

# **Frumusețe în dar**

## **Vindecarea sufletului**

Dumnezeu este chiar dragostea ta

Ediția a II-a

Prefață de Maria Timuc





**Editura Dharana**

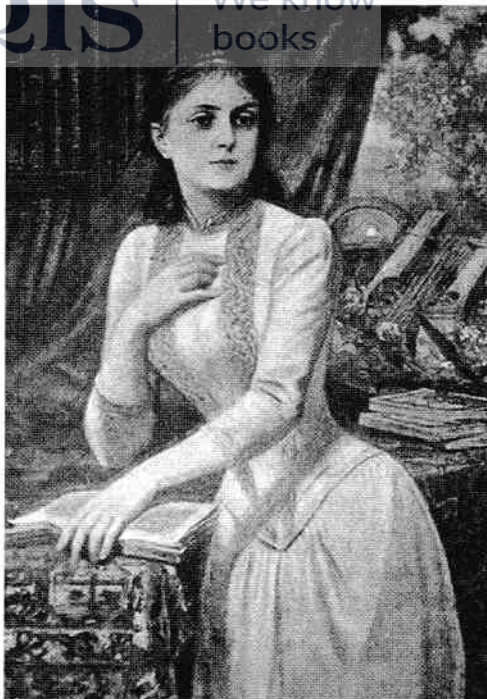
**București**

**2022**

SINGURĂTATE.....	5
MARIUS GHIDEL – UN OM FĂRĂ EGO, CARE M-A CONVINS CĂ FACE EL ÎNSUȘI CEEA CE SPUNE .....	9
DACĂ VREI, POT SĂ TE ÎNVĂȚ SĂ MORI PUȚIN.....	15
EXERCITII DE APRECIERE, RECUNOȘȚINȚĂ ȘI MUȚUMIRE	
GÂNDURI DIN INFINIT .....	21
CALEA ZEILOR – CALEA ABSOLUTEI VULNERABILITĂȚI.....	25
POARTA STELARĂ ORIUNDE TE AFLI.....	33
UCENICUL CEL NEMUȚUMIT DE TOATE.....	54
O BUCATĂ DE ADEVĂR .....	66
PUNCTUL .....	75
CUM AR TREBUI SĂ SE IUBEASCĂ ÎNGERII OAMENI? .....	84
PUTEREA CUVINTELOR .....	93
DOUĂ ÎNTRUPĂRI: POȘTAȘ ȘI PREOT ÎN EGIPTUL ANTIC.....	101
FLUTURELE ALBASTRU.....	112
SOARELE ȘI PEȘTERA.....	118
NU VĂ LEGAȚI DE GÂNDURI .....	125
PACEA SUFLETULUI .....	139
LA O CABANĂ – CĂLĂTORIE ÎN TRECUTUL ALTEI PERSOANE .....	142
DACĂ-I PUI CONDIȚII LUMII, ÎȚI ÎNCHIZI POARTA CERULUI .....	151
OMUL CEL MAI IUBIT DE DUMNEZEU .....	155
LECȚIILE VIEȚII – SĂ NU TE SUPERI PE PIETRE CÂND CAZI .....	161
MAESTRUL JAPONEZ.....	166

