

Arta sublimă, fermecătoare a simplității

✍ de Aurea Mutulescu

Ce este jos este și Sus. Suntem un Microcosmos în miniatură. În interiorul nostru se regăsește însă reflectat nesfârșitul Creației. De aceea spun înțelepții că putem cunoaște întregul Univers fără să ieșim măcar din casă.

Marile căi spirituale îl văd una cu noi, inseparabil în eternitate de ființa umană. *Yin și Yang* acționează identic în marile cicluri ale naturii și ale organismului nostru.

De altfel, așa devine posibilă armonia – când ne acordăm ritmurile existenței personale (grav avariate, corupte de stilul de viață actual) cu ritmurile universale. Când apreciem la adevărata valoare templul nostru viu și oferim legitimitate Luminii care îl animă.

Fiecare trup uman este un vas ales care poartă chipul Creatorului, bunătatea Sa și potențialul de a hrăni o pace superioară. E dovada palpabilă a sacralului. Dar câți dintre noi trăim cu adevărat în trupul nostru, câți îl onorăm și îl iubim necondiționat?

Tatăl Ceresc a ferecat în el tainele tuturor lumilor și mai presus de orice i-a dat puterea să vibreze odată cu sursele inepuizabile de energie care susțin misterul. Ne poate fi prieten și ghid în periplul cunoașterii, o oglindă fără greș a desăvârșirii interioare.

Tu ești conectat profund cu el? Savurezi în deplină prezență, cu deplină claritate și reverență ceea ce îți face el accesibil?

Desigur, nu-i chiar lesne într-un timp în care suntem îndopați cu reclame, informații fără miez, filme și seriale în fața cărora petrecem sute de ore într-un an. Aproape că nu mai știm miresmele unei păduri primăvara. Trăim scindați interior, în deșerturi urbane, în care degetele noastre nu au pipăit vreodată textura unei scoarțe de copac și nici urechea noastră nu se pricepe să deosebească trilul unei mierle de cântecul unui cintezo.

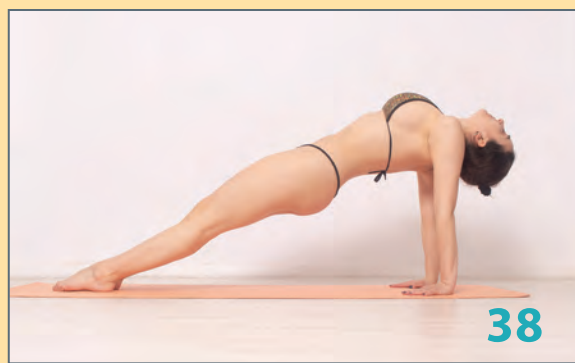
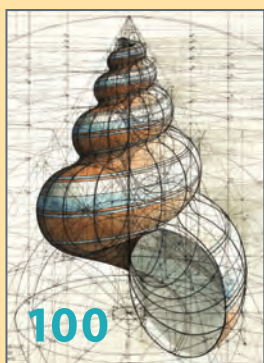
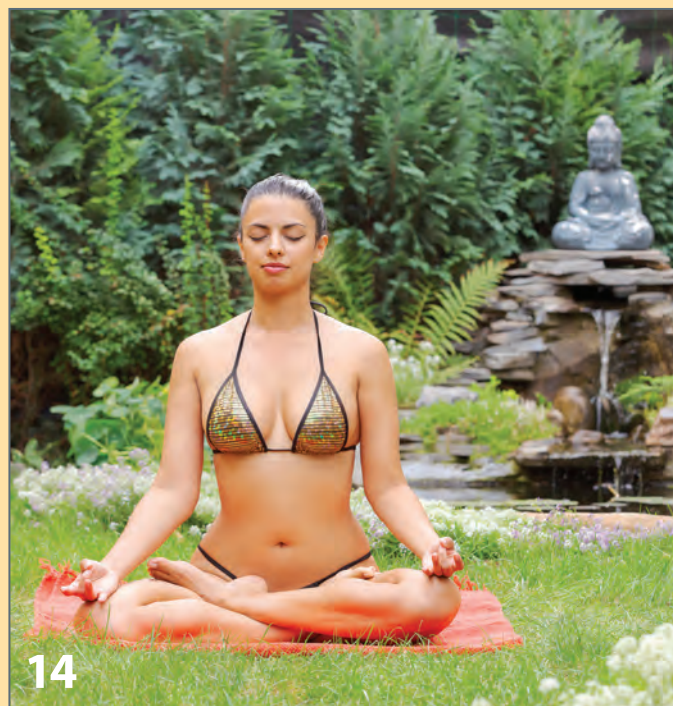
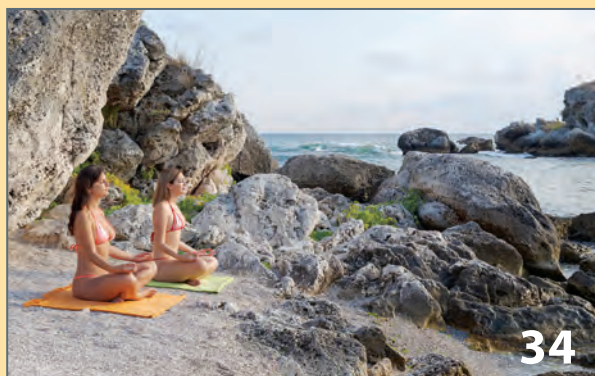
Doar când revenim la rădăcina ființei și a lumii, la firescul vieții, vedem din nou miracole în lucrurile dintre cele mai banale, observăm cu uimire că simplitatea este cea mai mare artă și cea mai directă cale de a trăi îmbrățișați cu Universul.

