

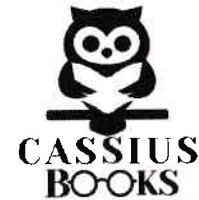
LBRIS

We know
books

Lira Lumi

Miracolul inimii

- Călătoria către esența ta divină -



Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
LIRA, LUMI

Miracolul inimii : călătoria către esența ta divină /

Lira Lumi. - Gilău :

Cassius Books, 2024

ISBN 978-606-9731-96-3

159.9

2

©CASSIUS BOOKS, 2024

Orice reproducere, totală sau parțială, a acestei lucrări, fără acordul scris al editorului, este strict interzisă și se pedepsește conform Legii dreptului de autor. Deținerea unei copii fără suportul fizic și original este ilegală (conform Legii Dreptului de Autor). Ca excepție, se permite preluarea unor scurte citate în eventuale recenzii.

| | |
|--|----|
| Cuprins | |
| Cuvânt înainte | 10 |
| Capitolul 1: Chemarea către miracolul interior - Începutul călătoriei spre sine..... | 14 |
| Chemarea către trezire. O voce din adâncuri | 16 |
| Înțelegerea miracolului interior. Esența divină și conexiunea cu universul..... | 16 |
| Chemarea către călătorie. Acceptarea provocării și deschiderea inimii | 17 |
| Primul pas spre miracol. Intenția conștientă și alegerea de a începe . | 18 |
| Începutul unei adevărate aventuri interioare | 19 |
| Înțelegerea suferinței ca poartă către esență. Natura universală a suferinței | 22 |
| Transformarea durerii în putere interioară. Alchimia interioară..... | 22 |
| Procesul de renaștere și reconectarea cu sinele autentic. Căderea ca prerechizită a renașterii | 23 |
| Integrarea lecțiilor suferinței în viața cotidiană. Cultivarea compasiunii și empatiei | 24 |
| Renașterea ca poartă către esența divină | 25 |
| Capitolul 3: Drumul inimii - De la dorință la împlinire | 28 |
| Nașterea: Primul pas în călătoria vieții. Venirea pe lume ca ființe divine | 29 |
| Copilăria: perioada magiei și a descoperirii. Bucuria și naivitatea copilăriei..... | 30 |
| Influența mediului și începutul condiționării. Îndepărtarea de sinele autentic..... | 31 |
| Adolescența și presiunile externe..... | 31 |
| Maturitatea și uitarea sufletului. Pierderea conexiunii cu inima | 31 |
| Semnele chemării interioare. Apelul la trezire | 32 |
| Procesul de reconectare cu inima. Întoarcerea către sine | 32 |
| Beneficiile trăirii din inimă. Împlinirea și bucuria interioară | 33 |
| Invitație la reflecție și acțiune..... | 34 |
| Capitolul 4: Zidurile invizibile - Confruntarea fricilor și traumelor..... | 35 |
| Construirea zidurilor emoționale. Originea zidurilor invizibile | 36 |
| Depășirea condiției primare. Conștientizarea și acceptarea..... | 37 |
| Întoarcerea la esență. Reconectarea cu sinele autentic | 37 |

| | |
|---|----|
| Demolarea zidurilor prin confruntarea fricilor și traumelor | 38 |
| Eliberarea și transformarea | 39 |
| Exercițiu de meditație: Demolarea zidurilor invizibile..... | 39 |
| Capitolul 5: Întrebări esențiale pentru transformare - Porțile cunoașterii interioare | 42 |
| Ai curajul de a te arunca în abis? Înfruntarea necunoscutului..... | 45 |
| Ai curajul să privești moartea în față? Acceptarea mortalității ca parte a vieții | 48 |
| Poți vedea adevăratul tău? | 50 |
| Poți renunța la control? | 52 |
| Capitolul 6: Iubirea fără rezerve - Deschiderea inimii..... | 56 |
| Curajul de a iubi din nou. Depășirea fricii de a fi rănit | 57 |
| Autoiubirea și acceptarea de sine..... | 59 |
| Vindecarea prin iubire. Iubirea ca forță vindecătoare..... | 61 |
| Drumul către iubirea necondiționată | 63 |
| Capitolul 7: Visurile care te sperie - Îmbrățișarea necunoscutului..... | 66 |
| Trăirea visurilor care provoacă frică..... | 68 |
| Reinventarea și transformarea personală | 70 |
| Iertarea de sine și eliberarea de regrete..... | 72 |
| Îmbrățișarea necunoscutului și trăirea autentică..... | 73 |
| Capitolul 8: Puterea prezentului - Trăirea în momentul acum | 76 |
| Eliberarea de trecut și viitor..... | 78 |
| Conștientizarea și prezența..... | 80 |
| Practici pentru ancorarea în prezent | 81 |
| Puterea transformatoare a momentului prezent..... | 83 |
| Capitolul 9: Călătoria în câmpul cuantic - Conexiunea dintre minte și inimă..... | 86 |
| Înțelegerea câmpului cuantic..... | 90 |
| Conexiunea dintre minte și inimă..... | 91 |
| Stările de meditație pentru a accesa câmpul cuantic..... | 92 |
| Pași practici pentru a accesa câmpul cuantic | 94 |
| Călătoria către sinele autentic prin câmpul cuantic | 95 |
| Capitolul 10: Manifestarea dorințelor - Puterea intenției, voinței și vizualizării..... | 99 |

