

MĂDĂLINA CONSTANTIN

Deschide... la întâmplare

BUZĂU, 2015

Cuprins

Povestea cărții	7
Principiul lui IOV... ..	12
Credința	14
Părintele Arsenie Boca și copacul lui	18
Binecuvântarea de la Sfântul Sebastian	18
O terapie care funcționează... ..	21
Respectul de sine	32
Reușesc... ..	35
Colivia de aur... ..	36
Începutul	41
Subconștientul, starea alpha, vizualizarea	42
Pașii înainte... ..	43
Intrarea în biserică	43
Curățarea chakrelor și afirmații pozitive	47
Copilul interior	50
A ierta... pe mine și pe alții	54
Umbra sau persoana care nu vrei să fii	59
Cuvântul păcătos... păcate... sexualitate	60
Gelozie, infidelitate, adulter	64
Înșelat	67
Nu luați nimic personal... ..	68
Mă iubesc așa cum sunt	69
Înțeleg tot... știu	72
Abundența	74

Teama de succes	76
Eliberez teama de autorități	77
Eliberez singurătatea	78
Eliberez fricile... sunt în siguranță	79
SHIKA SEI KI	80
Sacul	82
Drogurile	83
Închisoarea	86
Cadoul de sărbători	87
Teama de succes... din alt punct de vedere	90
Moartea unei persoane dragi	93
Rezistența interioară	96
Avortul	97
Pesimismul	101
Teama de a fi furat/ă	102
Programe negative venite de la alții	105
Nu vin cum vrei tu?	107
Mori de foame	108
HON SHA ZE SHO NEN	109
Mă dezleg!	111
Mândria spirituală	114
Ratele	115
Obstacolul	116
Bunicii și locul copilăriei	117
Casa în care locuiești	120
Mașina	122
Atașamentele	125
Eliberarea într-o relație de cuplu	127
Putere nemărginită de la Dumnezeu	130
Grija față de copilul/copiii noștri	131
Teama de penibil. Teama că te faci de răs	133
Aspectele	134
Gravide	135

Vina de a nu-i ajuta pe alții	137
Banii	139
Jurămintele de sărăcie	140
Invidia și banii	143
Alte jurăminte	147
Karma de neam	149
A beneficia... de bani	152
Cine ai fost... ..	153
Fotografia	157
Despre gravide și nașteri	158
Nu ai de ajuns	162
Timiditatea	164
Prietenii	165
Divorțul	167
Arhetipurile	169
Obsesiile	170
Înșelat	172
În discuții... cu alții	173
Postul negru	176
Masturbarea	178
A spune adevărul... ..	180
Selfie	182
Nodurile temporale	183
Invidia	185
Femeile... și bărbații	187
Violul și perversiunile	188
În trecut	193
Facebook	194
Homosexualitatea	196
Vaporul	199
A ști ce vrei	200
Feminitatea	201
Machiajul	203

Comparația cu „cealaltă femeie“	204
Seminarul „First love millionaire“	206
Judecata celorlalți. Despre yin și yang	208
Sinuciderea	209
Am tot ce îmi este de folos	210
Logodnele, căsătoriile din trecut	212
A râde de cineva	215
„Nu ia“	216
Telefoane	216
Ai rămas fără	217
Sala de operații	218
Rovinieta	221
Curat și cu bani	223
Zidul din jurul inimii	227
Vine din copilărie	228
Programare <i>versus</i> simțire	228
Bicicleta	229
Melcii	230
Erecțiile moi	230
Ani de liceu	232
Dar tu auzi voci în cap?	233
Atrag bogăția, succesul și banii	234
Prima emisiune în direct	236
Despre sexualitate	237
Casa	238
Despre cancer	240
Îngerul păzitor	242
„De ce nu muncești“	243
Metatron și Quan Yin	244
Lotusul	245
„Și tu nu te miști deloc“	246
Despre mine	247
Cuvânt de încheiere	251

Povestea cărții

Această carte este scrisă de mine ca o misiune personală față de oameni și Dumnezeu. Nu pot să spun că a scrie o carte a fost țelul meu, dar acum, când scriu, îmi dau seama că o carte este o formă de terapie pentru mine și pentru cei care o citesc.

Așa că această carte are o poveste, pentru că a durat aproape doi ani să pun creionul pe hârtie. În jurul meu, într-o perioadă în care povesteam ceea ce mi se întâmpla, brusc cineva îmi spunea... ar trebui să scrii o carte. Prima dată am zâmbit pentru că nu mă gândisem la așa ceva. Dar Doamne Doamne, care este un corect față de toți, așa cum m-a trimis prima dată la TV, acum trimitea oameni care să-mi dea o idee.