Un vechi principiu afirmă: „Când transformi felul în care privești lumea, lumea se transformă la rândul ei”.

Avem nevoie de claritate. Avem nevoie de simplitate. Avem nevoie de sinceritate. Avem nevoie de educație și autoeducație în loc de autogratificare. Avem nevoie să facem saltul de conștiință de la atitudinea de consumator la cea de creator.

Avem nevoie de ghidare. De hartă. Și de hotărârea de a face până la capăt călătoria întru spirit. Nu este ușoară, dar este inevitabilă.

Poate fi prăbușire sau, asumându-ne curajos dificultățile, poate fi triumful libertății, după care inima noastră însetează.





DEZVĂLUIRI ESENȚIALE

referitoare la adevăratele scopuri ascunse ale acestei

“PANDEMII” ARTIFICIALE,

prin care se urmărește totodată o funestă și satanică păcălire a tuturor oamenilor, spre a accepta o definitivă marcă izotopică prin consimțământ cu sinistrul semn diabolic al Fiarei despre care există deja profeții clare în Apocalipsă (IV)

Dat fiind faptul că actualmente, iată, trăim cumplite vremuri apocaliptice, vă sfătuim să faceți cunoscute toate conferințele cu această temă tuturor prietenilor și cunoștințelor, deoarece informațiile pe care vi le punem la dispoziție sunt fundamentale.

Ținem să precizăm că, de fapt, conținutul acestor conferințe nu se adresează ființelor umane letargice, sceptice, obtuze, ignorante, lipsite de intuiție spirituală, proaste care, datorită somnului cel de moarte al inteligenței în care deja se află cufundate, se vor pripi complet anapoda să gândească sau chiar să susțină cu o convingere tâmpă, ce este de nezdruncinat, că toate acestea sunt imposibile.

