

**LBRIS**

We know  
books

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**

**GHEORGHÎĂ, NICULINA**

**Susține conștient adolescența : ghid practic de psihologie**

**cuantică** / Niculina Gheorghîță. - Ed. reviz.. - Brașov :

Holisterapia, 2023

Conține bibliografie

ISBN 978-606-95832-8-9

159.9

**Niculina Gheorghîță**

# **Susține conștient adolescența**

**Ghid practic de psihologie cuantică**

Ediție revizuită

**Copyright © 2023, Niculina GHEORGHÎĂ**

Toate drepturile sunt rezervate. Nici o parte a  
acestei cărți nu poate fi reprodusă, copiată  
sau transmisă, în orice formă sau prin orice  
mijloace, fără permisiunea scrisă a autorului.



**Brașov, 2023**

## Cuprins

Introducere .....	13
Capitolul 1: Cum funcționăm ca oameni în și pentru armonie .....	21
Capitolul 2: Creierul uman în perioada adolescenței și activarea corpurilor subtile ...	41
Capitolul 3: Conectarea cerebrală și nevoia de relaționare .....	63
Capitolul 4: Înțelege adolescența .....	87
Capitolul 5: Securizează adolescența .....	109
Capitolul 6: Creează conștient armonia cu adolescența .....	127
Capitolul 7: Susține conștient adolescența – exerciții practice .....	139
Bibliografie .....	157

## Capitolul 1

**Cum funcționăm ca oameni în și  
pentru armonie**

Suntem ființe eterne, cu un potențial nelimitat de manifestat în planul fizic, material, concret. Dacă acceptăm această informație, ne observăm, ne dăm voie să experimentăm și intenționăm să ne dezvoltăm și să creștem de la o zi la alta va intra în aria noastră de acceptare manifestarea armoniei cu noi și cu cei din jur.

Se pare că am venit în această existență să experimentăm cât mai multe pentru a evolua și a ne dezvolta o minte extraordinară cu care să stăpânim ca ființe infinite partea finită, partea finită din jurul nostru adică, materia.

Încă de la nivel genetic avem implementată informația să trăim în armonie. Pentru a crea și a ne manifesta, pentru a trăi în armonie este necesar să fim în starea de prezență. Asta înseamnă să fim în actul creator cu totul adică cu întreaga ființă corp - minte - spirit. Actul creator din punctul meu de

vedere este orice acțiune pe care o facem, de la simple discuții până la a transpune în materie o idee.

Am constatat că atunci când ești în starea de prezență de fapt manifesti adevărata iubire. Iubirea implică: atenție, acceptare, dăruire.

Pentru a putea manifesta aceste abilități este necesar să fii acolo, prezent, conștient, implicat.

Se știe că omul are de experimentat în existența umană **iubirea**. Iubirea este exact acea stare „de a fi aici și acum” prin tot ceea ce faci.

Fiecare geniu creator atunci când creează nu se mai gândește la nimic altceva ci doar simte și trăiește acolo în ceea ce face, și astfel descarcă informațiile potrivite pentru noua creație.

Starea de prezență este acea stare în care te simți în acel moment cu tot și toate. În stare de prezență nu mai identifiți timpul ca măsură imuabilă a vieții.

Dintotdeauna se știe că adevărul te duce la iubire, pace și libertate. Adevărul este definit de marii maestri ai spiritualității și manifestării divinului în materie, ca fiind trăirea sau ceea ce experimentezi în viața ta folosind o informație sau alta.

Pentru a manifesta și crea armonie este necesar să accesezi și să trăiești iubirea, genialitatea și pacea.

Vom descoperi pe parcursul cărții cum în fiecare din aceste abilități este necesară prezența în aici și acum. După ce ai accesat aceste abilități prin trăire ajungi să le conții, să le manifesti firesc și le poți crea și în relațiile din jur prin ceea ce numim armonie.