Io sunt cam încăpățânată de felul meu. Cu cât mi se reamintea asta, cu atât nu puneam mana pe creion. De scris la laptop nici nu mai vorbesc... nu prea mi-a plăcut computerul... Însă a venit o zi în care mi-am cumpărat un caiet cu coperti groase și frumos colorate de la Ikea și a durat vreo două săptămâni să-l deschid și să scriu titlul...

Când mi-am dat voie din interior să scriu, totul a devenit ușor. Tot ceea ce citiți vine din experiența mea, sunt trăite de mine și de oameni apropiați mie. Am o fereastră mare în care bate plăcut soarele, cu vedere la grădină și stradă. La geam, am statuetele mele

de înger, scriu pe o masă recondiționată de mine de la părinții mei din curte, pe care am pus un înger mare pe care l-am găsit într-o curte pe șoseaua Ploiești-București unde se vând diferite statuete de grădină. Am și flori și o lumânare în suport de lemn, primită cadou. Este stilul shabby chic care mie mi-a plăcut tot timpul. Așa că mă simt inspirată să pun mâna pe creion și să scriu experiențele de peste zi.

Îngerul este așa cum a fost scos din matriță, adică neșlefuit, cu mâinile la obrăjori și are în față un suport de lumânare rotundă, micuță. Drăguț este că atunci când l-am găsit acolo, io am văzut forma unde se pune cerneala dacă așa scrie cu tocul... știu că am scris și cu tocul altă dată și poate că de-asta a fost mai greu să mă apuc de scris.

Am știut că este îngerul pe care mi l-a trimis Dumnezeu... să mă apuc de scris. Scrișul este simplu și direct, fără înflorituri literare. Povestesc simplu ceea ce se întâmplă.

Pe mine cărțile m-au ajutat foarte mult. Am citit din copilărie, adolescență. La un moment dat, când m-am trezit spiritual, cărțile îmi erau cumva sugerate... cert este că tot ceea ce găseam ca exercițiu care trebuia aplicat, l-am aplicat pe mine. Și uite așa, ajutată de inițierile din reiki, care consider că sunt ca un pas bine stabilit de lumea de Sus pentru fiecare în parte, am ajuns să vindec multe în mine. Inițierea în reiki fiind pentru mine ca o confirmare a ceea ce vindecasem deja în mine și un nou pas în a mă cunoaște pe mine...

Mi-aș dori pentru voi să considerați această carte ca pe o terapie într-un cabinet... al vostru.

Cartea se scrie în ritmul ei. Am poate o zi când scriu câte două ore și am zile când nu scriu nimic... și pentru mine este interesant să observ asta..., dar știu ca așa funcționează.

Când țin seminarii, subiectul seminarului îmi este dat cu o zi sau două înainte și dincolo de cuvinte... oamenii prezenți să spună că au trecut în săptămâna respectivă prin experiențe care aveau legătură cu subiectul săptămânii de la seminar. Atunci am înțeles că nu io alegeam subiectul, ci îmi era sugerat spre binele tuturor...

Asta îmi doresc să fie pentru voi această carte, o terapie, o informație, un răspuns pe care-l căutați și, la final, o vindecare...

Pe parcursul citirii puteți experimenta diferite stări: tensiune, plâns, respirație greoaie, presiune în diverse puncte ale corpului... etc. Considerați că sunt stări de eliberare atunci când scrierea atinge un subiect sensibil în voi...

Titlurile capitolelor sunt primii pași pe care oamenii ar fi indicat să-i facă drept terapie pentru sufletul lor. Pe marginea titlului și conținutului capitolelor se pot scrie sau discuta foarte multe, io în carte doar atrag atenția asupra unor lucruri simple care pot fi dezvoltate sau studiate de fiecare dintre voi, mult mai mult în funcție de necesitățile fiecăruia. Considerați titlurile ca pe niște uși pe care le deschid... voi alegeți cum și cu ce rezonați mai mult, ideea este să intrați...