| | |
|--|-----|
| Înțelegerea manifestării..... | 103 |
| Delimitarea între dorință și voință și alinierea lor | 104 |
| Puterea intenției clare și aliniate cu inima..... | 107 |
| Tehnici de vizualizare eficientă..... | 108 |
| Pași practici pentru manifestarea dorințelor | 109 |
| Unitatea dintre inimă și minte în manifestare | 110 |
| Capitolul 11: Eliberarea și încrederea - Arta de a lăsa lucrurile să se întâmple | 113 |
| Importanța eliberării în manifestare..... | 116 |
| Diferența dintre control și încredere | 117 |
| Tehnici pentru a renunța la atașamente și a cultiva acceptarea..... | 118 |
| Pași practici pentru a trăi cu încredere | 119 |
| Permite universului să lucreze în favoarea ta | 120 |
| Capitolul 12: Iertarea și autoiubirea - Cheile vindecării interioare | 123 |
| Iertarea și autoiubirea: Cheile vindecării | 127 |
| Procesul iertării profunde..... | 128 |
| Construirea unei relații sănătoase cu sine | 129 |
| Exerciții de autocompasiune..... | 130 |
| Îmbrățișarea completă a sinelui | 131 |
| Meditația <i>În brațele iubirii de sine</i> | 132 |
| Capitolul 13: Conectarea cu Sinele Superior - Trezirea conștiinței divine | 134 |
| Înțelegerea Sinelui Superior | 138 |
| Procesul de trezire a conștiinței divine | 139 |
| Practici spirituale pentru aprofundarea conexiunii..... | 141 |
| Integrarea înțelepciunii divine în viața de zi cu zi..... | 142 |
| Unirea cu Sinele Superior și trezirea conștiinței divine | 143 |
| Capitolul 14: A fi creatorul vieții tale - Manifestarea miracolului interior | 146 |
| Chemarea către puterea interioară..... | 148 |
| Puterea intenției și a focalizării..... | 149 |
| Exercițiu de manifestare: | 149 |
| Eliberarea de limitările autoimpuse | 150 |

| | |
|--|------------|
| Co-crearea conștiință cu Universul..... | 150 |
| Trăirea miracolului în fiecare zi | 151 |
| Călătoria continuă..... | 151 |
| Capitolul 15: Autorealizarea și iluminarea - Călătoria către unitatea supremă..... | 153 |
| Înțelegerea autorealizării și iluminării | 155 |
| Călătoria către unitatea supremă. Transcenderea ego-ului..... | 157 |
| Practici avansate de meditație și contemplare..... | 158 |
| Integrarea iluminării în viața de zi cu zi..... | 159 |
| Unitatea supremă și realizarea sinelui autentic | 160 |
| Capitolul 16: Viața în iluminare - Integrarea și servirea lumii..... | 163 |
| Integrarea iluminării în viața cotidiană..... | 166 |
| Rolul serviciului altruist și contribuția la binele comun | 168 |
| Manifestarea potențialului divin în diferite domenii ale vieții | 169 |
| Transformarea colectivă și impactul asupra lumii..... | 170 |
| Trăirea iluminării și servirea lumii..... | 171 |
| Capitolul 17: Eternitatea conștiinței - Transcenderea timpului și a spațiului..... | 174 |
| Natura eternă a conștiinței..... | 177 |
| Transcenderea timpului și a spațiului | 178 |
| Conexiunea cu planurile superioare și ființele de lumină | 179 |
| Integrarea conștiinței multidimensionale în viața cotidiană..... | 180 |
| Trăirea dincolo de limitele timpului și spațiului..... | 181 |
| Capitolul 18: Miracolul interior - Îmbrățișarea transformării și împuternicirea vieții..... | 184 |
| Evaluarea transformării interioare..... | 186 |
| Efectele transformării asupra vieții tale | 188 |
| Îmbrățișarea completă a miracolului interior | 190 |
| O Nouă etapă a vieții..... | 191 |
| Ceremonia recunoștinței și a intenției..... | 191 |
| Mulțumiri..... | 194 |
| Anexe..... | 197 |
| Meditații ghidate..... | 197 |

