

## **Avertisment:**

Terapiile prezentate în această lucrare au caracter informativ. Autorul și editura nu își asumă responsabilitatea în cazul realizării unor terapii fără supravegherea medicului de specialitate.

Mihăiță Toma

# **VINDECAREA prin IUBIRE ȘI IERTARE**

Ediția a 2-a, revizuită și adăugită



Editura Dharana  
București  
2017

56. Karol Truman – *Sentimentele îngropate de vii nu mor niciodată*, Ed. Adevăr Divin, Brașov 2009;
57. Karol Truman – *Vindecarea sentimentelor din inima ta*, Ed. Adevăr Divin, Brașov 2010;
58. Sri Vasudeva – *Divinitatea lăuntrică*, Ed. For You, Buc. 2004;
59. Sri Vasudeva – *Voi sunteți Lumina*, Ed. For You, Buc. 2006;
60. Sri Vasudeva – *Secretele adevăratei stări de bine*, Fundația Blue Star, Buc. 2011;
61. Sri Vasudeva – *Înfăptuind schimbarea*, Fundația Blue Star, Buc. 2012;
62. Luule Viilma – *Lumina sufletului*, Ed. Dharana, Buc. 2007;
63. Luule Viilma – *Să stagnezi sau să evoluezi*, Ed. Dharana, Buc. 2007;
64. Luule Viilma – *Alungă răul din tine*, Ed. Dharana, Buc. 2008;
65. Luule Viilma – *Căldura speranței*, Ed. Dharana, Buc. 2009;
66. Luule Viilma – *Izvorul luminos al iubirii*, Ed. Dharana, Buc. 2010;
67. Luule Viilma – *Durerea este în sufletul tău*, Ed. Dharana, Buc. 2011;
68. Joe Vitale – *Zero limite*, Ed. Meteor Press, Buc. 2011
69. Marianne Williamson – *Grația de fiecare zi*, ed. For You, București 2005.
70. Barbara Wren – *Trezirea celulară*, Ed. For You, Buc. 2012.

## Cuprins

MULȚUMIRI.....	5
CUVÂNT ÎNAINTE .....	6
Partea I – IUBIREA .....	17
Cap. 1.1. CONSIDERAȚII GENERALE .....	17
Cap. 1.2. IUBIREA LUI DUMNEZEU .....	56
Cap. 1.3. IUBIREA DE SINE .....	67
Cap. 1.4. IUBIREA APROAPELUI .....	91
Cap. 1.5. COMPASIUNEA și RECUNOȘTINȚA .....	97
1.5.1. COMPASIUNEA .....	97
1.5.2. RECUNOȘTINȚA .....	105
Cap. 1.6. VINDECAREA PRIN IUBIRE – .....	108
CAZURI .....	108
Cap. 1.7. RUGĂCIUNI, MEDITAȚII, AFIRMAȚII POZITIVE, MANTRE .....	149
PARTEA a 2-a – IERTAREA.....	181
Cap. 2.1. IERTAREA – .....	181
CONSIDERAȚII GENERALE.....	181
Cap. 2.2. IERTAREA DE SINE .....	206
Cap. 2.3. IERTAREA CELORLALȚI .....	216
Cap. 2.4. IERTAREA FAMILIEI .....	224
Cap. 2.5. VINDECAREA PRIN IERTARE – .....	229
CAZURI .....	229
Cap. 2.6. RUGĂCIUNI, MEDITAȚII ȘI AFIRMAȚII POZITIVE DE IERTARE.....	249
2.6.1. RUGĂCIUNI – IERTARE.....	249
2.6.2. MEDITAȚII DE IERTARE .....	253
2.6.3. IERTAREA - AFIRMAȚII .....	259
CONCLUZII .....	261
BIBLIOGRAFIE .....	267

## Partea I – IUBIREA

### Cap. 1.1. CONSIDERAȚII GENERALE

#### MOTTO:

„În inima tuturor lucrurilor din Univers este numai Iubirea Divină. Orice altceva decât Iubirea este o Iluzie!”

S-au spus atâtea despre *IUBIRE*, încât este dificil de spus ceva nou, dar o reamintire (pentru că suntem în această perioadă a *REAMINTIRII*, conform Jasmuheen), a ceea ce este *IUBIREA* și *OMUL*, putem face. Pentru ieșirea din *IGNORANȚĂ* și conștientizarea a ceea ce suntem noi cu adevărat, adică a miezului ființei noastre. Acolo unde sălășluiesc *LUMINA*, *PUTEREA*, *ADEVĂRUL* și *VIAȚA*. Adică *IUBIREA*.