Pentru a-i putea ajuta pe alții, este foarte important să înțelegi că mai întâi este bine să te vindeci pe tine. Există o perioadă în viața fiecăruia dintre noi, pe care Dumnezeu o folosește pentru a ne vindeca. Diferitele experiențe așa-zis negative vin peste noi tocmai pentru a vedea unde și ce avem de rezolvat, aici mă refer la toate domeniile vieții, fie că este relația de cuplu, parteneriat, afaceri, viață socială, comunicare, încredere în sine etc. În toate zilele noastre ne ajutăm ca să-i ajutăm și pe alții.

Trecând tu însuți peste anumite lecții, devii bun în ceea ce poți face pentru alții, care trec prin situații asemănătoare. Atunci ești pregătit să dai un ajutor altuia.

La momentul de față sunt convinsă că oamenii care scriu cărți le scriu în anumite momente pentru că cineva se va ajuta de informație în momentul necesar al vieții lui. Vorbesc de cărțile care dau răspunsuri... pentru că pe frecvența pe care tu o ai vin spre tine cărțile, filmele, spectacolele de care ai nevoie să te înțelegi mai bine pe tine sau perioada prin care treci în acel moment al vieții.

Ordinea capitolelor este pur întâmplătoare. Așa mi s-a sugerat. Să deschid caietul întâmplător și să scriu unde este o pagină goală... așa ușor, ușor cartea se va completa în ordinea pe care nu io am ales-o la nivel conștient. Dar observ că în fiecare zi se completează... când mai am ceva de scris la un capitol și văd că în pagină este scris următorul capitol, completez pe coli și le atașez cu agrafe. Cam așa se scrie această carte... Sper ca fiecare să vă găsiți răspunsul exact atunci când aveți nevoie de el.

Cartea poate fi citită într-un ritm al ei... pentru că informația din ea trebuie integrată. Poate că citiți un capitol și câteva zile aveți nevoie să integrați și să permiteți eliberarea și poate vindecarea. Citiți cartea în ritmul vostru... Repetițiile pe care le găsiți sunt pentru a schimba informația din interior. S-a demonstrat științific... creierul are nevoie de 28 de zile pentru a schimba o informație. Prin repetiție și conștientizare se poate realiza asta.

Punctele de suspensie pe care le-am pus intenționat între cuvinte își au rostul lor. Este o formă de a face o mică pauză pentru a repeta și conștientiza cuvintele.

Știu că există, la început de perioadă de vindecare, momente în care poate nu sunteți de acord cu ceea ce citiți... ar fi bine să aprofundați informația. Ar putea fi un blocaj la nivel conștient, însă se poate trece peste. Așa mi s-a întâmplat prima dată când am citit cartea *Secretul*. Am lăsat-o spunând: ăștia îmi spală creierii. Era scrisă după mentalitatea americană, însă legea atracției universale

este cât se poate de adevărată. Io am lucrat pe vase de croazieră vreo 8 ani și cunoșteam americanii și mentalitățile lor cât de cât, negeneralizând.

După această întâmplare am descoperit cărțile maestrului Aivanhov, Deepak Chopra, Jasmuheen, Osho, Argeșanu etc... și atunci am început să studiez mai serios. Toți spuneau cu alte cuvinte cam aceleași lucruri. Cartea sau informația ajungea la mine la momentul potrivit. Într-o perioadă relativ scurtă am înțeles că blocajul era la mine... neînțelegerea de la acel moment era a mea... Prin aprofundare, acest blocaj se disipă și mintea începe să caute, să accepte și să înțeleagă că lumea ESTE... așa sau așa, fiecare cum crede de cuviință să o înțeleagă. Dar vine un moment când te simți liniștit și începi să vezi frumosul acestei lumi... dincolo de judecăți, orgolii, nefericire, neînțelegere, păcate, iertări, iubiri, ură.

Este o lume creată de Dumnezeu și El creează perfect... noi suntem cei care o interpretăm. Când interpretăm frumos, ajungem să vedem frumosul acestei lumi.

Cartea vine în urma unei rugăminți pe care i-am făcut-o Lui. Eram cu o doamnă de vorbă și îi explicam câte ceva... că ar trebui să se iubească pe ea, pe alții... să-și schimbe viziunea despre bărbați, despre orgoliul ei, cam mare de altfel... După ce m-a ascultat puțin, aparent dându-mi senzația că a înțeles, urmează concluzia ei... Să vă spun eu cum e... bărbații sunt niște porci și toți vor numai sex. Și vorbea, vorbea... stăteam acolo, dar nu o mai auzeam... eram SUS și Îl întrebam: De ce mă ții aici? Pot face lucruri mult mai bune decât să-i vorbesc uneia care nu vrea să asculte... variante noi. Și de atunci am fost lăsată liberă să merg pe unde am fost ghidată și să ajut pe cei care voiau.

