

Să fim lumină, nu umbre care se tem de strălucire

Responsabilitatea noastră față de noi înșine, față de ceilalți, față de Dumnezeu ridică întrebări existențiale și generează adesea, în lipsa unei înțelegeri adânci, conflicte lăuntrice. Pe măsură ce ne descoperim spiritual din ce în ce mai profund, simțim inevitabil nevoia să ne redefinim relațiile cu cei din jur. Prietenii care ne țin în loc încep să scârțâie, cei apropiați ne privesc confuzi, percepându-ne chemarea firească spre lumină ca pe un act de egoism.

Dar ce este mai important – să creștem și să ne transformăm spiritual sau să ne conformăm așteptărilor sociale comune?

A renunța la propria evoluție pentru a menține un echilibru artificial nu este o soluție viabilă. Să rămâi blocat într-un mediu care îngreunează creșterea lăuntrică doar ca să nu superi pe nimeni e ca și cum ai vrea să ții un delfin într-o cadă sau un fluture într-un borcan. O ființă care refuză să crească spiritual își condamnă sufletul la stagnare sau chiar involuție. Și stagnarea nu reprezintă repausul unui stadiu atins, ci o formă subtilă de moarte lăuntrică. Creșterea spirituală autentică nu este un act de izolare, ci un proces de autotransformare care, în esența sa, ne face bine nu doar nouă, ci întregului mediu ambiant și, extrapolând, chiar umanității.

Adevărata noastră responsabilitate nu este de a ne conforma mereu cerințelor celorlalți, ci de a ne atinge potențialul maxim, de a ne folosi talanții cu care am fost înzestrați. Ființa umană care reușește aceasta capătă o foarte mare forță lăuntrică, devine un exemplu viu, impactant, inspirator pentru ceilalți.

În multe tradiții există ideea că a-L servi pe Dumnezeu presupune exclusiv sacrificii, ritualuri, o supunere necondiționată – este o idee lipsită de validitate spirituală. Deși gestul dăruirii unor ofrande de fructe și flori, de exemplu, este frumos și înălțător, Dumnezeu nu are nevoie la modul real de nimic din ceea ce ființa umană poate oferi prin acțiuni

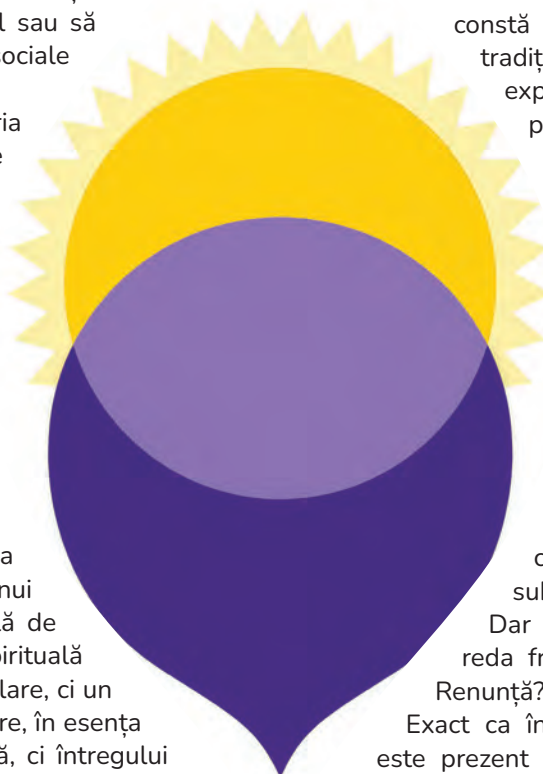
exterioare, materiale. Gestul face bine ființei umane respective, dar nu este esențial pentru Dumnezeu. Ființa umană nu poate adăuga nimic la Plenitudinea Dumnezeiască.

