre copiii care vin la un nivel înalt de înțelepciune. Știm că sufletul are cinci niveluri de evoluție pe care le traversăm în vieți diferite, până urcăm spre desăvârșire.

Și fiindcă tot m-am dat pe mine ca exemplu în acest material, mă voi raporta tot la situația mea în continuare deoarece sunt foarte diferite situațiile, în funcție de procesul de evoluție al fiecărui om. Din momentul în care predăm universului copilul, viața lui capătă un nou sens, acela de creștere spirituală pentru el. În viața noastră (eu cu fiica) conlucrăm la binele colectiv. Se produc niște salturi mărețe la nivel de conștiință, ne lăsăm conduse de inimă și totul pare a se desprinde dintr-un alt univers. Vedem părțile frumoase ale vieții și căutăm să construim o lume frumoasă în jurul nostru.

De aici, viața noastră o punem în mâinile Maicii Domnului și dorim să participăm la o lume mai bună, astfel atunci când ne va surprinde „trecerea” dintre vieți să o facem conștient și cu sufletul curat, să plecăm fiecare cu cât mai multe amintiri emoționante, cu cât mai multe bucurii în inimă și, dacă se poate, să ne eliberăm sufletul în această viață de tot ceea ce nu ne aparține.

Vă las acum un mesaj de cugetare...
*„ISTORIA NE VA JUDECA DUPĂ
DIFERENȚA PE CARE O FACEM ÎN VIAȚA
DE ZI CU ZI A COPIILOR.” - Nelson Mandela*

*Iubiți-vă copiii și ascultați-i, ei nu se
pot manifesta mai frumos decât în iubire!*

Cu drag și recunoștință vă transmise
*Un om care a ales să trăiască liber și
conștient - Luciana Prisecaru*

VREMEA COSMICĂ



Salutări și bine ne regăsim!

Să povestim puțin despre tranzitul Cheii Genelor numărul 8! Ea are ca umbră Mediocritatea, ca Dar – Stilul, iar ca Siddhi – Splendoarea.

Frica de a fi tu însuși ar putea fi un titlu pentru partea de umbră. Pentru că la un moment dat, pe drumul spre maturitate, pierdem contactul cu ființa interioară, cu autenticitatea noastră. O dăm la schimb pentru ce observăm că merge, pentru acest fel de profit.

Această cheie vine și ne întreabă care ne este relația cu autenticitatea noastră? Eu recunosc că de multe ori o înghit și îmi este teamă să o manifest pe aceasta. Am mecanisme de protecție care încă sunt active și își fac datoria.

Însă am și momente splendide în care mă pot deschide să fiu eu, alături de oamenii lângă care mă simt în siguranță și mă bucur de acele momente.

Iar acest lucru este un aspect al splendorii – deschiderea și curajul de a ne deschide.

Splendoare este atunci când avem curajul să lăsam zidurile jos, așa cum ne spune Orlando Stoicescu în calendarul cu Cheile Genelor. Și sunt în acord cu asta.

Momentele frumoase apar atunci când avem curajul și susținerea de a ne deschide să fim noi înșine. Deci este important să vedem și mediul în care ne vine ușor a ne deschide.

Un alt aspect al acestei umbre este rebelul fără cauză și se referă mai mult la cum ne comportăm în mintea noastră atunci când dăm de greu. Este important să începem să observăm locurile și momentele unde ne vine să ne răzvrătim și să ne dăm seama că pierdem multă energie pe acolo.

Personal, mă răzvrătesc atunci când cineva vine spre mine cu furie și mi se pare că sunt nedreptățit, atunci îmi este greu să mă abțin din a mă victimiza în felul acesta. Însă este un antrenament. În general, mă răzvrătesc pentru a nu da ochii cu rana ce s-a activat în mine însumi.

Dar sunt diferite moduri în care se poate manifesta această umbră și recomandarea este să fim atenți la dinamica pe care aceasta le are pentru fiecare, căci suntem unici.

Stilul – Îndrăzneala de a fi tu însuși

Pentru a accesa acest dar este nevoie să venim în contact cu simțirea și implicit, să coborâm treptat zidurile de protecție. Să ne abordăm cu blândețe rănilor și diversele frici care ne maschează manifestarea creativă și autentică. Știi tu, nodul acela din gât când ai vrea să cânti ceva. Exemplele sunt multe, fiecare știe mai bine care sunt „dopurile” sale.

