

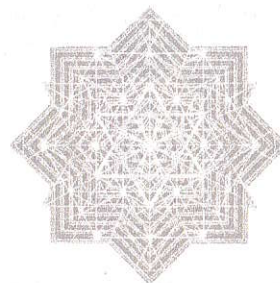
LBRIS

We know
books

Maureen J. St. Germain

CUM ÎȚI ÎNSUȘEȘTI SINELE 5D

Instrumente pentru crearea
unei noi realități



Traducere de Cristina-Mihaela Bogățan


PRESTIGE
București - 2026

Cuprins

Prolog	Inima generoasă și Dimensiunea Generoasă	13
1.	De ce suntem aici?	37
2.	Curiozitate și bucurie	58
3.	Aflarea marilor secrete	67
4.	Dimensiunea Generoasă	86
5.	Marea uitare și folosirea fricii pentru stimularea procesului de Înălțare	108
6.	Amplificarea mai multor centre de putere	121
7.	Iertarea nu este necesară Atacul verbal în 5D	133
8.	Cum rămâne cu Pământul	148

9. Instrumente ale puterii Învăță de la Lorzii Timpului	157
10. Alte versiuni ale tale	195
11. Spiralele și magia lor	205
12. Cine suntem noi?	222

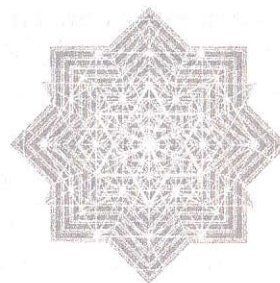


Anexa A

Alte relatări despre Centri	235
-----------------------------------	-----

Anexa B

Legătura cu Sinele tău Superior	237
---------------------------------------	-----



Prolog

Inima generoasă și Dimensiunea generoasă

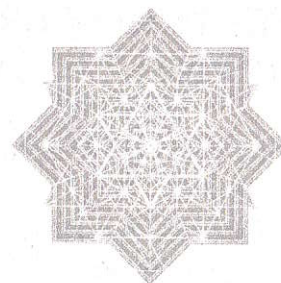
Carta aceasta este despre procesul continuu de trezire în 5D și despre a pune lucrurile cap la cap într-un mod care te ajută să fii mult mai mult decât ai crezut că poți să fii! Dacă ai citit cartea mea *Trezirea în 5D*, mare parte din materialul expus în prima secțiune îți va părea cunoscut. Am vrut să le ofer o mică explicație celor care nu au citit cartea anterioară, dar, în același timp, nu vreau să te plictisesc cu moțiuni cu care s-ar putea să fii deja familiarizat. Volumul de față aceasta ar putea fi considerată o continuare a cărții *Trezirea în 5D* și, deși aceasta este valoroasă în sine, te încurajez să citești acea cartea dacă nu ai avut ocazia să o faci până acum.

Mesajul transmis mai jos vine de la Sanat Kumara și de la Marele Consiliu Karmic, care supraveghează evoluția planetei. Sanat Kumara este marele guru, salvatorul Pământului. Este cunoscut de marile religii sub diferite nume:

Cum îți însușești sinele 5D 13

timpul? Albert Einstein spunea: „Vreau să cunosc gândurile lui Dumnezeu, restul sunt detalii.” Mă gândesc adeseori la Mintea lui Dumnezeu și mă întreb: ar fi prins formă toată creația sau o parte din ea dacă El s-ar fi temut în vreun fel? Inima îmi spune că nu. Isus a repetat de nenumărate ori: „Nu te teme,” iar eu îl consider a fi unul dintre Maeștrii mei învățători. Îi ascult sfatul și le cer și altora să facă la fel. Nu te teme și iubește mai mult! Eu cred că antidotul fricii este IUBIREA, care începe cu iubirea de sine și cu acea cunoașterea că antidotul se află chiar în ADN-ul tău. Iar când îți dai seama că tu ești antidotul, care este IUBIREA, nu te vei mai teme niciodată că ești mai prejos decât altcineva.