Poate eram la parc și pe canapea se așeza cineva lângă mine și așa începea discuția. Poate eram la bancă, cineva nu se simțea bine și

asa, la nivel subtil, făceam ceea ce știam. La mare, la munte, în Austria, în Poiana Brașov, Constanța, București etc., pe parcursul acestor aproape patru ani am făcut ceea ce-l rugasem... să mă lase liberă... să ajut discret. O libertate aparentă, dar binefăcătoare pentru mine și pentru alții. Am fost în jurul unei gravide într-o librărie când brusc i-a venit rău, am fost în preajma unui om care urcat pe un stâlp, a căzut de la 4 metri, am fost în jur când aveau chef de ceartă alții... fel de fel de experiențe. În parc, la alimentară, la spectacole, la restaurant, la terase... Există în tine răzvrătirea de moment, dar îți trece și înțelegi că binele Lui este binele mai multora în același timp. Este un indicator interior care te ghidează și simți. Aici... sau NU aici, acum... sau nu acum, pe aici... sau nu pe aici.

EL îi iubește pe toți, fără să-i judece... ar fi bine să-i iubim și să-i acceptăm pe toți... pentru a-L înțelege pe EL (este un fel de a spune). Există un motiv în tot ce vi s-a întâmplat și în tot ce vi se întâmplă... cum priviți voi lucrurile depinde de voi dacă vă faceți IAD sau RAI din experiențele trăite.

Principiul lui IOV...

Evoluția fiecăruia este clar, diferită. Am avut unele experiențe pe care nu le poți descrie în cuvinte. Sunt experiențe care sunt necesare, care se întrepătrund și care îți sunt explicate un pic mai târziu când ești pregătit sau când toate piesele de puzzle s-au așezat, înțelegi.

De-a lungul acestor ani, au fost momente frumoase care au alternat cu experiențe mai puțin frumoase (asta, ca să nu le numesc altfel). Am fost pusă în situația să accept orice venea spre mine. Am întrebat: de ce? Mi s-a răspuns: CA SĂ DEMONSTREZI. Știam cumva că nu trebuie să demonstrezi nimănui nimic..., însă ar fi bine să-ți

demonstrezi ție. Asta este esența... dacă ți-e frică de ceva... să-ți demonstrezi că treci peste frica ta... dacă tu crezi că nu poți face ceva... faci, dacă spui că nu poți să traiești fără cineva... îți demonstrezi ție că poți și că viața merge înainte... ASTA ÎNSEAMNĂ SĂ DEMONSTREZI!

Dincolo de conștient este SINELE tău superior și sufletul, care au venit pentru niște lecții anume... când te trezești, ei te ghidează. Sinele superior, sufletul, ghizii, îngerii, arhanghelii, maeștrii, oamenii de rând, părinții, soții, soțiile, prietenii, dușmanii în ghilimele, copiii și, nu în ultimul rând, EL. (nu se supără că am ales această ordine) în fiecare dintre cei enumerați și nu numai, este o scântie de EL. Cu ajutorul lor, tu ajungi să-ți demonstrezi... ce, cât, cum, unde... POȚI. Poți fi bine, poți fi fericit, poți fi iubit, sănătos. Poți fi merituos, poți fi special, poți fi iubitor. Poți și meriți... TOTUL... și așa ajungi de la POȚI la SUNT... sunt bine, fericit, iubit, sănătos, special, frumos, deștept, bogat, iubitor.

M-am gândit că sunt pe principiul lui IOV, am trecut și mai trec prin tot ceea ce se consideră necesar. Știți că IOV îl iubea pe Dumnezeu și demonul spunea dacă îi iei astea lui IOV, sau dacă-i faci asta lui IOV, ia să vezi că nu o să te mai iubească... și a îngăduit Dumnezeu asupra lui multe și grele... până la un moment dat. IOV nu s-a lepădat de DOMNUL și a demonstrat că Domnul a dat, Domnul a luat, fie numele Domnului binecuvântat.