Însă avem momente când ne deschidem și poate ne ia prin surprindere când se întâmplă asta. Este important să cultivăm aceste momente de deschidere! Viața ne poate invita

la a ne deschide și la a ne observa talentele „ascunse” ca să zic așa.

Un alt domeniu de interes pentru acest *Dar* este frica, cea care ne blochează. Avem multă frică inconștientă în sistem și în ADN. Dacă nu mă crezi, încearcă să faci câțiva pași în direcția viselor tale și vei vedea cum aceasta se activează.

Această frică ne menține în frecvența de compromis și trăim vieți călduțe, dar care nu ne hrănesc cu adevărat, parcă nu este cum știm că ar putea să fie. Mai ales în zilele noastre unde e mai dificil să trăiești fără un job, iar de obicei joburile nu sunt făcute pentru a fi mulate pe nevoile individuale autentice. Iar aici, Viața vine din nou și ne invită la adaptare. Este de datoria noastră să ne împlinim, măcar cât de cât, nevoile autentice, așa cum putem. Putem, deci, folosi energia rebeliunii pentru a o canaliza către adaptare.

Mai este posibil ca în această perioadă să fim motivați spre a mai face un mic pas spre manifestarea viziunii noastre interioare. Îți doresc curaj, așa cum îmi doresc și mie, dacă va fi cazul!

În încheiere, este o perioadă bună de a ne depăși un pic limitele și fricile, de a avea curajul de a ne asculta și poate chiar manifesta autenticitatea și de ce nu, să avem un pic mai multă încredere în noi, în oameni, în Viață și chiar în limitările noastre!

Gabriel R. Brătan

Pauza pentru **reflecție!**...



„Ca să transformăm lumea, trebuie să începem cu noi înșine; și ceea ce este important atunci când începem cu noi înșine, este intenția.

Intenția trebuie să fie aceea de a ne înțelege pe noi înșine și nu de a-i lăsa pe alții să ne transforme, fie printr-o revoluție de dreapta sau de stânga.

Trebuie să înțelegem că schimbarea este responsabilitatea mea și a ta!...”

Jiddu Krishnamurti

7 LUCRURI CARE NE AFECTEAZĂ FRECVENȚA VIBRATORIE



Vibrația în fizica cuantică înseamnă că totul este energie. Suntem ființe care vibrează la anumite frecvențe. Fiecare vibrație este echivalentă cu un sentiment și în lumea „vibrațională”, există doar două tipuri de vibrații: pozitive și negative. Orice sentiment te face să emiți o vibrație care poate fi pozitivă sau negativă.

Gândurile. Fiecare gând emite o frecvență către Univers și frecvența respectivă revine la origine, atunci în cazul în care ai gânduri negative de descurajare, tristețe, furie, frică, este tot ceea ce îți revine. De aceea este important ca tu să ai grijă de calitatea gândurilor tale și să înveți să cultivi gânduri mai pozitive!

Companiile. Oamenii din jurul tău îți influențează direct frecvența vibrațională. Dacă te înconjoari de oameni fericiți, pozitivi, hotărâți, vei intra în acea vibrație. Dacă te înconjoari de oameni care se plâng, pesimiști, este posibil să îți scadă frecvența și, în consecință, să te împiedice să faci ca Legea Atracției să funcționeze în favoarea ta.

Muzica. Muzica este foarte puternică. Dacă asculți doar muzică care vorbește despre moarte, trădare, tristețe, abandon, toate acestea

vor interfera cu ceea ce vibrezi. Acordă atenție versurilor muzicii pe care o asculți deoarece aceasta îți poate reduce frecvența vibrațională. Și ține minte: atragi în viața ta exact ceea ce vibrezi.

Lucrurile pe care le vezi. Când vizionezi emisiuni care abordează nenorocirea, moartea, trădarea etc. creierul tău acceptă asta ca realitate și eliberează o chimie întreagă în corpul tău, determinând frecvența ta vibrațională să fie afectată. Vezi lucruri care îți fac bine și te ajută să vibrezi la o frecvență mai mare.