Dumnezeu nu este o entitate care cere slujire orarbă, ci o forță care caută expresie prin ființele umane. Progresul spiritual al umanității nu este un fenomen întâmplător, ci o manifestare a Voinței Dumnezeiești care cheamă ființa umană să aspire la Unitatea primordială. Astfel, adevărata slujire a lui Dumnezeu nu constă în supunerea la dogme sau tradiții moștenite, ci în cultivarea și exprimarea deplină a mărețului potențial uman.

Dumnezeu nu are nevoie de ofrande, ci de noi, în cea mai frumoasă, autentică și strălucitoare versiune a noastră – și asta este cea mai mare datorie sacră sau responsabilitate pe care o avem. Nu în sensul de a fi cei mai tari. Ci de a-L lăsa pe Dumnezeu să curgă liber prin noi.

Să ne imaginăm un copil care aude în suflet o muzică sublimă și vrea să o cânte la pian. Dar degetele lui stângace nu pot reda frumusețea sunetelor. Ce face? Renunță? Nu: exersează, învață, crește. Exact ca în viață: Spiritul lui Dumnezeu este prezent în noi, dar ca să-L lăsăm să strălucească, e nevoie de muncă, disciplină și rafinare continuă. Prin urmare, asta avem de făcut: să devenim instrumente acordate perfect la simfonia dumnezeiască. Lumea nu are nevoie doar de cuvinte, ci mai ales de exemple vii care să inspire și să motiveze.

Dumnezeu nu cere venerare pasivă, ci acțiune conștientă și progres spiritual constant. Vrea ca fiecare dintre noi să fie un far de lumină, un creator de frumos, un motor al evoluției spirituale. Așa că să ne ridicăm, să inspirăm profund și să ne lăsăm sufletul să cânte melodia pentru care a fost creat!



CUPRINS



04

01

EDITORIAL

Să fim lumină, nu umbre
care se tem de strălucire

04

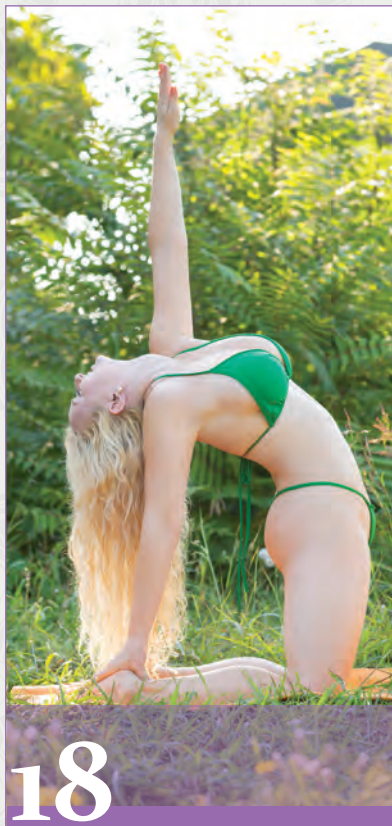
SPIRITUALITATE

Povestea inițiativă
Aladdin și lampa fermecată
ne dezvăluie aspecte tainice
ce se află în legătură
cu trezirea și dinamizarea
centrului subtil de forță
manipura chakra