Frica este un mesager. Te întreabă dacă observi că „redai” directivele sau sistemul de convingeri ale altcuiva. Sau te întreabă dacă observi că ești în dezacord cu propriile convingeri. Frica îți cere să îți schimbi convingerea sau comportamentul. Într-un final, există frică de frică. Acest lucru este perpetuat de anumite energii care au misiunea să te controleze. Atunci când îți este frică, întreabă-te: „De ce îmi este frică?”. Această întrebare te va ajuta să risipești miturile, să vrei mai multe informații și să creezi o conștientizare a gândurilor celorlalți care s-ar putea să te influențeze, cât și o conștientizare a propriilor gânduri. Vei afla mai târziu, în această carte, ce spun Lorzii Timpului despre frică.



1

.....

De ce suntem aici?

Răspunsul scurt este: noi suntem aici ca să extindem baza de date. Ne-am separat de ceea ce este inseparabil, cu scopul de a experimenta mai mult decât o făceam. Dacă am fi deja totul, nu am putea trăi experiența „fără Dumnezeu.” Pentru că am creat un sistem în care alegerea „fără Dumnezeu” este în regulă, noi sporim posibilele experiențe ale Sursei. Cu toate acestea, a sosit momentul să-i ținem în frâu pe „copiii” care sunt atât de prinși în jocul polarității, încât nu-și mai amintesc cine sunt cu adevărat. Jocul în sine a ajuns prea departe și prea adânc ca să mai poată continua, prin urmare, marele experiment s-a încheiat acum.

Răspunsul la întrebarea de ce suntem aici nu este unic. Este important să înțelegem că există multe tipuri de oameni care s-au întrupat aici, pe Pământ. Fiecare grup are propriul motiv pentru care se află aici.

Hai să începem cu călătorii. Aceștia au permisiunea de a călători prin univers. Singurul ordin este să fie curioși de locul în care aterizează și să se asigure că lasă locul respectiv în condiții mai bune decât l-au găsit. Cel mai bun exemplu îl găsim în filmul *K-Pax*, o poveste încântătoare despre o persoană care apare în Grand Central Station din orașul New York, în mijlocul mulțimii. Bărbatul susține că vine dintr-un loc numit K-Pax. Acești călători sunt curioși despre cum se desfășoară viața în alte locuri și pot interveni doar dacă prezența lor îmbunătățește lucrurile. Acesta s-ar putea să fie un lucru puțin mai greu de înțeles, prin urmare, vizionarea filmului ți-ar putea trezi percepția despre această interacțiune fără intervenție.

Un alt grup sunt călăuzele, care se aseamănă cu păzitorii. Călăuzele sunt ființe evolute care au dobândit dreptul de a fi învățători și ajutoare pentru oamenii de pe Pământ. S-au întrupat de multe ori pe Pământ și au atins nivelul de devotament și de cunoaștere. Mulți sunt membri ai celor 144.000 de suflete care au venit pe Pământ împreună cu Maestrul Înălțat Sanat Kumara, atunci când Pământul trecea prin cea mai întunecată perioadă a sa. Multe dintre cele 144.000 de suflete s-au întrupat din nou acum. Devotamentul lor față de Maestrul Înălțat Sanat Kumara, cunoscut și sub denumirea de Străvechi al Zilelor, și față de lumină este prioritar pentru ei. Sunt oameni buni, iar scopul lor este să-și facă apariția. Uneori, este nevoie doar de prezența lor.

Următorul grup pe care vreau să-l menționez sunt sufletele Pământului care se află aici în calitate de păzitori și de ajutoare. Asemenea călăuzelor, și ele au venit pentru a se pune în slujba omenirii. Păzitorii sunt diferiți de călăuze, deoarece misiunea lor este să slujească învățătorilor și altor lideri spirituali și să-i protejeze. Asta înseamnă că ei pot avea joburi normale și își pot face apariția cu ocazia unor evenimente speciale. Simt nevoia să „supravegheze totul.” Ar putea să fie iubitul/a sau partenerul/a unui învățător spiritual sau binefăcătorul său. Ar putea fi studentul unui profesor, care să găsească o cale prin care să fie întotdeauna atent la persoana pe care trebuie să o păzească. Mulți învățători spirituali au păzitori în viața lor. Se poate ca învățătorul nici măcar să nu știe cine sunt aceștia sau despre calitatea lor de păzitori.