| | |
|--|------------|
| Meditația 1: Conectarea cu respirația - Ancorarea în momentul prezent | 197 |
| Meditația 2: Îmbrățișarea Sinelui Copil - Vindecarea Interioară | 199 |
| Meditația 3: Conectarea cu Sinele Superior - Accesarea Înțelepciunii Interioare | 201 |
| Exerciții Practice..... | 203 |
| Exercițiul 1: Jurnalul Recunoștinței..... | 203 |
| Exercițiul 2: Maparea Credințelor Limitative | 204 |
| Exercițiul 3: Practica Compasiunii | 205 |
| Resurse Suplimentare..... | 206 |
| Cărți Recomandate | 206 |
| Site-uri și Comunități Online | 209 |
| Cursuri și Ateliere | 209 |
| Practici și Terapii Complementare | 210 |
| Notă Finală..... | 211 |

Capitolul 1: Chemarea către miracolul interior - Începutul călătoriei spre sine

Ceea ce cauți este deja în tine. Ești deja ceea ce cauți.
— Rumi

În vastitatea existenței umane, există momente în care simțim o chemare profundă, o șoaptă subtilă care ne îndeamnă să privim dincolo de aparențe și să explorăm adâncurile sufletului nostru. Această chemare nu este întâmplătoare; este invitația universului de a descoperi **miracolul interior** care sălășluiește în fiecare dintre noi.

Poate te-ai regăsit, în momente de liniște sau chiar în mijlocul tumultului cotidian, simțind că există ceva mai mult, o dimensiune a existenței care așteaptă să fie revelată. Această senzație, acest dor neexplicat, este sufletul tău care te cheamă să începi **călătoria către esența ta divină**.

În fiecare dintre noi există o chemare tăcută, un ecou din adâncul ființei care ne îndreaptă spre o cale a descoperirii interioare. Această chemare nu este altceva decât invitația de a pași pe drumul cunoașterii de sine, de a ne reconecta cu esența noastră profundă, cu miracolul care se află în interiorul fiecăruia. Începem să simțim că viața noastră nu este doar o serie de evenimente întâmplătoare, ci o călătorie spirituală menită să ne dezvăluie adevărata noastră natură. Acest capitol explorează prima trezire a conștiinței, acel moment în care realizăm că există mai mult decât ceea ce percepem la suprafață.

Chemarea către trezire este o mișcare subtilă, o revelație care se naște din nemulțumirea cu starea actuală și

dorința de a găsi un sens mai profund în viață. Aparent, poate fi declanșată de o criză sau de un eveniment semnificativ, dar, în esență, este o invitație divină de a explora miracolul interior. Aceasta este prima etapă a unui proces de transformare spirituală, în care suntem provocați să privim dincolo de aparențe și să ne conectăm cu energia creatoare din noi.

Înțelegerea miracolului interior nu este doar o noțiune filozofică, ci o experiență concretă și profundă. Fiecare dintre noi poartă în sine un potențial vast, iar această călătorie spirituală are ca scop revelarea și manifestarea acestui potențial. Miracolul nu este ceva ce se întâmplă în afara noastră, ci o stare de conștientizare interioară care ne permite să ne transformăm viața din interior spre exterior. Acest capitol oferă cadrul necesar pentru a înțelege cum această călătorie începe cu o schimbare de percepție și o deschidere către propriul nostru sine divin.