14

UN GRAM EFICIENT DE PRACTICĂ

Uttana Kulpa Uttanasana 1 -
Postura de întindere intensă
a spatelui 1



18

18

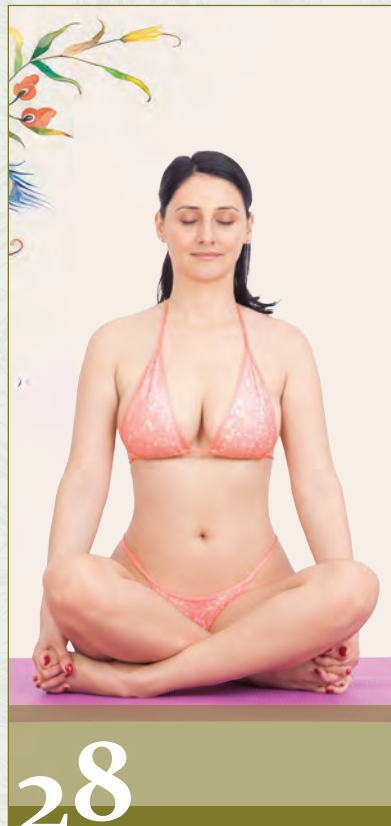
AUTOCUNOAȘTERE

Apel la o necesară trezire:
cum să ne amplificăm
curajul de a înfrunța ceea ce
este rău și nefast

28

UN GRAM EFICIENT 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 (VIII)



28

40

SPIRITUALITATE

Leonardo da Vinci
Geniul vizionar al umanității

42



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 (XV)



66

62

UN GRAM EFICIENT DE PRACTICĂ

Manipura chakra mudra - Gestul de dinamizare a centrului subtil de forță manipura chakra

64

YOGA SFERA

Expoziția de arte plastice *Mysterium Deum*

66

SPIRITUALITATE

Recunoașterea, dejucarea și transcenderea definitivă a stratagemelor entităților demoniace ori satanice care urmăresc să ne devieze de pe calea spirituală autentică pe care ne aflăm (4)



82

76

AUTOCUNOAȘTERE

Captivitatea în internet - un pericol al lumii moderne. Metode înțelepte, practice, simple de „evadare”

82

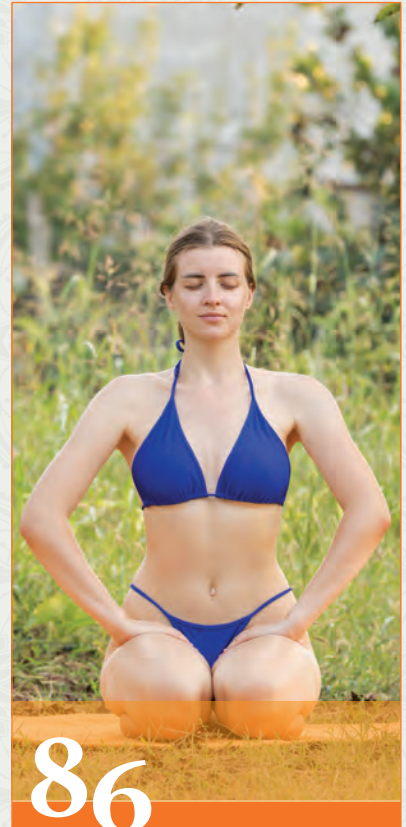
TRĂIEȘTE ÎNTOTDEAUNA CÂT MAI BINE ȘI SĂNĂTOS

Astragalus - Planta minune care întărește imunitatea și amplifică vitalitatea

86

ULTIMA FRONTIERĂ

Respirația - Noua știință a unei arte pierdute



86

92

UN GRAM EFICIENT DE PRACTICĂ

Supta konasana - Postura unghiului, ce este realizată culcat

95

YOGA SFERA

Uluitoarele avantaje ale FANILOR LUI DUMNEZEU. Dezvăluiri ezoterice edificatoare ce ne oferă o perspectivă nouă, transformatoare asupra stării ce îi caracterizează pe fanii excelenți, elevați, cu totul deosebiți, care sunt fanii lui Dumnezeu



Povestea inițiativă Aladdin și lampa fermecată

ne dezvăluie aspecte tainice ce se află în legătură cu trezirea și dinamizarea

centrului subtil de forță

**MANIPURA
CHAKRA**

(1)

extras din conferințele profesorului de yoga Gregorian Bivolaru
foto Robert Leontescu



Atunci când studiem cu multă atenție basmul „Aladdin și lampa fermecată”, fiind înzestrați cu inteligență creatoare și cu o reală intuiție spirituală, suntem plăcut surprinși să observăm structura inițiativă a acestei povestiri. Remarcăm în felul acesta mai ales analogia dintre diferitele părți constitutive ale acestui basm și practica ce vizează trezirea și dinamizarea gradată a centrului subtil de forță *manipura chakra*.