### 1.1 Iubirea în manifestare

Din toate studiile și cercetările am ajuns la concluzia că iubirea implică: atenție, acceptare, dăruire. Vom spune „ce simplu”, dar când trecem la fapte pentru a manifesta aceste abilități avem nevoie de starea de a fi acolo. A fi acolo înseamnă prezență.

Când ești prezent accepți ce vezi și primești fără să cataloghezi, să etichetezi, să critici pentru că nu mai ai termene de comparație, nu te mai duci în trecut la un standard creat de cineva cândva.

Când ești în prezență de fapt iubești acea persoană, situație, moment pentru ceea ce este atunci.

Când ești acolo, în prezent, adică în iubire, poți vedea frumosul din nimic, liniștea din haos și creația din mișcare.

Când manifesti iubirea, această abilitate divină, tu ești totul și totul este așa cum trebuie să fie. Pentru

că totul se manifestă conform credințelor tale, conform intențiilor tale și conform trăirilor tale.

Pentru a putea manifesta iubirea, pentru a crea armonie în relații vă puteți ajuta de afirmația:

✓ „**Eu sunt dintotdeauna iubire în manifestare.**”

Spunând această afirmație lent ca și cum fiecare cuvânt din ea pătrunde în interiorul corpului vostru fizic prin creștetul capului, ca și cum fiecare cuvânt s-ar odihni în fiecare celulă a corpului fizic, ca și cum ar fi conținute în ADN-ul vostru până la nivel de genă, veți implementa această informație la nivel cerebral. Adică informația ajunsă în creier prin disciplină-adică transmisă destul de des cu trăire și simțire - veți crea noi conexiuni neuronale cu care veți putea manifesta iubirea. Conexiunile odată create vor fi ca niște rețele electrice prin care veți transmite impulsul iubirii în toate acțiunile, faptele și cuvintele voastre.

Transmiterea lor spre exterior, în mediul înconjurător spre relații, întâlniri, evenimente, situații se va face prin frecvența specifică a energiei voastre.

*În căutările și cercetările mele, am citit undeva informația următoare:*

**„Fiecare cuvânt pe care-l emitem este lege pentru univers.”**

*Dezvoltând această informație am înțeles că prin fiecare cuvânt emis, noi atragem din potențialul cuantic energie de frecvența cuvântului respectiv. Această energie o colapsăm în funcție de intenție, iar prin atenție și concentrare o aducem în planul fizic, concret.*

*Deci cuvântul este informație, trăirea este energia, iar prin atenție și concentrare ținem intenția noastră în prezent. Acest lucru va duce la materializarea a ceea ce vrei să manifesti.*

Iubirea în manifestare se manifestă prin simpla prezență, acolo unde te afli cu toată ființa sa.

Conform informației legată de cuvântul care o dată emis devine lege pentru univers, spunând afirmațiile sugerate în carte, așa cum am descris mai sus, veți vedea că prin această focusare a minții prin afirmații lucrate conștient prin trăire (simțire) și atenție, veți manifesta iubirea așa cum o aveți implementată la nivel de Spirit (Sine Divin).

## 1.2 Geniul în manifestare

Din punctul meu de vedere a fi geniu înseamnă să descarci informații din potențialul cuantic pe care

să le structurezi, să le transmiți și să le implementezi în materie conștient, sub o altă modalitate decât au mai fost implementate cândva. Pentru a putea accesa genialitatea este necesar să ai „traducătorul” - adică mintea - pregătit. Ce înseamnă mintea pregătită? Adică să ai o viziune deschisă. „Cum?” veți întreba.

Pentru a activa o minte deschisă este necesar să conții:

- Starea de prezență sau poziția de observator;
- Acceptarea și a altor posibilități de manifestare a creației decât cele folosite până în prezent;
- Dorința de a transmite frumosul în creație.