Mediul. Indiferent dacă ești acasă sau la serviciu, dacă petreci multă vreme într-un mediu dezordonat și dezorganizat îți va afecta și frecvența vibrațională. Îmbunătățește ceea ce este în jurul tău, organizează și curăță mediul. Arată Universului că ești apt să primești mult mai mult. Ai grijă de ceea ce ai deja!

Cuvântul. Dacă de obicei te plângi sau vorbești rău despre lucruri și oameni, acest lucru îți afectează frecvența vibrațională. Pentru a-ți menține frecvența ridicată, este esențial să elimini obiceiul de a te plânge și a vorbi rău despre ceilalți. Deci, evită să faci drame și să te victimizezi. Asumă-ți responsabilitatea pentru alegerile vieții tale!

Recunoștința. Recunoștința influențează pozitiv frecvența vibrațională. Acesta este un obicei pe care ar trebui să-l încorporezi în viața ta chiar acum. Începe să mulțumești pentru toate: lucruri bune și cele pe care le consideri că nu sunt bune, mulțumește pentru toate experiențele pe care le-ai trăit. Recunoștința deschide porțile pentru ca lucrurile bune să curgă în viața noastră!

Sursa: **Planeta Pământ și Curiozitățile ei**
Redactare Roxana Mirela

CONȘTIENȚA VINE, CONȘTIENȚA PLEACĂ!

Nu putem fi lucizi și conștienți tot timpul, vor fi momente când o s-o mai dăm în bară, când vom reveni fără a ne da seama în comportamente, moduri de a fi și a acționa care ne sunt în detriment. Poate uităm să ne respectăm limitele sau să ne ascultăm nevoile, cine știe, există multe moduri în care se poate manifesta acest „dat în bară”.

Aceasta este superficialitatea, uneori ne prindem, alteori nu, și nici nu învățăm mare lucru din experiențele noastre și este nevoie să trecem prin aceleași tipare în repetate rânduri, până când începem să integrăm ce este nevoie să integrăm.



Nu este nimic greșit în asta și nu înseamnă că suntem stricați! Este pur și simplu nivelul de evoluție la care ne aflăm acum. Rasa umană se bazează în mare parte pe gândire, pe minte, pentru a opera în această realitate.

Am putea spune, ca în cartea Cheile Genelor, că evoluția VREA să trecem prin această fază superficială de a fi.

Deci conștienta vine și conștienta pleacă! Uneori suntem super prezenți și conectați, de neînvinși, alteori ne dăm cu stângul în dreptul, ne împiedicăm de aceeași bordură de care ne-am împiedicat de atâtea ori. Este ok și normal să fie așa.

Dar ce putem face pentru a aduce cât mai multă conștientă în sinea noastră și în viața noastră, este să o cultivăm. Cum o cultivăm? Richard Rudd, autorul cărții „Cheile genelor”, ne spune în contemplarea sa audio că ne putem simplifica viața, putem menține ordine cât de cât în spațiile unde ne petrecem timpul, să luăm pauze pentru a fi pur și simplu.

Richard Rudd adaugă că activitatea lui favorită pentru a cultiva Conștienta și Prezența este preparatul și băutul de ceai. Pentru mine funcționează foarte bine scrisul. Orice activitate care te infuzează cu Prezență, te scoate din grijile de zi cu zi și te ajută să te cunoști și înțelegi mai bine, este o activitate prin care cultivi Prezența și Conștienta.

O astfel de activitate, menținută și îngrijită în timp, îți va aduce beneficii profunde și nebanuite, dar și adevărata Putere, aceea de a te cunoaște pe tine însuși.

Nu există timp mai bun decât acum pentru a începe să cultivi Prezența, așa că, ce mai aștepți!?

Gabriel R. Brătan

Sursă foto: word stock images

SĂNĂTATEA STĂ ÎN PALMELE NOASTRE!

O metodă simplă de autoajutorare ușor de aplicat de oricine este „sensibilizarea mâinilor”.

Totul începe în centrul palmelor, unde există câte un centru energetic secundar, care are legătură cu centrul energetic aflat în creștetului capului numit Sahashrara, prin care absorbim cea mai bună energie din Cosmos, de la Divinitate.

La persoanele dreptace, centrul din palma dreaptă emite un flux de energie, legat direct de fluxul din creștet, iar centrul din palma stângă absoarbe un flux energetic aproximativ egal cu cel emis de centrul din palma dreaptă.