Totodată, se pot face multe corelații cu practica ce se realizează în cadrul unei alte Școli spirituale din Orient, ce urmărește trezirea focarului tainic de

forță *hara*. Despre acest tainic focar numit *hara* se vorbește în cadrul tradițiilor spirituale chineză și japoneză. Despre acest focar tainic numit *hara* se vorbește, de asemenea, și în doctrina Zen.

Atunci când este tradus în limba română, cuvântul *hara* înseamnă „abdomen”, „vintre”, „viscere”, dar la modul figurativ vorbind desemnează „un miez”, desemnează „ceea ce este enigmatic, profund”. În cadrul doctrinei Zen, termenul *hara* este la modul general vorbind utilizat într-un sens mai ales psihic, dar și spiritual. În cadrul acestei doctrine, *hara* desemnează „centrul psihic focar al ființei umane”.

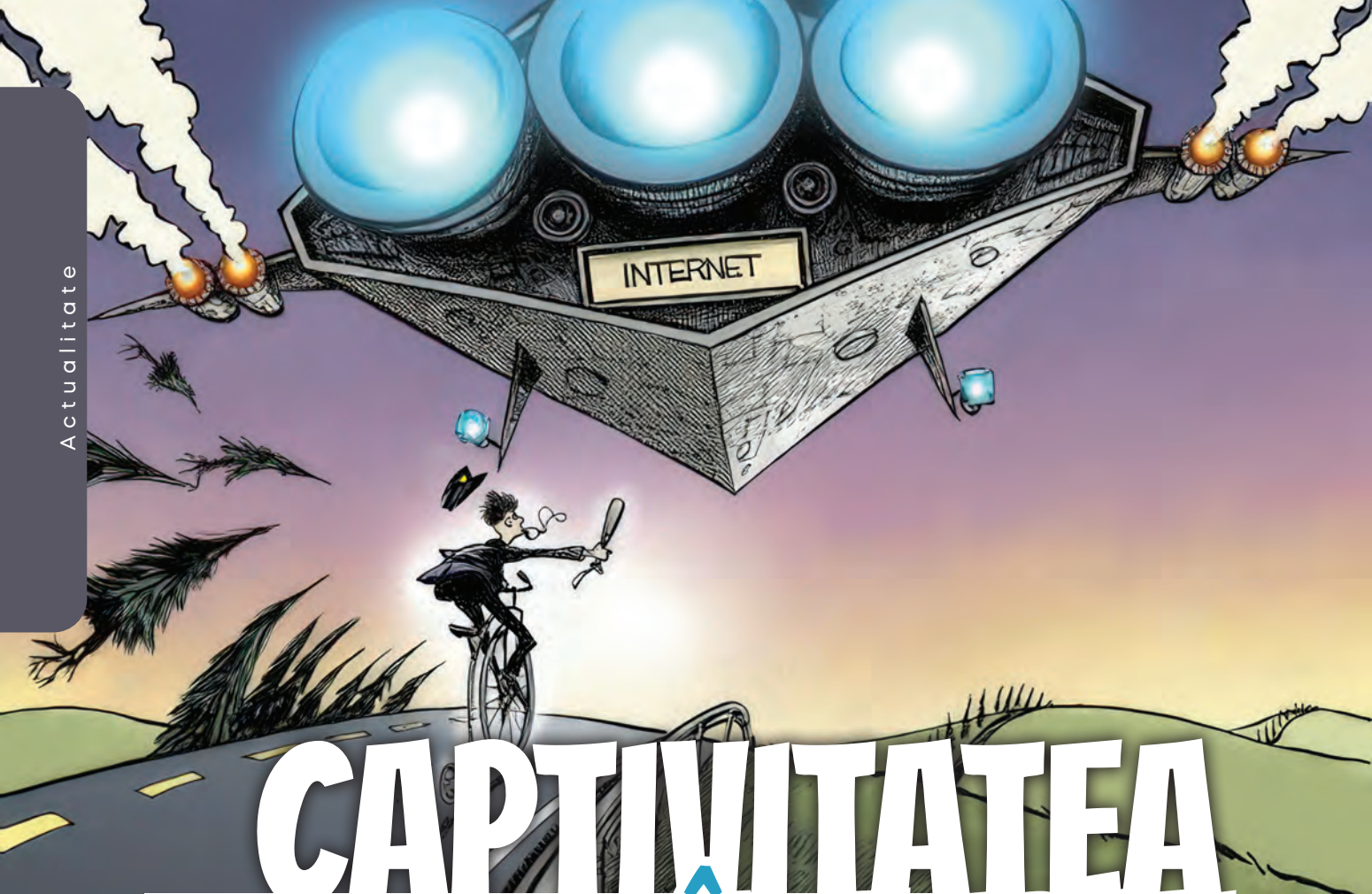


📖 sinteză de Clionela Godeanu

Apel la o necesară trezire:

Cum să ne amplificăm **curajul** de a înfrunta ceea ce este **rău și nefast**

Caroline Myss este specialist în medicină energetică, recunoscută pentru contribuțiile sale inovatoare în domeniul vindecării holistice și al dezvoltării conștiinței umane. A revoluționat modul în care oamenii înțeleg relația dintre trup, suflet și conștiință, îmbinând cunoștințe din domeniul psihologiei, teologiei și tradițiilor spirituale autentice. În cei peste 30 de ani de activitate, a colaborat cu experți din domeniul sănătății alternative și a susținut seminarii și conferințe internaționale pe teme precum arhetipurile fundamentale, puterea rugăciunii și transformarea lăuntrică. Cartea sa „Curajul de a înfrunta răul” (din care vă prezentăm o sinteză a ideilor principale) abordează o temă esențială, dar adesea evitată: natura răului și modul în care fiecare ființă umană poate acționa pentru a recunoaște, analiza și combate forțele distructive din viața sa și din lumea în care trăiește.