de profesor de yoga
Gregorian Bivolaru

Cuprins

- 01 Editorial**
Arta sublimă, fermecătoare a simplității
- 04 Actualitate**
Dezvăluiri esențiale referitoare la adevăratele scopuri ascunse ale acestei „PANDEMII” ARTIFICIALE, prin care se urmărește totodată o funestă și satanică păcălire a tuturor oamenilor, spre a accepta o definitivă marcă izotopică prin consimțământ cu sinistrul semn diabolic al Fiarei despre care există deja profeții clare în Apocalipsă (IV)
- 10 Trăiește întotdeauna cât mai sănătos**
Tiryaka Bhujangasana
Postura cobrei care se răsuțește
- 14 Spiritualitate**
Două stări, în felul lor extreme, despre care se vorbește adeseori pe calea spirituală:
starea de înțelepciune și starea de prostie (III)
- 22 Spiritualitate**
Comuniunea cea tainică, euforică și copleșitoare cu puterea feminină colosală eminentă binefăcătoare a lui *Maha Shakti*, prin trăirea plenară a extazului erotic amoros, a extazului artistic și a extazului mistic inefabil
- 34 Spiritualitate**
O întâlnire indescriptibilă și misterioasă
cu Realitatea lui Dumnezeu în mijlocul naturii
- 38 Trăiește întotdeauna cât mai sănătos**
O serie de posturi trupești clasice simple ce dinamizează în universul lăuntric al practicantului imaginația creatoare benefică, afectivitatea, calmul profund, farmecul personal, armonia și fericirea
- 44 Spiritualitate**
Unele comentarii noi, revelatoare, la străvechiul text spiritual fundamental *Bhagavad Gita*, ce sunt deosebit de utile tuturor aspiranților la o rapidă transformare lăuntrică și desăvârșire, care au curajul să le pună neîncetat în practică (IV)
- 58 Trăiește întotdeauna cât mai sănătos**
Unele plante ce au efecte răcoritoare și care ne sunt de un imens folos într-o eventuală vară fierbinte
- 62 Autocunoaștere**
Trishula mudra
Gestul cel tainic sacru al Tridentului
Instrumentul teribil al marelui zeu *Shiva*
- 64 Trăiește întotdeauna cât mai sănătos**
O incursiune surprinzătoare, pasionantă în anatomia subtilă ezoterică a ființei umane – centrul subtil de forță *vishuddha chakra*
- 72 Trăiește întotdeauna cât mai sănătos**
O discuție revelatoare despre dependențele alimentare, capcana plăcerii inferioare și beneficiile multiple, extraordinare ale postului complet, ce este experimentat doar cu apă (III)
- 80 Autocunoaștere**
Obiceiuri la prima vedere minuscule care conferă efecte benefice considerabile. Atunci când sunt hrănite în mod sistematic și perseverent, toate acestea fac să apară, la momentul potrivit, realizări spirituale colosale, ce ne transformă ca prin minune întreaga viață
- 92 Spiritualitate**
Înveșmântați în culori mirifice,
îmbrățișați de o dumnezeiască frumusețe
- 98 Yoga sfera** – Biblioteca cea valoroasă, fără de sfârșit
- 100 Ultima frontieră**
Dumnezeu Tatăl este și Matematicianul Suprem
- 106 Yoga sfera** – Motor și acțiune!



Două stări, în felul lor extreme, despre care se vorbește adeseori pe calea spirituală:



starea de înțelepciune și starea de prostie

Starea de orbire spirituală

În cazul ființelor umane în al căror univers lăuntric starea de regres spiritual se accentuează, fluidul subtil *tamas guna* ajunge să predomină, deoarece ele sunt în mod vicelan tentate de demoni să diminueze și apoi chiar să stopeze complet și pentru totdeauna orice practică spirituală. În marea majoritate a cazurilor, această întrerupere este motivată în fel și chip prin felurite pretexte, care mai de care mai cretine, mai aberante, pe

care ele le susțin cu îndârjire, pe fundalul unor îndoieli și certitudini demoniace care au apărut.

Dincolo de aparențe, toate acestea sunt, în realitate, expresia evidentă a unei stări din ce în ce mai accentuate de prostie în care aceste ființe umane se scufundă. Asemenea ființe ce se află deja pe drumul regresului spiritual și al prăbușirii în abisul cumplit ce s-a deschis în universul lor lăuntric nu mai pun niciodată în practică niciuna dintre tehnicile spirituale la care au avut acces. Ulterior, în universul lor lăuntric se instalează o stare

OBICEIURI la prima vedere MINUSCULE care conferă EFECTE BENEFICE CONSIDERABILE

Atunci când sunt hrănite în mod sistematic și perseverent,
toate acestea fac să apară, la momentul potrivit,

REALIZĂRI SPIRITUALE COLOSALE ce ne transformă ca prin minune ÎNTREAGA VIAȚĂ

📖 sinteză și adaptare Robert Leontescu

Cu toții ne confruntăm cu dificultăți pe parcursul vieții. Din cauza accidentului și a experienței trăite, mi-am însușit o lecție crucială: anumite acțiuni benefice, care par minuscule și neînsemnate la început, vor conduce la rezultate remarcabile, dacă nu sunt abandonate de-a lungul timpului. Cu toții vom înregistra anumite eșecuri, dar, pe termen lung, calitatea vieții noastre depinde de calitatea obiceiurilor pe care le adoptăm. Obiceiul determină un rezultat. Însă, cu obiceiuri benefice, totul devine posibil.

OBICEIUL DE A SCRIE SĂPTĂMÂNAL

În noiembrie 2012, am început să public articole pe blogul meu. Ani la rând îmi făcusem notițe despre experiențele personale prin care am trecut, iar acum eram în sfârșit pregătit să le împărtășesc și celorlalți. Am început prin a publica săptămânal, luna și joia, câte un articol nou.