Grupul căruia îi poartă grija aceste ajutoare frumoase este alcătuit din cei care sunt „locuitori obișnuiți” ai Pământului; aceștia caută să dobândească cunoașterea. Acest grup este alcătuit din pământeni care vor să evolueze și care acum sunt pregătiți să „se trezească.” Scopul lor este acela de a se trezi.

În final, există un grup foarte special de suflete care sunt deja Maeștri Înălțați întrupați și care se află aici tot în calitate de ajutoare și călăuze. Cu toate acestea, ei au un rol de conducere în multe cazuri. Sunt înzestrați cu aptitudini extraordinare, compasiune și înțelegere. De obicei, au multe aptitudini și pot face aproape orice își pun în gând.

Treaba lor este să ofere îndrumare și să se asigure că rasa umană continuă să evolueze și să depășească cu

mult pericolele pe care le-a înfruntat omenirea în prima jumătate a secolului XXI. Mulți nu pot accesa viețile anterioare în căutările lor spirituale, deoarece acele înregistrări au fost pecetluite. În plus, una dintre cele mai impresionante calități ale lor este aceea că sunt neînfrigați. Dacă ești părintele a unuia dintre acești maeștri, trebuie să înveți să-ți asculți Sinele Superior, astfel încât să știi ce fel de îndrumare și disciplină trebuie să oferi. Nu este ușor să fii părintele unui Maestru Înălțat, deoarece aceștia nu au „nevoie” de copilărie. Aceasta este doar o simplă modalitate prin care ating maturitatea, unde apar ca lideri și ca reformatori.

Nu uita, dacă îți auzi vocea interioară care îți spune că „ar trebui” să faci ceva, asta vine din emisfera stângă a creierului tău, partea logică a creierului. Asta pentru că „ar trebui” nu face parte din îndrumarea interioară sau din procesul de intuiție. Dacă ai un sentiment puternic că informația a pătruns ușor sau „a aterizat” în creierul tău, atunci este foarte probabil că ai primit-o din partea intuitivă a creierului tău. Verifică întotdeauna cu Sinele tău Superior ce este cel mai bine să faci în calitate de părinte al acestor copii care sunt deja Maeștri Înălțați.

UN PUNCT CRITIC PENTRU FIECARE DINTRE VOI

Mulți dintre voi ați trecut sau treceți printr-o criză. V-ați făcut griji cum veți supraviețui sau cum veți depăși criza prin care treceți. Acum a sosit momentul să luați atitudine și să lăsați criza să vă facă să vă activați înzestrările. Este posibil ca aceste înzestrări să fi rămas inactive foarte mult timp.

Când alegeți modul în care explicați dificultățile anterioare, poate preferați să spuneți „M-am transformat,” în loc de „Am supraviețuit cancerului!”. Când te concentrezi pe frică (cum este cancerul din exemplul nostru), îi oferi puterea unei forțe puternice. Concentrează-te, în schimb, pe momentul prezent. Când te întrebi de ce ți s-a întâmplat ceva anume, înseamnă că încerci să validezi unde ai fost, în loc să atragi ce ai nevoie în momentul prezent. Dacă te întrebi de ce ai avut ghinion, nu faci decât să validezi și să atragi mai multă suferință.

Ne aflăm în pragul acestei metamorfoze fantastice a omenirii, ergo pasărea Phoenix. Aceasta se regăsește în tradițiile japoneză, rusească, egipteană și amerindiană. Pasărea Phoenix are adeseori legătură cu soarele; ea este o pasăre uriașă unică, puternică, binevoitoare, frumoasă și melodioasă, care poate trăi mii de ani; conform legendei, renaște din cenușa cuibului ei ars. Vedem multe lucruri în jurul nostru care nu pot dura - vechiul mod de a face sau de a gândi lucrurile - și trebuie să le „dăm foc și să le eliminăm din sistem” pentru a face loc pentru ceva mai bun.