<p>   </p>	<p> <b>AȘAZĂ-TE ȘI BEA UN CEAI CU IUBITUL TĂU</b>  <b>STĂPÂN</b> ..... 178  <b>TOATE MINUNILE LUMII SUNT ALE TALE</b>..... 189  <b>PĂZITORII NEMURITORI... DIN MUNȚII BUCEGI</b>. 196  <b>PRIVEȘTE CERUL</b>          (Înainte de a face orice, ar trebui să ne uităm în sus)..... 202  <b>CÂT TIMP REZIȘTI ÎN FOC?</b>..... 209  <b>M-AM ÎNTÂLNIT CU DUMNEZEU</b> ..... 218  <b>SINGURA NOASTRĂ PROBLEMĂ ESTE CĂ NU</b>  <b>DĂRUIM DESTULĂ DRAGOSTE</b> ..... 224  <b>SCĂRI SPRE INFINIT</b> ..... 229  <b>UCENICUL ȘI ÎNȚELEPTUL</b> ..... 236  <b>VULNERABILITATEA ESTE CA O STÂNCĂ DE</b>  <b>TARE</b> ..... 243  <b>O STATUIE VENEȚIANĂ VIE</b> ..... 251  <b>TU CE AI VĂZUT?</b>..... 259  <b>TAIE ORICE LEGĂTURĂ CU PĂMÂNTUL PENTRU</b>  <b>A PUTEA ZBURA</b> ..... 266  <b>NORUL ÎNDRĂGOSTIT DE O DUNĂ AURIE</b>          Dacă vrei, aș putea să fiu eu acum o ploaie numai          pentru tine..... 275  <b>PICTORUL CARE A INTRAT ÎN TABLOU</b>..... 280  <b>FĂRĂ MINTE TOTUL ESTE ÎN PACE ȘI ARMONIE</b>288  <b>AA, DA? NICIO REACȚIE, NICIODATĂ, ORICE</b>  <b>AR FI</b>..... 295  <b>DĂRÂMĂ TOATE ZIDURILE DE APĂRARE!</b>  <b>NU AI NEVOIE DE ELE!</b>..... 301  <b>DARUL DIVIN</b>..... 307  <b>CLOPOȚEII DE VÂNT DE LA POARTA SUFLE-</b>  <b>TULUI</b>..... 313  <b>STELUȚELE ROZ</b>..... 319  <b>OAMENII CONSTRUIESC PEA MULTE ZIDURI</b>  <b>DE APĂRARE ȘI PEA PUȚINE PODURI</b>..... 328  <b>FIU AL NIMICULUI</b>..... 335       </p>
---	--

LIBRIS	We know books	
CONTESSA CEA BOGATĂ.....		337
RĂMĂI TOTAL DESPRINS .....		345
JERTFA DE SINE ESTE IUBIREA! .....		353
SECRETUL MULȚUMIRII .....		362
TE-AI GÂNDIT LA MINE?.....		371
ASCETUL ÎMPĂRAT .....		379
CĂLĂTORIE PRIN TUNELUL TIMPULUI .....		387
PRIVIREA LUI IISUS.....		395
AZUR.....		402
LIFTUL CARE TE DUCE ÎN ALTĂ LUME .....		410
DESPRINDEREA.....		416
TOATE ÎȚI SUNT BUNE ȘI DE FOLOS.....		420
ZDRENȚĂROSUL FERICIT .....		428
NU RĂMÂNEM DECÂT CU CEEA CE DĂRUIM .....		435
PEDALEAZĂ, PEDALEAZĂ.....		441
CERUL ȘI PĂMÂNTUL .....		471
ARTA MULȚUMIRII - GRĂDINA DE NISIP .....		474
PRIVEȘTE, DAR NU ATINGE!.....		479
PERMISIUNI.....		481
KYRIE ELEISON - DOMNUL, DUMNEZEUL MEU ..		488
BIBLIOGRAFIE .....		501

**SINGURĂTATE**

*Spiritus astra petit...*

Hai, suflete în zbor departe,  
Spre cer, pe-a viselor potece,  
Pe unde gând profan nu trece  
Și n-ai de nici o grijă parte:  
Hai, suflete, cât mai departe,  
Pământu-n noapte să se-nece!

Să ne-avântăm în infinit...  
Sondând superba înălțime  
Să rătăcim în zări sublime,  
În cer de-azur, locaș râvnit;

O, suflet, duh ales și pur,  
Săltând din pământescă tină,  
Să-ți rupi cătuși de vizuină;  
Deci, lasă-ți corpul, beci obscur,  
Și vino în eternul pur,  
Să facem baie în lumină.

O, vino să ne bucurăm  
De-a fericirii plinătate!  
În drum de-o fi vreo greutate,  
Găsi-vom, totuși, ce sperăm;  
Căci vom putea ca să gustăm  
A liniștei singurătate.

Și vom dezveli deodată  
Eterne taine, mult profunde,  
Ce infinitul le ascunde  
Acestei lumi, ce-n van le cată;  
Și vom zâmbi, ca de-o erată,  
De-a lumii cunoștințe scunde!

Al nostru ochi descoperi-va  
Reala față-a tot ce este  
Și printr-o vrajă, ca-n poveste,  
Tot universul lămuri-și-va  
Secretul, care-atunci vorbi-va  
Din fir a păr - măreață veste;

Iar adevăr, frumos și bine,  
Făr-a răni cu-a lor prezență,  
Ne-or apărea chiar în esență,

Cu străluciri de tot senine;  
O, suflet, fericiri divine  
Ne-or copleși prin excelență!

O, sfânt deliciu, voluptate!  
Să contemplăm esența pură  
Și-a tale taine, o, Natură,  
Și frumuseți abia visate!  
E o supremă voluptate,  
Al cărei dor e o tortură.

