

Să-l câștigăm încrederea lui Dumnezeu

Pe calea spirituală pe care o urmăm, majoritatea dintre noi năzuim adesea să devenim „unelte” lui Dumnezeu, canale sublimе de manifestare a energiilor dumnezeiești. Aspirăm ca Dumnezeu să ne încredințeze misiuni spirituale de anvergură, de mare impact. Suntem conștienți că deținem o cantitate imensă de cunoștințe extrem de valoroase și simțim nevoia să le împărtășim, pentru a fi de ajutor și celorlalți.

Problema este că nu întotdeauna ne ridicăm la înălțimea acestei misiuni. Uneori această cunoaștere pe care o deținem este pur teoretică și nu reușim încă să o integrăm practic în existența noastră. Între visurile noastre mărețe și viața de zi cu zi pare că există o distanță ca de la cer la pământ. Aproape toate situațiile dificile cu care ne confruntăm în existența noastră presupun eforturi conștiente, consecvente, sistematice pentru a le depăși cu succes și a ne însuși lecția pe care ne-o oferă.

Intențiile noastre pot fi cu adevărate binefăcătoare, minunate... dar este necesar ca ele să fie susținute de un adevăr al ființei noastre, de o elevare continuă a nivelului nostru lăuntric de vibrație, de o șlefuire, de o rafinare, de o transformare continuă, corectă, per-severentă.

Pentru ca Dumnezeu să ne încredințeze misiuni mărețe, de anvergură, care să revoluționeze umanitatea, este necesar să-l câștigăm încrederea, ducând la bun sfârșit și misiunile mici, care implică propria transformare lăuntrică.

Totul este corelat și Dumnezeu ne vorbește: „Dacă nu se poate conta pe tine pentru **ACEASTA**, cum se va putea conta pe tine pentru **ACEEA?**”

Această supunere a voinței proprii în fața Voii Dumnezeiești înseamnă mult mai mult decât credem. E vorba de a-l câștiga încrederea lui Dumnezeu - să știe că se poate baza pe noi în orice angajament pe care ni-l asumăm. Din perspectiva dumnezeiască, acțiunile mărețe pe care vrem să le îndeplinim au aceeași însemnătate cu responsabilitățile pe care le avem de respectat zi de zi.

Să ne oprim câteva clipe și să ne întrebăm: „Sunt eu o persoană pe care se poate conta?”, „Cum mă vede Dumnezeu?”.

Avem astfel șansa să ne obiectivăm, să vedem unde ne sunt punctele slabe, unde sunt necesare transformări. Viața noastră intră într-un proces de reconstrucție. Acesta poate fi unul dintre cele mai dificile și provocatoare momente.

Dar, deși nu e deloc ușor, odată cu asta începem să experimentăm ce se petrece atunci când acceptăm

această misiune de rafinare lăuntrică de la Dumnezeu. Încetul cu încetul, Dumnezeu îndepărtează din ființa noastră ceea ce este nefast, ceea ce este urât, ceea ce este impur.

Ce avem de învățat de aici? Să avem încredere în El. Și când ne e bine. Și când ne e rău. Și când e ușor. Și când e greu. Și când totul e confuz. Și când totul e clar. Și când suntem singuri. Și când suntem înconjurați de prieteni. Și când suntem pe cale să renunțăm. Și când suntem pe cale să reușim.

Există această idee eronată că a fi cu Dumnezeu înseamnă că totul e ușor, clar și confortabil. Dar scrierile înțelepciunii nu ne spun că a fi cu Dumnezeu înseamnă că totul va fi așa cum ne așteptăm noi. Ci ne spun că indiferent prin ce situații suntem nevoiți să trecem, Grația lui Dumnezeu este cu noi în permanență.

Prin urmare, atunci când ne este greu în procesul de transformare lăuntrică, o idee inspirată ar fi să ne retragem în liniște și să-L rugăm pe Dumnezeu să-și reverse Grația Sa asupra noastră, să ne dea putere, să ne susțină. Să-i dăruim Lui acea situație, efortul în sine de transformare, toate gândurile noastre, toate emoțiile noastre.

Grația lui Dumnezeu ne poate ajuta să depășim cu bine orice încercare. Să nu uităm că gândurile se exprimă prin cuvinte. Cuvintele devin acțiuni. Acțiunile devin realitate. Înțelegerea perspectivei dumnezeiești este fundamentală pentru a vedea aceste perioade de perfecționare, de rafinare, de transformare ca pe niște misiuni pe care le primim de la Dumnezeu. Există ceva ce El vrea să transforme în noi, ceva ce vrea să ne învețe pentru a împlini apoi prin noi.

Pentru a pătrunde perspectiva dumnezeiască, e necesar să petrecem timp învățând gândurile și căile Sale, urmărind să fim în comuniune cu El. E necesar să îi permitem Lui să pătrundă în cele mai ascunse unghere ale ființei noastre. Acolo unde nu poate pătrunde nimeni, doar El.