Un exemplu elocvent este problema materialului plastic. Multe organizații dețin tehnologii de ultimă generație pentru eliminarea acestei probleme din oceanele noastre. Există aproape 250 de orașe la nivel național care au interzis într-un fel sau altul produsele din plastic; orașul New York este al doilea oraș din țară care a interzis folosirea plasticului de unică folosință (cum ar fi paiele). În jur de 8 milioane de tone ajung în oceanele lumii în fiecare an, echivalentul unui camion de gunoi plin pe minut!

Omenirea este plină de persoane care rezolvă probleme, de gânditori creativi, de cercetători și de alte

persoane care se bazează pe intuiția lor și pe vise pentru a găsi soluții fabuloase. *Și tu ar trebui să faci la fel!* Când alegi asta în mod activ, te poți „Trezi în 5D.” Acest lucru te face „să știi” fără să știi de ce sau cum știi. Acesta este procesul creativ al inventatorilor din trecut. Alegerea conștientă de a face parte din soluție este să scapi de ochelarii de cal (să nu îți pese de rezultatul final, cum ar fi, ce se întâmplă cu deșeurile din groapa de gunoi). Asta înseamnă cu adevărat liber arbitru. Alege cu ușurință te transpune în sinele tău 5D. Este încă și mai ușor cu o MerKaBa activată. MerKaBa este un câmp energetic al stelei tetraedrice pe care îl construiești singur pentru tine. Există și MerKaBe planetare. Această formă, odată activată, produce cea mai evoluată manifestare a unei ființe vii, chiar dacă aceasta nu a devenit cea mai evoluată ființă. Ai putea explica acest fenomen ca fiind o uniformă care te face automat cinci-dimensional, fără niciun efort.

Orice grădinar știe că o plantă sau un copac curățat bine dă mai multe roade decât unul care nu a fost curățat. Ca un copil crescut la fermă, am învățat această lecție de la bun început. Practicarea meditației îți perfecționează aptitudinile înmugurite și îți permite să culegi mai multe roade ale înțelepciunii și înțelegerii lumii care te înconjoară. Practicarea meditației te conectează cu adevăratul sine divin.

Așadar, cum ne schimbăm?

Mai întâi, începe să ne dăm seama că există o problemă la care trebuie să încetăm să ne mai aducem aportul. Acest lucru apare, deoarece conștientă globală crește la nivelul indivizilor și al țărilor care decid că nu mai doresc să facă parte din problemă. Atunci ne schimbăm încet.

Să mai aruncăm o privire asupra problemei legate de materialele din plastic. Din fericire, există multe organizații care găsesc soluții reale pentru rezolvarea problemei legate de materialele din plastic! Un astfel de exemplu este 4Ocean. Această organizație curăță și promovează în mod activ curățarea oceanelor. Când renunți la sistemele de convingeri referitor la orice, cum ar fi cât de utile au fost materialele plastice pentru omul modern, acum, când omenirea a creat o mare problemă pentru oceane cu deșeurile sale din plastic, noi „recalibrăm.” Odată ce recalibrez, observi acest lucru, dar și ceilalți, iar omenirea poate alege modalități prin care să renunțe la modul anterior de folosirea a materialelor din plastic și poate găsi noi modalități de a elimina deșeurile.

RECALIBRAREA, O ALTĂ FORMĂ DE RENUNȚARE

Uneori, noi vrem să controlăm lucrurile, pentru că nu ne simțim în siguranță. Este un lucru de înțeles într-o lume în care există abuzul infantil și familiile disfuncționale. Cu siguranță, toți suntem obsedați de control într-un fel sau altul! Când copiii mei erau mici, voiam ca ei să pună ketchupul într-un anumit loc din frigider, unde puteam să văd atunci când era pe terminate. Familiile cu copii știu că ketchupul este nelipsit și, fiindcă aveam buget limitat, nu voiam să-l cumpăr mai devreme decât era necesar.