Pentru că *IUBIREA* este *APA VIEȚII*. Ea este ca un râu care poate doar să curgă, nu poate fi forțată, nici secată. Pentru că izvorul ei este nesecat și nesfârșit, deoarece „Dumnezeu este Iubire și cel ce rămâne în Iubire, rămâne în Dumnezeu și Dumnezeu rămâne în El” (Ioan 4,16)

Iubirea fiind Dumnezeu, este Sursa Creației, ea fiind cea care ne hrănește și cea care ne eliberează. Este un izvor nesfârșit, care naște totul, iar apoi trage totul înapoi la sine. Ea este Chipul și Trupul Universului, țesutul conjunctiv al Universului, „substanța” din care suntem alcătuiți, cum frumos spunea vindecătoarea americană Barbara Ann Brennan. Iubirea lui Dumnezeu a știut că ne va fi dor de El când vom porni în lume ca să o cunoaștem și să o împlinim. De aceea S-a împărțit pe Sine în scânteii de Lumină pe care le-a presărat în inima fiecărei Ființe.

Știind că ne va fi teribil de dor de El, de perfecțiunea Lui, Dumnezeu S-a zidit pe Sine în chiar inima creației Sale. De aceea, inima, sub aspectul ei universal, este locul în care locuim împreună cu Dumnezeu.

Iubirea fiind universală și Sursa întregii Creații, o regăsim în toate religiile și tradițiile spirituale. Să cităm câteva spuse despre Iubire:

- În Bhagavad Gita, Krișna către Arjuna: „Oricine mă iubește fără dorințe și nu are nici o intenție rea față de orice creatură, vine la mine”

- Buddha: „Nu răniți nici o ființă vie, ci fiți plini de bunătate iubitoare”.

- Ibn Arabi, maestru Sufi: „Iubirea este crezul meu, oriunde întorc cămilele sale, iubirea rămâne crezul și credința mea”

Iubirea înaltă, de Dumnezeu și de aproapele, este *agape*, iar iubirea senzuală (dragostea) este *eros*. Mult

prea des, oamenii rămân cantonați în eros (dragostea senzuală), dominați de egou și separați de Dumnezeu.

Dar iubirea are cel puțin 8 trepte și anume:

1. Iubirea lui Dumnezeu – Infinită, Necondiționată, Omniprezentă, Omnipotentă, către toată Creația.

2. Iubirea Îngerilor – Necondiționată (Serafimii, Heruvimii, Scaunele, Domniile, Puterile, Stăpânirile, Începătoriile, Arhanghelii, Îngerii).

3. AGAPE – Iubirea Mântuitorului și a Sfinților - Totală, Necondiționată, către toate ființele.

4. Iubirea aproapelui – Include iubirea lui Dumnezeu (sunt interconectate) dăruirea necondiționată, compasiunea, iertarea și acceptarea.

5. Prietenia – O formă a iubirii aproapelui, care nu depinde de atracția fizică sau legături de rudenie.

6. Iubirea filială – Între părinți – copii, frați – surori. Este funcție de legăturile de rudenie și energetice.

7. Dragostea (Eros) – Între bărbat și femeie, cu atracție fizică, compatibilitate vibrațională, dăruire reciprocă, angajament reciproc, baza familiei și a creației vieții (copii).

8. Pasiunea (Eros inferior) – Este numai dragoste senzuală însoțită de sentimentul de posesiune, control, dominare, gelozie. Nu durează.

Se poate transforma rapid în ură!

Este bine să analizați această posibilă ierarhie a treptelor iubirii și să vedeți unde vă situați. Dacă sunteți pe ultima treaptă, a 8-a, este clar că sunteți dominat de EGOU și sunteți separat de Dumnezeu. Iar această separare de Dumnezeu este produsă de:

- Minte noastră
- Judecată și critică
- Uitarea legii UNIMII
- Toate limitările
- Identificarea cu Egoul
- Frica
- Rușinea
- Vinovăția
- Grijiile
- Invidia; Ura; Supărarea
- Lipsa de armonie
- Nevoia de a avea dreptate
- Învinovățirea celorlalți
- Competiția
- Atacarea celorlalți
- Intoleranța
- Mândria.

Dacă sunteți supărat pe Dumnezeu (parțial sau total), e limpede că veți avea probleme, dezechilibre, boli. Și nu veți fi în pace, sănătoși și fericiți.