Ah, ce tortură negrăită!  
Tu, suflete nemuritor,  
Ai vrea să te înalți în zbor  
Spre bolta cea nemărginită;  
Dar nu poți - caznă negrăită!  
Să scapi de corpul târâtor.

Zadarnic dorul te-nfioară,  
Vrând taine mari să descifrezi;  
Să zbori și dulce să visezi,  
Ca un avar l-a sa comoară,  
Căci corpul greu te împresoară  
Cu lanțul gliei, să cedezi.

Dar să răbdăm. E-o zi anume,  
Când sufletul se liberează,  
Sfărmandu-și lanțul, și pe-o rază,  
Senin se-nalță, ca din spume,  
Spre-al său locaș din altă lume  
Și în lumină se-mbăiază.

O, suflete, speranța-i mare...  
Fixat e ceasul când ai să treci

Urcând pe sfintele poteci;

Frumoasă zi - frumos dispere.

O, suflete, speranța-i mare:

Totul trece... Dumnezeu e-n veci!

Iulia Hașdeu - Paris, 16 aprilie 1888 <sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Iulia Hașdeu - Paris, 16 aprilie 1888 (poezie scrisă cu cinci luni înainte de moartea autoarei; Ed. Saeculum I.O., București, 2005)

Experiențele lui Marius Ghidel mi-au zdruncinat simțul realității înainte să scrie prima sa carte, „Shangri La – Frumusețea fără margini a Divinului. Calea către fericire” (Editura Dharana), și m-au dus către căutarea unor referințe în experiențele psi din lumea întreagă. Am constatat că unele dintre ele sunt comune, le-au trăit oameni din diferite zone ale lumii, altele sunt frecvente și le-au trăit oameni pe care i-am întâlnit la diferite evenimente, conferințe, lansări de carte sau printre prieteni, iar unele sunt unice. În această ultimă categorie aș încadra amintirile pe care Marius Ghidel le are din peregrinările spiritului său prin univers. El își amintește că a existat de când Dumnezeu se gândea să creeze lumea. Pare neverosimil, ca o poveste pentru copii, nu avem dovezi că lucrurile au stat întocmai cum ni le povestește Marius, dar nu avem nici dovezi că ele n-ar fi adevărate. Putem alege să credem sau nu povestea vieții lui și, în funcție de asta, putem alege să intrăm în grația înțelepciunii (simplă, aș spune) pe care el ne-o aduce.

Cartea de față, deși conține unele experiențe pe care Marius le-a trăit în diferite perioade ale vieții sale, este mai degrabă o carte de înțelepciune. Experiențele spirituale spontane pe care le-a trăit sunt sursa acestei înțelepciuni și izvorul unei cunoașteri simple a sensului vieții. Noi, cu toții, mai devreme sau mai târziu, ne punem întrebări despre cine suntem, ce-i cu noi în lume, unde mergem, de unde venim și, mai ales, ne întrebăm cum să trăim așa încât să-i dăm sens vieții, să ne regăsim, să ne armonizăm cu lumea și cu adevărul spiritual sau, mai precis, să fim mai fericiți. De asemenea, ne întrebăm ce se întâmplă cu noi după ce dezbrăcăm haina numită corp fizic, și constatăm – inclusiv din

experiențele lui Marius Ghidel – că ceea ce suntem și facem în această viață contează și devine temelia a ceea ce vom trăi dincolo. Există astăzi nenumărate referințe, care spun că sentimentul „de a fi Eu” continuă să existe după ce dezbrăcăm haina noastră de carne și că, iată, nu luăm nimic material din lumea aceasta, ci numai experiențele non fizice trăite de-a lungul vieții. Asta ne spune și Marius Ghidel. Că nu suntem în această viață materială din întâmplare, că aici și acum avem oportunitatea învățării prin experiență și a alegerii de a păși către Mântuire sau, din pricina întinericului și a alegerilor bazate pe iluzie și minciuna Egoului, să ratăm șansa de a ne cunoaște pe noi înșine în adevărata frumusețe a ființei noastre.

