



*Inteligența
intuitivă*

De la vis la realitate

VANESSA MIELCZARECK



CUPRINS

Mulțumiri	7
Capitolul 1	
Ființa creatoare	
<i>Îndrăzniți să vă schimbați și să vă regăsiți puterea creatoare</i>	9
Capitolul 2	
Ființa intuitivă	
<i>Îndrăzniți să trăiți și să vă exprimați capacitățile interioare</i>	95
Capitolul 3	
Ființa de suflet	
<i>Cum să ai relații creative și înfloritoare cu ceilalți</i>	207
Capitolul 4	
Ființa autentică	
<i>Cum să vă găsiți locul potrivit, să vă împliniți și să fiți deschis la abundență</i>	255
Glosar	319
Bibliografie	323

CAPITOLUL 1

Ființa creatoare

*Îndrăzniți să vă schimbați
și să vă regăsiți puterea creatoare*

Faceți pasul

Mă învărt în cerc. Totul e blocat. Nu mai văd nicio posibilitate de schimbare. Întotdeauna e la fel. Mi-ar plăcea să fac ceva, dar nu pot. Este imposibil, nu voi reuși niciodată. Uneori, am chef să las totul baltă și să o iau de la zero...

Pentru mulți dintre noi, câteva dintre frazele de mai sus sună ca o ghilotină, anulând orice perspectivă de a merge mai departe sau de a progresa în viață, răsună ca un ecou al realității.

Scriitura în direct: experiența mea

Scriind aceste rânduri, trăiesc ca mulți dintre dumneavoastră, poate chiar în același timp, experiența schimbării. Aceste fraze negative sunt extrem de active în mine. Cred că se datorează faptului că mă aflu în fața uneia dintre cele mai mari provocări personale: scrierea acestei cărți. Dacă citiți aceste rânduri, înseamnă că am reușit să trec prin „valea umbrelor“. Și că am găsit calea de a-mi realiza visul.

De mulți ani „flirtez“ cu scrisul. Încep, apoi întrerup și o iau de la capăt... Mă consolez în ceea ce privește abandonurile mele, spunându-mi că nu e momentul, că nu e destul de bine sau că nu sunt suficient de inspirată. Mă mint astfel, ascunzând propriilor ochi lipsa de implicare față de mine însămi sau față de viață.

Abordând diferit, pe parcursul anilor, realizarea acestui proiect scriitoricesc, punând în aplicare procese de fugă și de rezistență la schimbare, sunt hotărâtă în prezent să vă împărtășesc experiența mea pentru a ilustra modul în care ne îndepărtăm de esențial.

Trecerea de la vis la realitate

Necesitatea scrisului este evidentă pentru mine.

Mă aflu în plină negociere, în dialog cu mine însămi, în fața hârtiei și a dumneavoastră, pe care vă simt în fața mea. Aș vrea să încep această carte explicând din capul locului ce înseamnă schimbarea. Imposibil. Mai întâi de toate, trebuie să vă fac cunoscută lupta care se duce în forul meu interior.

Trăiesc experiența diferenței dintre ceea ce **vreau** și felul în care dorința mea ar putea să se realizeze. Proiectul meu împrumută singura cale existentă în mine pentru a se manifesta în realitate. Voința mea nu are putere directă de creație. Aceasta nu se datorează faptului că eu gândesc că un lucru se va realiza așa cum mi-l imaginez. Calea creației trebuie să-și croiască un drum în lumea mea interioară. Energia intuitivă creativă, precum un nectar, poate astfel să curgă și să urmeze traseul acestui drum care se naște în fața mea.

Îmi dau seama că toate aceste mecanisme de fugă și de rezistență, pe care le pun în practică de atâta amar de vreme pentru a-mi amâna planul de a scrie, joacă rolul unui ecran între mine și ceilalți, între mine și lume, între mine și dumneavoastră. Trebuie să dărâm zidul de apărare al acestor obstacole în spatele cărora mă adăpostesc, pentru a putea ajunge până la dumneavoastră, pentru a putea intra în dialog.

Îmi interziceam accesul la acest plan creativ al vieții mele. Ridicarea acestei interdicții necesită explicarea naturii motivațiilor mele profunde, a motivelor pentru care nu făceam ceea ce îmi doream cel mai mult și cum acționam pentru a perpetua această frustrare.

Sunt o persoană sensibilă, discretă, rezervată și uneori inaccesibilă. Cultiv îndepărtarea deoarece mi se pare că aceasta îmi permite să fiu cel mai aproape de mine. Atunci mă rup de ceilalți.

Acum trebuie să merg pe o cale neobișnuită pentru mine. Străpung o breșă în zonele mele de rigiditate pentru a permite expresiei mele, inspirației, să se răspândească pe hârtia imaculată, să ia formă și să dobândească aici un sens. Pentru a face câțiva pași spre dumneavoastră, mă descopăr și vă las cale liberă în interioritatea mea. Vă ofer această luptă pe care o trăiesc între dorința mea de a reuși și mecanismele de negare care au funcționat atât de bine până acum. Vă fac cunoscut paradoxul în acțiune, care poate fi astfel exprimat: vreau să scriu, dar tot eu mă împiedic să scriu.