#### *a. Starea de prezență sau poziția de observator*

În termeni populari, numim starea de prezență atunci când faci ceva din pasiune. În acea activitate făcută cu pasiune ești acolo în ceea ce faci. În acel moment, timpul trece de obicei extrem de ușor, parcă se dilată, ești foarte eficient(ă) și foarte fericit(ă) când termini ce lucrezi. Când ai terminat o astfel de activitate exclami: „O, dar când a trecut timpul, nu se poate, parcă au fost câteva minute!” Asta înseamnă că ai fost în prezent, unit(ă) și în comuniune și conectare cu tot și toate.

În general, noi manifestăm pasiunea în câteva activități, iar restul le facem că „trebuie”. Atunci când faci ceva din pasiune **nu** obosești, nu te simți epuizat ci din contra te simți foarte energic, bine dispus, ca și cum te-ai încărcat la „o priză”. De fapt chiar așa este. Atunci când ești în prezent ești în contact direct cu partea divină din tine, cu partea imaterială, cu acea structură principală din ființa ta, care este una cu universul.

De aceea atunci când ești conectat cu tot și toate descarci informațiile necesare pentru a manifesta genialitatea în tot ceea ce faci: fie o mâncare, o activitate de grădinărit, o temă, un proiect, etc.

Pentru a dobândi abilitatea de a putea manifesta starea de prezență în fiecare clipă a vieții tale ai nevoie de disciplină pentru a intra în poziția de observator. Poziția de observator este starea pe care o ai când nu ești în noianul de gânduri și nici în tumultul emoțiilor. Este starea când tu simți că ești în spiritul tău, neinfluențat de nimic din afara ta. Ești tu cu tine, în contact cu exteriorul și nu tu, în exterior, fără tine.

Cum se intră în poziția de observator? Foarte simplu. Orice ai face sau oriunde ești, îți spui în mintea ta două întrebări:

✓ „CE gândesc eu acum?”

✓ „CE simt eu acum?”

Prin aceste două întrebări, descoperi dacă nu ești în prezent, adică dacă faci ceva și te gândești la altceva. Atunci când faci ceva și te gândești la altceva, intri în emoții distructive (furie, agresivitate, frică, etc.), deoarece e un decalaj între ce faci și ce gândești, fenomen care te duce în amintiri din trecut care te țin în emoții. Când faci ceva și te gândești tot la acel ceva, adică ești cu toată ființa acolo nu vei mai intra în emoții deoarece emoțiile sunt provenite din conectarea cu momentele din trecut în care ți-a fost frică, nu ai avut încredere în tine, nu te-ai simțit confortabil.

Dacă descoperi că ai un gând care e departe de ce faci acolo, adu-te în prezent prin atenție la respirație, la corpul fizic, la ce faci și cum îl simți, atinge-ți corpul, uită-te la o mână sau la un picior al tău, etc. Prin această atenție concentrată te aduci în contact cu tine, cu corpul tău și implicit cu ființa ta. Când te aduci în contact cu tine, vei observa că nu mai ai nici o emoție. După ce ai reușit să intri în contact real cu tine, îți recomand să spui o afirmație de genul:

✓ „Eu sunt dintotdeauna în aici și acum.”

✓ „Eu sunt dintotdeauna în prezent.”

Spunând aceste afirmații mintea ta se desprinde de gândul pe care îl rula mai înainte iar tu te poți concentra la ce faci, la cum faci și la cum te simți.

*b. Acceptarea și a altor posibilități de manifestare și creație decât ați folosit până acum.*

Prin această intenție voi vă deschideți mintea spre a înțelege fenomenul sau acțiunea în profunzime. Când accepti că lucrurile se pot face și altfel, te duci într-o altă zonă a creierului tău unde nu ai mai implementat programe mentale până în momentul de față.

Am să vă recomand câteva exerciții prin care vă veți aduce în prezent și care vă vor ajuta să vă deschideți și să acceptați că aceleași activități le puteți face și altfel.

1. Scrieți cuvintele **invers**, adică fiecare literă să o urmeze pe cealaltă în sens **invers** decât am fost obișnuiți până acum;
2. Scrieți pe caiet de la sfârșit spre început (adică paginile se dau **invers**);