Faptul că nu suntem singuri, că suntem toți interconectați în câmp, că tot ceea ce gândim, spunem, facem și simțim, îi influențează pe toți semenii noștri și însăși

sănătatea planetei, este un fapt afirmat de toți înțelepții, sfinții și maeștrii acestei lumi. Acest lucru este confirmat și de faptul că cele 3 mari Legi Divine, după care funcționează Universul sunt:

1. Legea Unimii (sau a lui UNU) – Toate sunt UNUL. Toții suntem interconectați.

2. Legea Iubirii – Totul este Iubire și totul izvorăște din Iubire.

3. Legea Rezonanței sau a Atracției – Atragem spre noi oameni, situații, întâmplări de o vibrație asemănătoare cu cea emisă de noi. Tot ce facem creează un efect, care se întoarce spre cauză (Legea Karmei sau a cauzei și efectului).

Să vorbim puțin despre aceste 3 mari Legi Divine, care asigură funcționarea Universului și a întregii Creații.

## 1. LEGEA UNIMII

Această lege afirmă că tot ceea ce vine din Dumnezeu este de la Dumnezeu. Orice își are originea în întreg, aparține întregului. La fel cum Dumnezeu nu poate fi divizat, nici o expresie a lui Dumnezeu nu poate fi divizată. Fiecare este Întreg și complet. **Nici o expresie a lui Dumnezeu nu are vreo lipsă și toate expresiile lui Dumnezeu sunt BUNE. Fiecare ființă omenească îi aparține lui Dumnezeu și este de la Dumnezeu.** Această legătură cu Dumnezeu este scânteia divină sau

Esența, care trăiește în fiecare din creaturile lui Dumnezeu și locuiește în fiecare inimă.

Dumnezeu, Esența Creatoare a Tot Ceea Ce Este, nu poate fi descris cu ajutorul cuvintelor și conceptelor. El poate fi experimentat, trăit. Iar această trăire este, în mod esențial, MISTICĂ. Este trăirea pe care au avut-o profeții, sfinții și maeștrii. Ei **au experimentat starea de a fi UNA cu Dumnezeu.**

Iisus ne-a spus că Împărăția Cerurilor sălășluiește în interiorul nostru. Din păcate, mult prea mulți oameni îl caută pe Dumnezeu în afara noastră. La Dumnezeu trebuie să venim cu mâinile goale, cu smerenie și respect. Când venim astfel, intrăm în templul interior și ne deschidem posibilității de a primi iubirea, grija și îndrumarea lui Dumnezeu. Această Lege a Unimii spune că esența noastră trăiește în Dumnezeu. Este „Calea, Adevărul și Viața”, la care trebuie să ne alimentăm și pe care trebuie să o urmăm.

Nimeni nu ne poate da răspunsurile și nu ne poate purta către adevăr, decât noi înșine. Trebuie să creăm legătura cu esența creatoare din interior, care este în inima noastră. Atunci când îl găsim pe Dumnezeu în interiorul inimii noastre, nu ne vom mai da puterea altora și nici nu vom mai căuta să devenim o autoritate pentru altcineva. Unica autoritate reală este cea pe care a acceptat-o Iisus. Iar aceasta este autoritatea lui Dumnezeu, care poate fi cunoscut doar în inima fiecărei persoane.

***Dat fiind că Dumnezeu este întreg și complet, iar***

***noi suntem din Dumnezeu și de la Dumnezeu, și noi suntem întregi și compleți. Esența lui Dumnezeu se află în noi toți, pentru că toți suntem copiii Lui.*** Scânteia divină trăiește în inimile noastre. Putem uita că este acolo. Ne putem pierde în viața noastră agitată, plini de griji și de suferință. Însă scânteia divină rămâne în miezul ființei noastre și o putem găsi și îngriji. Și asta printr-o practică spirituală zilnică. Aceasta aduce comuniunea cu Dumnezeu, în tăcerea inimilor noastre. Practica spirituală are grijă de scânteia divină lăuntrică și o ajută să se dezvolte într-o flacără constantă, care își revărsă lumina asupra tuturor locurilor întunecate ale sufletului. Aceasta scoate la lumină greșelile și arde neadevărul. Ne centrează și ne ține conectați la Sursa noastră, astfel încât să putem servi în lume cu compasiune pentru alții și pentru noi înșine. În felul acesta dăm naștere propriei divinități, în timp ce ne aflăm încă în formă umană.

***Conștiința unității este starea de conștiință în care intrăm atunci când simțim prezența lui Dumnezeu în interiorul inimii și minții noastre.*** Putem experimenta această stare ca o căldură sau energie în centrul inimii, și ca pace și liniște în interiorul minții. Trăim în profunzimea deplină a momentului prezent, fără dorința de a ne gândi la trecut sau la viitor. În acest moment știm că suntem perfecți exact așa cum suntem și la fel cum sunt și ceilalți. Totul este perfect, așa cum este.

În cea mai mare parte a timpului, Iisus a trăit într-o