Chemarea către călătorie este una care cere curaj, deoarece implică o renunțare la confortul cunoscutului și o explorare a necunoscutului. Înfruntăm propriile frici și limitări pentru a putea accesa adevărul nostru interior. Aceasta este călătoria eroului, în care provocările exterioare sunt doar reflecții ale bătăliilor interioare. În acest capitol, vom explora cum putem răspunde chemării interioare și ce înseamnă să începem acest drum către sinele autentic.

Primul pas spre miracol este întotdeauna cel mai dificil, deoarece ne cere să ne detașăm de vechile tipare de gândire și să îmbrățișăm o nouă realitate. Acest pas este unul de credință și de încredere, nu doar în noi înșine, ci și în universul care ne ghidează. Vom învăța că miracolul nu este un rezultat final, ci o stare de ființare pe care o putem accesa

prin conștientizare și practică zilnică. În această parte a capitolului, vom explora cum fiecare dintre noi poate începe să manifeste acest miracol interior în viața sa de zi cu zi.

Chemarea către trezire. O voce din adâncuri

În inima fiecăruia există o **scânteie divină**, o conexiune directă cu sursa universală a conștiinței. De multe ori, această scânteie este acoperită de straturile experiențelor trecute, de fricile și credințele limitative pe care le-am acumulat de-a lungul vieții. Totuși, în momentele de introspecție profundă, această scânteie strălucește mai puternic, amintindu-ne de adevărata noastră natură.

Imaginează-ți sufletul ca pe un lac liniștit. La suprafață, valurile mici pot fi perturbate de vânturile gândurilor și emoțiilor zilnice. Dar în adâncuri, apă rămâne calmă și clară, reflectând lumina stelelor și a lunii. **Acolo, în profunzime, se află miracolul interior**, neatins de agitația exterioară.

Întrebările fundamentale ale existenței

De-a lungul timpului, înțelepții și căutătorii de adevăr s-au întrebat: **cine sunt eu cu adevărat? Care este scopul existenței mele? Cum pot atinge împlinirea și pacea interioară?**

Aceste întrebări nu sunt doar filosofice; ele sunt esențiale pentru înțelegerea propriei noastre ființe. Răspunsurile nu se găsesc în succesele materiale, în validarea externă sau în acumularea de cunoștințe intelectuale. **Răspunsurile se află în interior**, în conexiunea profundă cu sinele autentic.

Înțelegerea miracolului interior. Esența divină și conexiunea cu universul

Fiecare ființă umană este o **expresie unică a conștiinței universale**. Suntem mai mult decât corpul fizic și mintea

analitică; suntem ființe spirituale care experimentează viața umană. **Miracolul interior** este acea parte din noi care este eternă, neschimbătoare și infinită în potențial.

Gândește-te la un ocean vast. Fiecare val care se ridică și se retrage este unic, dar face parte integrantă din oceanul nesfârșit. La fel, noi suntem valurile individuale ale conștiinței, dar suntem conectați inseparabil la oceanul universal al existenței.

Obstacolele care ne împiedică să accesăm miracolul interior

În drumul nostru, ne confruntăm adesea cu **frici, îndoieli și credințe limitative**. Acestea sunt ca niște nori care acoperă soarele strălucitor al esenței noastre. Condiționările sociale, experiențele dureroase din trecut și atașamentele față de identitățile noastre superficiale ne pot face să uităm cine suntem cu adevărat.

- **Fricile și anxietățile:** teama de eșec, de respingere sau de necunoscut ne poate paraliza și ne poate împiedica să explorăm adâncimile ființei noastre.

- **Credințele limitative:** convingeri precum „nu sunt suficient de bun” sau „nu merit fericirea” acționează ca niște ziduri invizibile care ne țin captivi.

- **Identificarea cu ego-ul:** atunci când ne identificăm doar cu rolurile sociale, profesionale sau cu imaginea pe care o proiectăm în exterior, pierdem conexiunea cu sinele autentic.

Chemarea către călătorie. Acceptarea provocării și deschiderea inimii

Călătoria către miracolul interior nu este una ușoară, dar este cea mai recompensatoare aventură pe care o poți întreprinde. Este un drum al curajului, al sincerității cu tine însuși și al dorinței profunde de a te cunoaște la cel mai autentic nivel.