Mărturisesc că mi s-au învățat din nou neuronii, citind acest al doilea volum al lui Marius Ghidel, și asta din cauza repetiției, care nu e chiar ușor de înghițit de către mintea noastră. Mintea – pentru a-și menține interesul – are nevoie de noutate, de schimbare, ea țese permanent, face și desface, complică, în loc să simplifice, amplifică și te portă de la Ana la Caiafa chiar și într-o noapte în care nu poți dormi. Tocmai pentru că mintea aleargă neconținut și zburdă după lucruri complicate, nu izbutim să adormim. Dacă ne concentrăm atenția asupra rugăciunii Tatăl Nostru și o repetăm neîncetat, mintea se plictisește și adoarme.

Cartea lui Marius Ghidel e ca o poartă secretă prin care poți ieși din minte tocmai datorită repetiției învățăturilor. Cum să-ți abandonezi Egoul, aceasta este întrebarea lui Marius, cum să renunți la el în diferite situații, cum să ieși din conflict și să intri în armonie cu divinul, care este în tine? Cum să-ți amintești că tu ești iubirea, cum să abandonezi iluzia că răul are o existență reală, cum să-ți aduci aminte că răul este o invenție a Egoului și nu este o creație a lui Dumnezeu?

De ce Egoul și conflictul apar în prim plan în învățăturile lui Marius Ghidel? Pentru că Egoul creează conflict, el este sursa suferinței umane și înțelegerea felului în care putem renunța la Egoul nostru în viața de zi cu zi ne poate ridica și duce către trăirea în lumină, în adevăr, în bucurie, în grație și în comuniune cu divinul, care ne călăuzește și așteaptă să vedem și să simțim că el este mereu cu noi.

Citind cartea lui Marius Ghidel și depășind negativitatea propriei mele minți am simțit – în cele din urmă – o infuzie de energie, care m-a susținut o vreme în a-mi corecta anumite reacții egotice, pe care le și recunoșteam cu mai mare ușurință. Asta am simțit eu, dar fiecare om este unic, așa încât cititorii ar putea experimenta alte trăiri, după nevoile lor și posibilitățile spirituale, mentale și emoționale personale. Ușa către Sine, către mai multă acceptare a oamenilor, către chemările vieții, către înțelegere și mai multă blândețe, compasiune și recunoștință, pare să se deschidă atunci când, ieșind de sub teroarea minții și a percepțiilor ei negative, intrăm într-un câmp de energie mai înalt, în care găsim ceea ce avem nevoie fiecare pentru a deveni iubirea care suntem. Mintea, cea care tinde să interpreteze totul negativ, creându-ne un Ego puternic și menținându-ne în domeniile de frecvență ale lumii materiale, este înlocuită cu intuiția și cunoașterea Sinelui când izbutim să-i înțelegem iluziile și să nu-i mai dăm încredere. Repetițiile lui Marius ne pot scoate din minte, repet și eu acum, cu condiția să renunțăm conștient la eventuala revoltă a minții. Dincolo de mintea noastră negativă locuiește Sinele, cu virtuțile sale: iubirea, acceptarea, recunoștința, dăruirea, adevărata iubire de sine și de ceilalți, conștiința și conștiința reală, bucuria de a fi și a înțelege lumea și viața.

Marius spune că vâlul care separă lumea materială de cea spirituală nu-i altceva decât o cortină făcută din gânduri. Iubind cu adevărat, așa cum ne iubește Dumnezeu pe noi,

renunțând la a eticheta lucrurile ca fiind bune sau rele, putem trece de cortina de gânduri cu ușurință și putem percepe și experimenta realitatea universului spiritual, așa cum el însuși o experimentează. A evolua spiritual înseamnă a trăi iubirea ca experiență în viața noastră de zi cu zi, a renunța la orice motiv de supărare, mânie, ură, vinovăție, frică etc., pentru că toate vin spre noi ca imagini în oglindă ale propriilor noastre judecăți.