Într-o zi, mi s-a părut că ajunsesem la limita a ceea ce se îngăduia asupra mea și supărată, am mers la EL și, cu pumnii strânși ca pentru lovitură, l-am întrebat: DE CE ÎNGĂDUI ASTA ASUPRA MEA? Și nu am auzit niciun răspuns... am plecat de acolo supărată și oarecum surprinsă pentru că eram obișnuită să mi se răspundă. Eram ca un copil supărat pe TATĂL pentru că nu înțelegea până când... În această perioadă am simțit la un moment dat că era

prea mult... Am rămas așa, uimită de tăcerea LUI vreo săptămână. Într-o zi am găsit răspunsul într-o carte pe care o aveam cumpărată de vreun an, dar nu o citisem. Adevărul este că fiecare carte am citit-o la un moment anume. Nici mai devreme, nici mai târziu, ci ca un următor pas în evoluție. În *ASCENSIUNEA* de SUSAN SHUMSKY scrie... De aceea orice ființă care poate vorbi, transmițându-ți un mesaj, cum ar fi o ființă divină sau un maestru înălțat la cer, nu reprezintă realitatea supremă, ci un aspect al realității relative. Realitatea supremă non duală este întotdeauna tăcută și nu vorbește niciodată. Citind ultima propoziție am înțeles că fusem în ESENȚĂ... și aia a fost vindecarea mea. Neînțelegerea noastră de la un anumit moment, pentru EL înseamnă vindecarea noastră în perspectivă. Am zâmbit și am gândit: ȚI-a luat cam mult să-mi răspunzi...

Le explicam oamenilor apropiați mie că nu merg acolo... sau că sunt trimisă acolo... și pentru ei era cumva de neînțeles până în momentul în care vedeam cine apărea acolo sau cine avea diferite întrebări la care puteam răspunde... și, în timp, am înțeles că a face VOIE DIVINĂ nu înseamnă ca ești un roboțel care face ce vrea EL. Ești o ființă care ajută la un moment în locuri diferite, pe plajă, la munte, la bancă, la magazinul din colț, la școală, la serviciu, la mall, acolo unde este VOIE și NEVOIE. Dincolo de asta sunt lecțiile pe care le aveam de trecut și pașii mei în evoluție... pe calea mea.

Credința

Asta este o pagină pe care am scris-o prin 2005 și m-am gândit că ar fi bine să fie introdusă în carte. Acum, când mi-am recăpătat credința, îmi este cel mai simplu să vorbesc despre ea. Are o altă valoare pentru mine și îmi doresc asta pentru toți. Credem că,

dacă mergem la biserică, dacă plătim acatiste, dacă stăm în genunchi la slujbă, dacă mergem la moaște, sau în pelerinaje, suntem credincioși... Este bine să înțelegem ceva. Dincolo de aceste lucruri fizice, care au importanța lor, trebuie să ai credință în suflet. Trebuie să o simți. Să știi în fiecare moment al vieții tale, că EL este lângă tine. Și când îți este bine, și când îți este mai puțin bine. Să știi că EL este cu tine. El este ca un tată care-și face datoria de tată față de copiii pe care i-a făcut, i-a adus pe lume AICI; ACUM; PREZENT.

EL nu ne judecă, nu vrea să ne vadă suferinzi, nu ne scrie pe o foaie faptele bune sau rele, invidiile, ura, răutățile. Știți cine face asta? NOI. Noi, cu fiecare moment în care urâm, blestemăm, ne bucurăm de răul altora, ne scriem faptele pe o foaie invizibilă și fiecare cuvânt are energie și uite așa ne întâlnim în viitorul apropiat cu exact acele emoții care ne aduc aminte de ceea ce am scris pe foaia invizibilă. Avem tendința să ne scužăm. Dumnezeu mi-a dat asta, așa vrea Dumnezeu, ne-a bătut Dumnezeu. Este un mare neadevăr. Noi singuri ne-am făcut asta. EL stă și asteaptă până când noi înțelegem asta. Ne trimite oameni, prin preoți la o spovedanie spun, lasă, iartă..., dar noi ieșim de acolo și continuăm să purtăm ranchiună, să urâm, nu iertăm, dușmănim... noi avem nevoie de schimbare.

Astea erau gândurile mele în 2005 la început de drum.

Vacanțele, weekendurile... oamenii, maestrul..., locurile... CALEA Se spune că atunci când îți alegi un loc pentru vacanță, mergi să-ți recuperezi sufletul rămas acolo din viețile anterioare. O fi adevărat sau nu? Ținând cont că io am fost cu vaporul în jurul lumii de două ori... am avut ceva de recuperat... În funcție de Karma pe care o ai în acele locuri, unele vacanțe pot fi frumoase, altele mai puțin frumoase... sau plăcute. În funcție de experiențele trăite în