Cartea **Miracolul inimii** își propune să fie un **ghid și un companion** în această călătorie. Îți oferă instrumente, reflecții și practici care te vor ajuta să depășești obstacolele interioare și să te conectezi cu esența ta divină.

Ce vei descoperi pe parcurs

- **Conectarea cu sinele superior:** vei învăța să asculți și să te lași ghidat de înțelepciunea interioară, care depășește limitările minții raționale.
- **Transcenderea limitărilor:** vei explora modalități de a depăși fricile și credințele care te țin pe loc, deschizându-te către potențialul tău nelimitat.
- **Integrarea înțelepciunii în viața cotidiană:** vei descoperi cum să aplici învățăturile spirituale în mod practic, transformându-ți experiența de zi cu zi.
- **Unitatea cu tot ceea ce există:** vei simți interconectivitatea cu universul și cu toate ființele, experimentând o profundă compasiune și iubire necondiționată.

Primul pas spre miracol. Intenția conștientă și alegerea de a începe

Totul începe cu o **intenție clară**. Alege acum să te deschizi către această călătorie. Această alegere este ca o sămânță plantată în solul fertil al sufletului tău, care, cu îngrijire și atenție, va înflori în cele mai frumoase moduri.

Exercițiu de reflecție și pregătire

1. Găsește un moment de liniște:

- Așază-te într-un loc confortabil unde nu vei fi deranjat.

- Închide ochii și respiră adânc de câteva ori.

2. Conectează-te cu inima ta:

- Pune-ți mâna pe inimă și simte bătăile acesteia.
- Întreabă-te sincer: "Ce îmi doresc cu adevărat de la această călătorie?"

3. Notează-ți gândurile și sentimentele:

- Deschide un jurnal și scrie liber despre așteptările, temerile și dorințele tale.
- Acest jurnal va fi un tovarăș valoros pe parcursul călătoriei tale.

4. Stabilește-ți intenția:

- Formulează o afirmație sau o rugăciune care să îți exprime dorința de a te cunoaște și de a te transforma.
- De exemplu: "Îmi deschid inima și mintea pentru a descoperi miracolul interior și pentru a trăi în armonie cu esența mea divină."

Începutul unei adevărate aventuri interioare

Ești la începutul unui drum care te va conduce către cele mai profunde și autentice aspecte ale ființei tale. Această călătorie nu este doar despre a afla informații noi, ci despre a experimenta transformări reale, despre a te reconecta cu adevărul tău interior și despre a trăi o viață plină de sens și împlinire.

Imaginează-ți cum ar fi să te trezești în fiecare dimineață cu **bucurie și recunoștință**, știind că ești aliniat cu scopul tău divin. Să te simți liber de poverile trecutului și să privești viitorul cu încredere și entuziasm. Aceasta este promisiunea miracolului interior.

Capitolul 2: Din umbra suferinței către lumina esenței - Căderea și renașterea interioară

Nu poți renaște fără să fi trecut prin cenușă.

—Rumi

Suferința este adesea percepută ca un obstacol în calea fericirii, însă, în realitate, ea poate fi poarta de acces către esența noastră interioară. Acest capitol explorează modul în care suferința, departe de a fi un capăt de drum, este începutul unui proces profund de transformare. Înțelegerea suferinței ne permite să o vedem nu ca pe o pedeapsă, ci ca pe o oportunitate de creștere și reconectare cu sinele nostru autentic. Prin acceptarea și integrarea durerii, ne deschidem către o lume nouă a înțelegerii și evoluției spirituale.

Transformarea durerii în putere interioară este una dintre cele mai mari realizări pe care o ființă umană le poate atinge. Acest proces necesită o reconectare profundă cu sine și o abordare conștientă a propriei suferințe. Prin contemplare și introspecție, durerea devine un combustibil pentru dezvoltare spirituală, dezvăluindu-ne forța interioară pe care o purtăm în noi. În această parte a capitolului, vom explora tehnici și perspective care ne ajută să transmutăm durerea în energie creatoare.

Procesul de renaștere și reconectarea cu sinele autentic sunt momentele de apogeu ale călătoriei spirituale. După ce am trecut prin suferință, ne renaștem ca ființe noi, mai puternice și mai conștiente de esența noastră divină. Renaș-

terea interioară este o experiență transformatoare, care ne permite să ne reconectăm cu adevărata noastră natură. Această secțiune detaliază etapele procesului de renaștere și modul în care ne putem integra în mod autentic în viața de zi cu zi.