Închizi ochii, te relaxezi, se freacă ambele palme până la încălzire, se coboară cu ele în zona ombilicului, se apropie și se îndepărtează palmele de la 5 la 20 cm, iar apoi pe o distanță din ce în ce mai mare.

După o perioadă, palmele devin din ce în ce mai sensibile. Din când în când este util să frecăm palmele pentru încălzire, activând astfel și energia din centri palmelor și cel din creștetul capului. După care putem folosi energia din palme pentru vindecare palpând zonele dureroase (capul, genunchii, coatele și întregul corp).

Cu cât se practică mai des, cu atât veți simți mai profund vindecarea și starea de bine!

Mariana Leta

MESAJUL DIN STICLĂ



Peste mări, câmpii și grinduri, în vremurile în care era mai mereu vară, trăia un popor al apelor. În goana lor prin lume au ajuns pe un țărm de mare și, urcând pe lângă maluri, spre nord, au găsit un pământ fertil, o deltă plină de pește, unde apele puteau să îi hrănească pe ei și pe urmașii lor. Atunci s-au oprit și și-au așezat tabăra și urmau să populeze această deltă care îi va pune mult la încercare.

Eșuate crâmpie de albastru, pe plaja vieții unde cântecul măiestru al fetei acompaniată de o mandolină răsuna în tăcerea nopții lângă focul unde se încălzeau de obicei atât cât să le fie confortabil în aerul rece al iernii. Casele lor erau apropiate și erau făcute din stuf, iar acoperișurile asemenea.

Căldura din vocea Elenei și vinul pe care îl serviseră îi făcea pe cei din mica așezare să se simtă în al nouălea cer. Elena avea părul castaniu cu reflexii roșcate și buzele carnoase, iar ochii bărbaților coborau spre mandolină atât cât să descopere și formele ce se zăreau pe sub

ia cusută cu felurite flori de culoare albastră și roșie.

Emoția pe care o transmitea era despre adâncul apelor în care vietățile deltei și oamenii își găsiseră sfârșitul. Era o poveste despre trei frați care au găsit un mesaj într-o sticlă și au pornit prin deltă să încerce să salveze o fecioară ce se pierduse pe un grind și care tânjea după căldura sufletească.

Cântecul fetei era despre povestea vieții celor trei frați care, nu demult, ieșiseră la pescuit cu barca pe canalele pline de nuferi și stuf, iar pe ape plutea o sticlă de culoare verde.

- Uite, Iosif, o sticlă plutește în aval și cred că are în ea un mesaj, spuse Toma prinzând cu năvodul sticla. Andrei, cel de-al treilea frate se pregătea să o deschidă, dopul fusese ceruit, pe semne că ascundea un mesaj important.

- Haideți să încercăm să o deschidem diseară când ajungem acasă, să fim mai liniștiți și să putem să citim mesajul fără să îl pierdem cumva pe ape, spuse Iosif primul frate care avea ochii verzi și o barbă care îl făcea să pară mai matur, deși era cel mai mic dintre frați.

Ajungând pe înserate la casa lor din pământ și-au făcut focul în vatra ce le ținea atât de cald, cât și îi ajuta să își gătească mâncare, după o zi plină de aventură în care vânaseră doi iepuri.

Acum fiecare își făcea de lucru, Iosif jupuia pielea de pe iepuri, Toma făcea focul, iar Andrei curăța oala în care urma să își gătească o tocană gustoasă.

În același timp toți trei se gândeau la mesajul din sticlă, dar nu puteau decât să își continue treaba și să poată apoi să mănânce și să se odihnească.

S-au așezat la masă spunând rugăciunea care îi apăra mereu de gânduri și le aducea lumină în suflete și speranță.

- Cine vrea să citească mesajul din sticlă?... întrebă Toma.

- Speri să fie cumva harta unei comori?... spuse Andrei.



- O să-l deschid eu, spuse Iosif! Și fără să mai stea pe gânduri a tăiat dopul cu cuțitul, iar sulul din interior era într-adevăr o hartă și câteva însemnări despre locul unde se pare că s-ar fi petrecut o poveste de viață și unde cineva avea nevoie de ajutor.