Sunt frământată, cuprinsă de energia creației. Pentru a-mi depăși limitele și a da naștere „operei“ mele de moment, trebuie să renunț la scuturi.

Pentru a ajunge până la dumneavoastră, trebuie să povestesc despre mine: pentru a-mi învinge dificultățile, vi le mărturisesc, având astfel sentimentul că le strunesc ca pe un cal năvălaș. Îmi câștig libertatea de expresie, și chiar libertatea de A FI, acceptând să nu mă mai refugiez în felul meu obișnuit de a exista. Renunțând la obișnuințele mele, trăiesc o nouă experiență și creez condițiile unei evoluții proprii viitoare.

Nu o să vă povestesc despre schimbare, ci vi-o arăt acționând asupra mea. O puteți vedea sau simți infiltrându-se în alchimia mea interioară. Mă gândeam să încep această carte împărtășindu-vă cunoștințele mele, rodul conștientizărilor mele, al experienței mele de terapeut și de animator de curs. Iluzie. Felul meu de a fi creatoare nu trece prin intelect, ci prin împărtășirea experienței pe care o trăiesc. Vă fac să luați parte la efortul meu de a renaște. Vă transmit felul în care mă lupt pentru a-mi depăși limitele, pentru a-mi câștiga libertatea... existența.

Lucrurile nu se întâmplă așa cum prevăzusem și accept asta deoarece cuvintele, frazele curg cu ușurință. Sunteți martorii trecerii mele. Mă las purtată și știu că merg până la dumneavoastră. Vă simt prezența.

Îmi vine în minte metafora unei prietene psihoterapeut și clarvăzătoare care descria percepția pe care o avea despre mine în timpul unei lecturi intuitive.

Acest exercițiu efectuat într-o stare de conștiință modificată, cu scopul de a intra în rezonanță cu mine, i-a permis să mă „citească“. A notat informațiile referitoare la mine pe care le-a primit astfel.

Te văd ca pe o picătură de apă, care se lasă dusă și, uneori, se oprește. Se simte bine cu ceilalți. În interiorul acestei picături, se află o memorie imensă — o peșteră plină de comori ancestrale. Știe că este purtătoarea acestei memorii. Știe că va fi dusă de curentul de apă către mare... Atunci, se agață adesea de smocurile de iarbă de pe mal. Încetinește, așteaptă și nu îndrăznește să se lase purtată. Eliberată fiind, ea privește, observă. Se scaldă în lumină și o face cu plăcere, dar crede că ar trebui să rămână încă în lumină. Apoi curentul o ia cu sine, căci adevărata sa natură o face să înțeleagă că este parte din apă, din fluviu, și atunci se desprinde de firele de iarbă. Aici nu mai există limite și se lasă purtată într-o dulce legănare. Este atât de ușor! Cu cât se lasă dusă de adevărata sa natură, cu atât avansează, vrăjită de faptul că nu este singură. Acolo se află energia plăcerii, fericirea de a împărtăși, comori pe care să le împarți cu ceilalți. Din râu se naște fluviul ce va ajunge în mare. (Străbuna)

Comentariile acestei „lecturi“

Iată la ce concluzii am ajuns, plecând de la această metaforă:

- Trebuie să trec la fapte.
- Comorile așteaptă să fie descoperite.
- Nu trebuie să mai aștept.
- Nu trebuie să mai caut în altă parte.
- Nu trebuie să mă mai hrănesc cu alții.
- Trebuie să refuz așteptarea, deoarece ea îmi accentuează lipsa de încredere în mine însămi.
- Trebuie să vin în întâmpinarea naturii mele profunde, ea va ști să refacă legătura mea cu lumea...

Această „lectură“ mi-a permis să depun o muncă interioară, să-mi însușesc metafora picăturii de apă și să integrez mesajul pe care îl conține. Principala mea conștientizare este aceea că totul se află în mine.

„Mintea intuitivă este un dar sacru, iar cea rațională un servitor de nădejde. Am creat o societate care preamărește servitorul, însă a uitat de dar.“

ALBERT EINSTEIN

„Cunoașterea umană începe cu intuiția, își face apoi drum către concepte, pentru a ajunge, în cele din urmă, la idei.“

IMMANUEL KANT

„Puterea pe care ți-o conferă inteligența intuitivă te va feri toată viața de rău.“

LAO ZI



B I B L I O T E R A P I A



CURTEA  VECH E

Pentru a comanda online sau pentru lista completă a titlurilor publicate la Curtea Veche, vizitează www.curteaveche.ro

Începi să afli

ISBN 978-606-588-640-7



9 786065 886407