Educația înseamnă responsabilitate. Îmi asum această responsabilitate. Pe măsură ce învăț, aleg să sprijin proiecte care ne ajută să luăm măsuri pentru bunăstarea Pământului. Mama-Pământ este casa mea și doresc să o

ajut să se „facă bine.” Pe măsura ce renunți la bunurile tale prețioase, la obiceiurile și tiparele tale prețioase, îngăduie-ți să „renaști din cenușa rugului tău funerar” cu un optimism reînnoit și așteptări pentru un viitor minunat.

Când treci prin drame de genul „nu este suficient,” modul în care abordezi „nu este suficient” îți va îmbunătăți reușita. Dacă ai alege să te întrebi: Mă întreb de unde vor veni banii ca să plătesc chiria? Nu te întrebi așteptând un răspuns imediat, dar pune această întrebare ca și când ajutoarele tale nevăzute și matricea vieții tale îți vor oferi răspunsul. Nu trebuie să știi cum se va rezolva această problemă. Atunci când te întrebi, îi oferi universului ceva de care să se ocupe – pentru că ai trecut în energia soluției. Mă întreb: cum pot obține mai multe de la viață? Mă întreb: cum voi duce până la capăt acest proiect? la în considerare mai multe soluții. Fă schimb de idei cu ceilalți și renunță la toate restricțiile. Lasă universul să te surprindă. Dacă simți că înfrunți o situație inevitabilă și nu găsești nicio soluție, inventează o poveste despre o versiune a dramei tale în care o soluție nouă a apărut pe neașteptate și a dus la un rezultat care te-a surprins. Prefăte că ești un supererou. Spune-ți: „Mă aștept să fiu uimit.”

Multe persoane au făcut toată viața lor compromisuri. Au fost compromise sau complice, pentru că nu credeau că aveau de ales. Au participat fără să știe la versiuni ale realității care le-au încetinit progresul. Gândește-te că ar putea exista o altă versiune a realității care se desfășoară în același timp și care nu deține aceste dificultăți. Aceste realități multiple ar putea manifesta durerea și suferința, iar tu ai putea sări într-o versiune care este mai puțin dureroasă. Aceste scenarii interacționează cu conștiința

ta asemenea unduirilor apei și te pot influența fără ca tu să știi.

Tu ești unul dintre acele suflete care sunt pregătite și dispuse să-și asume adevărata natură dumnezeiască. Faptul că citești această carte te face să fii unul dintre ele. Nu uita că ai multe ajutoare care așteaptă să te susțină – cere-le asta îngerilor și îndrumătorilor tăi! Există mulți extraterestri ai luminii pe planetă, care au luat hotărârea să se întoarcă acasă la sfârșitul acestui ciclu și care nu vor fi nevoiți să treacă prin programul de Înalțare a Pământului, chiar dacă sunt aici ca să ajute. În plus, există mulți Maeștri Înalțați care sunt deja aici, în corp uman, și care sprijină transformarea omenirii, păstrând locul oamenilor care sunt pregătiți să evolueze.

Omenirea trece printr-o mare resetare. Unele persoane au ales să facă parte dintr-un Pământ nou, unde vor avea șansa să aleagă, fără vâlul întunecat care a fost așezat pentru a crea confuzie și a umbri. Poate crezi că înțelegi ce se întâmplă, dar aș dori să îți propun o metaforă-umbrelă. Noi folosim adeseori logica, în încercarea de a ne ajuta pe noi înșine să procesăm informații care nu au sens. În domeniul psihoterapiei, asta se numește disonanță cognitivă. Vedem sau trăim un lucru, apoi, mai târziu, descoperim că a fost altceva.

CUM FOLOSEȘTI METAFORA UMBRELEI, CA SĂ ÎNȚELEGI LOGICA

Imaginează-ți că privești pe fereastra camerei tale de hotel spre o zonă urbană și vei umbrele desfăcute. Probabil plouă, îți spui în sinea ta. Dar nu este întuneric! Dacă ești