- Credeți că putem să ajutăm noi ? asta pentru că mesajul se pare că ne-a găsit... spuse Toma... să fie credința în oameni încă un foc care arde în pieptul unora.

S-au dus să se odihnească fiecare în colțul lui de odaie, sperând ca noaptea să le fie un sfetnic bun și visele să le aducă în suflet puterea să meargă spre calea ce le era hărăzită, iar omenia să le fie sprijin în această călătorie.

Alina Ramona Ene

GHIDUL

Carmen Claudia Morar

*A venit la mine
Și mi-a spus
Să nu mai bat
La porți închise!..
Să caut din capăt
Oameni care, c-un surâs,
Și-o vorbă de bine
Desfac orice lacăt!
Ți-arată drumul
Ce poate l-ai uitat,
Ridică fumul
De pe vise
Și te-ndeamnă:
Mergi înainte!
Fără teamă!*



Foto: Carmen Claudia Morar

PORȚIA DE POEZIE

Tu, suflet!...

Roxana Mirela

*Tu, sufletul pur,
Umple-te de iubirea dinăuntru!...
O cupă plină ochi
Să dea pe-afară,
Iar cel ce e-nsetat
Să-și amintească, iară
Să nu mai stea la rând
Și să nu ceară
Căci are-o cupă proprie
Într-însul!...*



<https://www.facebook.com/portiadepoezie>
<https://www.facebook.com/portiadeculoare>

IERTARE CĂ AM UITAT... CĂ NU ȘTIU!

Aida MariC

*Iubire, iartă-mă
Că am uitat să iubesc!
Speranță, iartă-mă!
Că am uitat să sper...
Viață, iartă-mă!
Că am uitat să trăiesc!*

*Iubire, iartă-mă!
Că nu știu să iubesc,
Speranță, iartă-mă!
Că nu știu să sper,
Viață, iartă-mă!
Că nu știu să trăiesc...*

*Iubire, Speranță, Viață,
Amintiți-mi că
am uitat și nu știu,
dar că voi mă știți
Nu ați uitat,
Și mă IUBIȚI!...*



RECOMANDARE DE CARTE

Rubrică realizată de Roxana Mirela

GRAȚIA DE FIECARE ZI

Speră, găsește iertarea și săvârșește miracole
de **Marianne Williamson**

„Oamenii ar putea trăi în abundență și pace, viața ar putea fi un dans continuu de armonie pentru toată lumea. Odată ce suntem pregătiți să acceptăm o astfel de viziune și să o considerăm posibilă – pentru că, în Dumnezeu, totul este posibil – atunci viețile noastre vor deveni canale prin care viziunea se va manifesta.

Este doar o lipsă a imaginației noastre, ce ne ține legați de tiparele de limitare și frică.

De fiecare dată când zidurile dintre noi se topesc, lumea este mai aproape de momentul reunirii inimilor, scopul mistic al existenței umane.

Puterile noastre spirituale ne dau posibilitatea uriașă de a schimba lumea. Putem să ne imaginăm orice lume dorim, putem deveni oamenii care să creeze această lume și ne putem asocia cu ceilalți pentru a o materializa.

Milioane dintre noi înțeleg că suntem cu toții Una. Pe măsură ce obținem o pace mai adâncă în fiecare dintre noi, oriunde ne-am afla, realitatea păcii devine mai probabilă peste tot. Putem înconjura lumea cu un câmp de pace atât de puternic, încât ceea ce e de vibrație mai joasă, ura și frica să se dizolve în prezența lui.

Oamenii ar putea trăi în abundență și pace, viața ar putea fi un dans continuu de armonie pentru toată lumea.

Pacea e mai mult decât absența războiului – este prezența păcii, o stare pozitivă de A Fi, care este proclamată de înfrățire, dreptate și Iubire. În prezența ei, tot ceea ce înseamnă separare nu mai are forță să crească.



De aceea, adevărul despre Unitatea noastră întru Spirit, ca și credința în acest adevăr, venită din adâncul inimilor noastre, reprezintă răspunsul suprem al tuturor problemelor lumii. La nivelul realității spirituale, nici unul dintre noi nu există separat. Suntem cu toții Una. Corpul prezintă diferențe, Spiritul nu.