CAPTIVITATEA ÎN INTERNET

Un pericol al lumii moderne

Metode înțelepte, practice, simple de „evadare“

Jean-Claude Larchet este teolog, filosof și specialist în antropologia creștină. Este recunoscut pentru analizele sale profunde privind impactul modernității asupra ființei umane. Este unul dintre cei mai importanți autori contemporani care explorează relația dintre spiritualitate, sănătate și influențele nefaste ale progresului tehnologic. Cartea sa „Captivi în internet“, din care vă prezentăm o binevenită sinteză, pune în lumină aspectele nefaste ale revoluției tehnologice și atrage atenția asupra necesității conștientizării acestora și redescoperirii valorilor autentice ale existenței.

Spre deosebire de inovațiile tehnologice anterioare, precum electricitatea sau automobilul, care au modificat doar anumite aspecte ale vieții cotidiene, noile media au restructurat fundamental activitățile umane, redefinind însăși natura interacțiunii umane, percepția realității și ritmul existențial.

Tehnologiile digitale au penetrat toate sferile existenței umane, de la activitatea profesională și educație, până la viața privată și relațiile interpersonale. Smartphone-urile, tabletele, rețelele de comunicare virtuală și platformele digitale au devenit extensii ale ființei umane, reconfigurând profund comportamentele și mecanismele psihologice ale oamenilor.

În trecut, ființele umane aveau posibilitatea de a-și separa viața profesională de cea personală, de a delimita momentele de lucru de cele de relaxare sau de reflecție. În prezent, granițele s-au dizolvat: notificările permanente, solicitările online și fluxul continuu de informații solicită ființa umană să rămână conectată, eliminând pauzele esențiale pentru echilibrul psihoemoțional.