După câteva luni, acest simplu obicei de a scrie mi-a adus primii 1000 de abonați, iar spre sfârșitul anului 2013 numărul lor trecuse de 30.000. În 2014, lista depășise



James Clear

După un ghiont al destinului, un accident teribil în anii liceului, părea că sportul de performanță își luase rămas bun pentru totdeauna de la James Clear. Lunile de recuperare au fost grele, iar viața lui de până atunci părea suspendată de un viitor incert.

Chiar și așa, James a fost hotărât să nu se dea bătut. A luptat cu toată puterea de adolescent să se întoarcă rapid la visul lui – baseball-ul. În următorul an, rezultatele sale nu au fost spectaculoase, dar suficient de rezonabile încât să se străduiască în continuare.

Abia când a intrat la Universitatea Denison avea să descopere pentru prima dată uimitoarea forță a micilor obiceiuri benefice. La șase ani după accidentul suferit în liceu – atunci când a fost transportat la spital și pus în comă indusă – a devenit cel mai bun sportiv de sex masculin al Universității Denison, clasându-se în topul *ESPN Academic ALL-America Team*, distincție de care se bucură numai 33 de sportivi din toată țara. Până la momentul absolvirii, intrase și în Cartea recordurilor Universității la opt categorii sportive diferite.

Ce l-a făcut atât de reductabil în pasiunea lui pentru sport? Așa cum mărturisește în cartea *Atomic Habits* – ajunsă best-seller internațional – e vorba de obiceiurile mărunte, benefice, care i-au transformat viața. Obiceiuri mici care se pot aplica fructuos în orice domeniu de activitate, pentru că la baza lor se află câteva mari secrete, prezentate foarte clar în termenii moderni ai secolului al XXI-lea.

Ceea ce oferă James Clear este o sinteză a celor mai bune idei pe care niște inteligențe strălucite le-au descifrat cu mult timp în urmă, precum și a descoperirilor științifice de ultimă oră. Contribuția lui semnificativă a fost identificarea elementelor principale și asocierea lor într-un mod ușor de pus în practică.

Vă propun în cele ce urmează o succintă și prețioasă sinteză a cărții de mare succes – *Atomic Habits*.

100.000 de abonați, devenind blogul cu cea mai rapidă creștere pe internet. În anul 2015, am atins cifra de 200.000 de abonați și tot atunci am semnat un contract cu editura *Penguin Random House* pentru cartea mea. În anul 2016, articolele mele au început să fie publicate curent în reviste prestigioase precum *Time*, *Entrepreneur* și *Forbes*.

La începutul anului 2017, am lansat *Habits Academy*, care a devenit prima platformă de training pentru organizații și persoane interesate în deprinderea obiceiurilor comportamentale benefice. În total, peste 10.000 de lideri, manageri, antrenori și profesori au absolvit *Habits Academy*, iar acum, în 2018, am milioane de vizualizări lunar și aproape 500.000 de abonați la *newsletter*-ul săptămânal, cifre care depășesc cu mult așteptările pe care le aveam atunci când mi-am făcut obiceiul să scriu.



Înveșmântați în culori mirifice, Îmbrățișați de O DUMNEZEIASCĂ FRUMUSEȚE

Culorile sunt limbajul luminii; ele îmbracă pământul în frumusețe. Prin culoare, lumina își exprimă pasiunea, bunătatea, creativitatea, puterea imaginativă. Lumina nu are doar un rol funcțional, ajutându-ne să vedem și să ne orientăm în spațiu. Ea deține cea mai mare putere de transfigurare; pur și simplu transformă tot ceea ce atinge, dând, spre exemplu, Naturii acele nuanțe menite să ne atingă sufletele, să ne încânte, să ne inspire.

Miracolul desfășurării culorilor este o mărturie a diversității, a preciziei, a mereu surprinzătoare frumuseți a imaginației Creatorului. Culoarea este o euharistie vizuală, o împărtășire a lui Dumnezeu. Într-o lume lipsită

de culoare, ne-ar fi imposibil să ne imaginăm frumusețea; căci culoarea și frumusețea sunt surori. După cum spunea Goethe: ochiul are nevoie de culoare pe cât de mult are nevoie de lumină.

Fiecare curcuben este totodată o revelație

Noi, oamenii, trăim între pământ și cer, în acest Regat de Mijloc în care lumina și culoarea se îmbrățișează. Prezența și experimentarea culorilor se află în însăși esența vieții omenești. Suntem creați, dintr-un anumit