Comuniunea care apare atunci când ne dăm seama că suntem cu toții Una, este comunicarea care trece dincolo de o simplă

alianță sau tratat. Ea apare dintr-o cunoaștere din inimă, care transformă mintea. Ieșind din adâncul nostru, îi atinge pe ceilalți în același loc. Și astfel, ce a fost rupt, va fi reparat.

Până când nu vom atinge acel loc din interiorul nostru unde ne identificăm cu ceilalți, neținând cont de alte diferențe, vom perpetua lipsa de armonie.

Cu Iubire în inimi, putem depăși întreaga conștiință bazată pe frică, vom făuri un nou câmp al posibilităților umane, în care va fi pace și armonie.

Vom face chiar mai mult decât să iubim: ne vom contopi Iubirea și o vom canaliza. Ne vom uni resursele de iertare, imaginație și grație – astfel că bătăile multor inimi de pe glob vor intra într-un tipar profund de rezonanță energetică. Vom forma o comunitate de conștiință – o Iubire colectivă – acesta e următorul pas în călătoria noastră evolutivă.

Dumnezeu ne așteaptă să spunem DA Iubirii. Astfel se va izbăvi lumea – când vom ieși din toropeală, din lipsa de credință și îndoială și vom crea lumea pentru care ne-am născut ca să o creăm.

Când ne vom aminti ce reprezentăm noi unul pentru celălalt, o grație plină de respect va umple cerurile și ne va inunda inimile. Căci noi suntem celălalt. Suntem cu toții Una.”



CITEȘTE!
Cărților Nu Li Se Pierde
SEMNALUL!!



**ACADEMIA
TERRANOVA**

PAȘI SPRE CUNOAȘTERE

 AcademiaTerranova

 AcademiaTerranova

 www.academiaterranova.ro



Anunțuri de interes general

1. Cursul de Dans Energetic este primul pas în asimilarea Dansului Energetic, 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 accesând adresa următoare: <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. De asemenea, pe întreg parcursul zilei, postul nostru de radio va emite muzică de înaltă ținută spirituală și socială.

Vă invităm să ascultați Radio Terranova accesând link-ul următor: radioterranova.ro/ Și pentru Dansul Energetic! Așadar, vă invităm în fiecare seară, de la ora 20:33 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

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

6. De vorbă cu cititorii

Suntem deschiși să primim întrebările și sugestiile voastre în legătură cu temele abordate în Revista Terranova! Vă invităm să trimiteți pe adresa redacției și mărturiile privind experiența din practicarea Dansului Energetic pentru a fi împărtășite cititorilor revistei!

Așteptăm opiniile voastre pe adresa de email: redactiaterranova@gmail.com

7. Summitul de Dans Energetic

Te invităm la dans în mod GRATUIT, în luna mai, de la ora 20:30 - 22:00, în fiecare seară, pentru a-ți descoperi soarele interior! Tema principală a celei de-a treia ediție a Summitului Dansului Energetic este RECUNOȘTINȚA!

Pentru a participa accesați următorul link de Zoom: Join Zoom Meeting [https://us02web.zoom.us/j/8166076356?pwd=_UjlNWWg3TFk0c3B6Y2l1d1Jmb0NwUT09\\$](https://us02web.zoom.us/j/8166076356?pwd=_UjlNWWg3TFk0c3B6Y2l1d1Jmb0NwUT09$) Meeting ID: 816 607 6356; Passcode: 1234. Pentru a vedea lista completă a evenimentului și instructorilor, precum și alte detalii, vă rugăm să accesați website-ul oficial: <https://www.dansulenergetic.ro/> și pagina oficială de Facebook <https://www.facebook.com/DansulEnergeticRomania/>

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.



Codruța Prunariu



Roxana Mirela



Rosemarie-Bianca
Iordache



Alina-Ramona Ene



Carmen-Claudia Morar

Echipa
Revistei Terranova
vă mulțumește pentru
susținere, colaborare și
apreciere!

Pentru a ne trimite sugestiile
voastre vă invităm să ne
contactați pe adresa de e-mail:
redactiaterranova@gmail.com
sau ne puteți găsi pe pagina
noastră de facebook
https://www.facebook.com/revistaterranova/?ref=page_internal

Echipa redacției:

Rosemarie-Bianca Iordache - redactor

Carmen-Claudia Morar - redactor (economic)

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

Gabriel Avasiloaei & Roxana Cotigă - grafică
copertă