Dumnezeu nu este un păpușar care ne controlează fiecare mișcare. Decizia de a rămâne cu El prin gândurile, cuvintele și acțiunile noastre este întotdeauna a noastră. Să nu uităm că uneori asta e tot ceea ce avem nevoie: o transformare de perspectivă, o ajustare, un retuș, o mică modificare în modul nostru de a reacționa la ceea ce ni se petrece. Să înțelegem că viața noastră este o reproducere, „un mulaj” al Cuvântului Lui care se vrea împlinit în și prin noi.

CUPRINS



17

01

EDITORIAL

Să-l câștigăm încrederea
lui Dumnezeu

04

SPIRITUALITATE

Recunoașterea, dejucarea
și transcenderea definitivă
a stratagemelor entităților
demoniace ori satanice
de a ne devia de pe calea
spirituală autentică pe care
ne aflăm (II)



20

17

UN GRAM DE PRACTICĂ

Tadasana

Postura muntelui (variantă)

20

AUTOCUNOAȘTERE

Importanța adeseori
nebănuită a eforturilor
benefice adecvate (IV)

28

UN GRAM DE PRACTICĂ

Anumite serii de atitudini
trupești deja clasice, ce sunt
simple, binefăcătoare și
eficiente. Acestea ne ajută
să intrăm și să ne menținem
într-o stare plenară și
profundă de comuniune
cu sferile gigantice
subtile specifice de forță
ale celor zece Mari Puteri
Macrocosmice (VI)



28

40

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 (XIII)



62

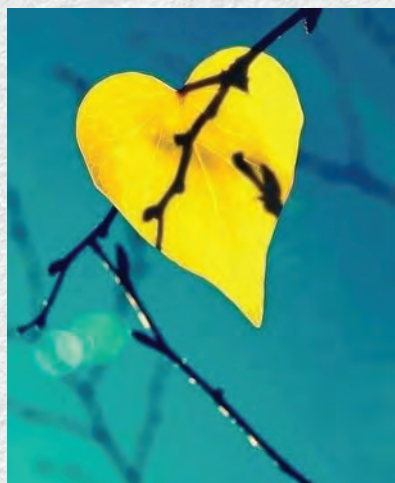
59 SPIRITUALITATE

Isaac Newton
Un savant mistic

60

UN GRAM DE PRACTICĂ

Abhaya Hridaya Mudra –
Gestul cel tainic al inimii
neînfricate



72

62

ULTIMA FRONTIERĂ

Natura poate fi descrisă și
prin intermediul limbajului
complex, fermecător al
geometriei fractale

72

AUTOCUNOAȘTERE

Chei secrete de
transformare a motivației
toxice în sublime aspirații
spirituale necesare în
procesul evoluției spirituale

80

TRĂIEȘTE ÎNTOTDEAUNA CÂT MAI SĂNĂTOS

Minunatele și înmiresmatele
flori de vară



94

88

SPIRITUALITATE

Shambala
Cetatea Fraților Albi

92

UN GRAM DE PRACTICĂ

Supta Utthita Padasana
Postura care se realizează
culcat, cu brațele și
picioarele ridicate

94

YOGA SFERA

21 iunie 2024 – Ziua
Internațională Yoga

97

YOGA SFERA

Un miraculos semn
dumnezeiesc

TADASANA

Postura muntelui (variantă)

Etimologie:

tada = munte;
asana = atitudine trupească.

Aspecte generale

Tadasana face parte din categoria posturilor yoghine care se realizează în picioare. Varianta prezentată în acest număr al revistei este o *asana* polară, ce are efecte binefăcătoare asupra sănătății coloanei vertebrale și asigură o postură corectă a spatelui. Amplifică vitalitatea și favorizează o stare de deschidere sufletească.

Această variantă a lui *tadasana* trezește, dinamizează și activează în mod polar centrii subtili de forță *muladhara chakra* și *anahata chakra*.

Modul de execuție

Poziția de plecare

Venim în picioare pe o pătură suficient de groasă, în postura yoghină clasică *tadasana* (fig. 1), cu spatele drept, capul aliniat firesc în prelungirea coloanei, brațele relaxate pe lângă trunchi, picioarele ușor depărtate între ele, tălpile paralele. Tălpile se află la o distanță egală cu cea dintre umeri.

Execuția posturii pe partea stângă

Inspirăm profund pe nas, ridicăm mâinile deasupra capului și prindem degetele în brățară (fig. 2).

Expirăm profund pe gură și coborâm palmele prinse cu degetele în brățară până în dreptul urechii drepte sau cât de jos putem pe partea laterală dreaptă a capului (fig. 3). Cotul stâng e ridicat la maxim, iar brațul stâng e perpendicular pe umăr. Cotul drept e coborât maxim în partea laterală dreaptă a trunchiului.

Rotim capul către stânga. Ochii sunt închiși pe tot parcursul execuției posturii, iar privirea lăuntrică urmărește mișcarea de rotație a capului, fiind orientată către stânga. Respirația este normală, de voie.

de Luxina Gherghina
foto Clionela Godeanu



Fig. 1



(IV)

Importanța adeseori nebănuită a EFORTURILOR

benefice adecvate

extras din conferințele
profesorului de yoga Gregorian Bivolaru
foto Robert Leontescu