Cunoscându-l mai bine pe Marius Ghidel după publicarea primei cărți, mergând împreună la conferințe, lansări de carte și activități comune diverse, am constatat că el trăiește precum vorbește și tocmai aceasta m-a convins că el ar putea să fie autentic. Marius nu se amestecă în supărările lumii înconjurătoare, nu se înfurie, nu critică, nu vorbește de rău, nu alimentează negativitatea în nici o formă, este complet detașat, liniștit și „departe de frământările lumii”. Pot spune că este, din acest punct de vedere, unic. Marius Ghidel nu are Ego: dacă i-am spus într-o zi să meargă la piață și să-și gătească singur o ciorbă, s-a îmbrăcat îndată, s-a dus la piață, și-a făcut ciorba și mi-a trimis oala cu ciorbă pe WhatsApp, să văd că a făcut ce i-am spus. Dacă altă persoană l-a rugat ceva, el a făcut acel lucru, fără să-i pese că pierde ceva sau să se simtă umilit. Absența Egoului, despre care el scrie în această carte, este – probabil – cheia care descurie ușa mării iubiri și a luminii divinului și pentru noi. Pentru mine, autenticitatea lui Marius Ghidel este confirmată în viața de zi cu zi: el este ca „un copil”, spune cu ușurință „nu știu”, „nu pot”, „nu înțeleg”, inclusiv „nu știu cum este să fiu furios”, „nu știu să mă supăr” etc. și nu se simte inferior, cum nici nu are accese de superioritate. Nu cred că el înțelege cât de greu le este oamenilor să renunțe la Ego-ul lor, având în vedere că Marius nu știe exact cum se trăiește Ego-ul, dar știe cu certitudine că Ego-ul poate și trebuie depășit. În felul său propriu, repetând până ne intră în cap (în subconștient),

Marius ne spune: cu dorință, voință, rugăciune și dedicare, cu exercițiu făcut conștient și în toate situațiile de viață, putem într-o zi să lăsăm în urmă mintea noastră negativă pentru a fi mai fericiți și a percepe darul vieții și frumusețea minunată a divinului, care strălucește dincolo de vălurile minții noastre.

Un argument forte pentru teoria lui Marius Ghidel (și anume aceea care face subiectul central al cărții: nu există decât două persoane – Tu și Dumnezeu, iar tot ce se întâmplă este oglinda ta) este și o descoperire științifică, pe care mărturisesc că am aflat-o recent, într-o conferință cu Gregg Braden la București; este vorba despre „neuronul oglindă”. Descoperit de un grup de cercetători italieni, în frunte cu Giacomo Rizzalotti, neuronul oglindă se activează în creier în două situații: fie când noi înșine avem o experiență, fie când privim experiența altei persoane. Un alt cercetător a demonstrat că neuronul oglindă nu copiază doar acțiunea altei persoane, ci și ceea ce simte ea sau, cu alte cuvinte, creierul nu face distincția între ceea ce trăim noi și trăirea altei persoane. Această descoperire descrie o bază biologică a empatiei, dar demonstrează, pe de altă parte, că oglindirea este un fenomen fundamental al existenței, al conștiinței umane. Asta ar însemna că Marius Ghidel are dreptate: tot ce vedem sau ce ni se întâmplă este oglinda noastră și de aceea nu avem motiv să ne supărăm pe oglinda care ne arată chipul, oricât de neplăcut ni s-ar părea. Mai mult, citind cartea lui, cu repetițiile ei cu tot, propriii noștri neuroni oglindă s-ar putea activa pentru a imita detașarea și absența Egoului, precum și iubirea desăvârșită pentru Dumnezeu și lume, această lume cu adevărat nevinovată pentru că ne arată ce simțim, cum suntem și ce trăim, ce avem de vindecat în interiorul nostru, în minte și în emoții. Gregg Braden a spus că văzând experiența vindecării altei persoane, creie-

rul poate reproduce substanțele chimice necesare pentru propria vindecare”.

Implicațiile existenței acestor neuroni ar putea fi mult mai profunde, căci este posibil ca creierul nostru să oglindească totul, cum spune Marius Ghidel, și atunci ar fi deosebit de important ca fiecare ființă să iubească, să fie prin ea însăși lumină, iubire, frumusețe și grație, așa încât – în cele din urmă, lumea noastră să se schimbe cu adevărat. De asemenea, existența neuronilor oglindă ar putea sugera că nu este corect să încercăm să schimbăm lumea (oglindea), ci numai pe noi înșine, să mergem în interiorul nostru, acolo unde este cauza suferinței, și să-i oferim lumii un exemplu de dragoste și de lumină, așa încât ceilalți, întâlnindu-ne, să ne imite, fie și inconștient. Căci, este clar, cea mai mare putere de schimbare a lumii este chiar omul care s-a transformat pe sine în iubire și lumină. Exemplul personal este imitat și preluat automat prin instrumentele pe care le avem, deja, în creierul nostru. Aceasta este cu adevărat o descoperire de proporții, care ne poate dărui încă multe semnificații, unele dintre ele scrise în această carte de către Marius Ghidel, cărui i s-au revelat.

Fie ca toate acestea să vă fie de folos, spre lumină și vindecare, spre iubire și frumusețe interioară.

Maria Timuc