Integrarea lecțiilor suferinței în viața cotidiană este un pas crucial pentru a ne asigura că transformarea noastră nu rămâne doar la nivel teoretic. Lecțiile învățate din suferință ne oferă o înțelepciune profundă, pe care o putem aplica în toate aspectele vieții noastre. Prin această integrare, ne putem trăi existența într-un mod mai conștient și mai plin de compasiune. Capitolul oferă instrumente practice pentru a face această tranziție cu succes.

Renașterea ca poartă către esența divină reprezintă culminarea călătoriei interioare. După ce am trecut prin suferință și renaștere, devenim mai conectați cu divinitatea din noi. Această conexiune nu doar că ne oferă o înțelegere mai profundă a existenței, dar ne permite să trăim în armonie cu noi înșine și cu universul. În finalul capitolului, vom explora cum această renaștere ne deschide calea către o viață plină de sens și iluminare.

Pe măsură ce pășim pe calea autocunoașterii și a trezirii interioare, suntem chemați să explorăm profunzimile ființei noastre, unde lumina și întunericul dansează în armonie. **Suferința și renașterea** sunt două fațete ale aceleiași monede, reprezentând ciclul etern al transformării și evoluției noastre spirituale. În acest capitol, vom explora cum **căderea** poate fi un portal către **descoperirea esenței noastre autentice** și cum putem transcende suferința pentru a renaște în lumină.

Înțelegerea suferinței ca poartă către esență. Natura universală a suferinței

Suferința este o experiență universală care ne atinge pe toți în diferite forme și momente ale vieții. Ea poate apărea sub forma pierderii, a dezamăgirii sau a crizelor existențiale. Însă, dincolo de durerea imediată, suferința ne oferă oportunitatea de a privi în interior și de a descoperi adevărata noastră natură.

Reflecție asupra suferinței:

- **Acceptarea suferinței:** recunoașterea suferinței ca parte naturală a existenței umane și ca instrument de creștere.
- **Observarea fără judecată:** permite-ți să simți și să observi emoțiile asociate suferinței fără a te identifica complet cu ele.

Suferința ca învățător și catalizator al schimbării

Suferința poate fi văzută ca un **învățător profund**, care ne îndrumă către aspecte ale vieții și ale sinelui nostru care necesită atenție și vindecare. Prin confruntarea cu durerea, suntem invitați să ne depășim limitările și să ne deschidem către **transformare**.

Cum să învățăm din suferință:

- **Autorefecție:** întreabă-te ce încearcă suferința să îți arate despre tine sau despre situația ta.
- **Cultivarea compasiunii:** folosește experiența suferinței pentru a dezvolta empatie față de tine și față de ceilalți.

Transformarea durerii în putere interioară. Alchimia interioară

Prin **alchimia interioară**, putem transforma durerea în **putere și înțelepciune**. Aceasta implică acceptarea emoțiilor

noastre și canalizarea energiei lor în direcții care ne susțin creșterea și evoluția.

Pași pentru transformare:

- **Acceptare profundă:** permite-ți să simți durerea fără a o reprima sau nega.
- **Expresie creativă:** folosește arta, scrisul sau muzica pentru a exprima și elibera emoțiile.
- **Transmutare energetică:** practici precum meditația sau yoga pot ajuta la transformarea energiei negative în energie pozitivă.

Descoperirea rezilienței și a resurselor interioare

Suferința ne poate revela **reziliența și forțele interioare** pe care poate nu știam că le avem. Prin depășirea provocărilor, ne dezvoltăm capacitatea de a face față dificultăților viitoare cu încredere și curaj.

Cum să accesezi resursele interioare:

- **Autocunoaștere:** reflectează asupra momentelor din trecut când ai depășit obstacole și ce abilități ai folosit.
- **Stabilirea intențiilor:** setează-ți intenții clare pentru vindecare și creștere.
- **Sprijin comunitar:** conectează-te cu persoane care îți oferă susținere și înțelegere.

Procesul de renaștere și reconectarea cu sinele autentic. Căderea ca prerechizită a renașterii

În momentele de **cădere**, când vechile structuri și identități se prăbușesc, suntem pregătiți pentru o **renaștere** autentică. Acest proces ne permite să ne reconectăm cu