

Denise Linn

# Firele nevăzute ale energiei

*Ghidul suprem de curățare a legăturilor  
care ne limitează viața*

Traducere din limba engleză  
de Daniela Andronache

Editura For You  
București

## Introducere

# *Adevărul profund despre firele de energie*

**A**i stat vreodată de vorbă cu cineva și ai simțit cum energia ți se scurge treptat, dar, în același timp, persoana cu care vorbeai devenea tot mai energizată și animată? O posibilitate este ca energia să curgă într-o singură direcție, în cealaltă persoană, și, drept rezultat, tu ești vlăguit... iar celălalt este revitalizat.

Sau poate te-ai simțit brusc euforic, aparent fără niciun motiv. Acest lucru poate însemna că cineva cu care ești legat printr-un cordon de iubire s-a gândit la tine și iubirea sa a călătorit pe acel cordon până la tine. (Acest tip de gânduri fericite îi energizează de obicei atât pe expeditor, cât și pe destinatar.) Acestea sunt exemple de manifestare a firelor de energie în viața ta.

Cartea de față îți oferă oportunitatea de a afla cum să-ți crești nivelul de energie și ce anume îți scade nivelul de energie. Vei învăța cum să te eliberezi de ceea ce nu îți este de folos în viață și cum să-ți protejezi energia. Sufletul iubește adevărul, iar calea către adevăr este să fii

puternic în *propriul tău* câmp de energie. Vei descoperi cum să faci acest lucru prin exercițiile prezentate aici.

Scrierea acestei cărți mi-a creat o dilemă. O parte din mine nu crede în tăierea legăturilor și folosirea metodelor de protecție psihice, pentru că acest lucru contribuie la iluzia că am fi separați unii de ceilalți. Însă o altă parte din mine – partea care s-a antrenat cu oameni din culturile tradiționale în metodele de protejare a energiei – a văzut epuizarea devastatoare ce poate apărea în urma atacurilor psihice și de la oameni care sifonează energie de la alții.

Provocarea mea a fost că doream să-ți împărtășesc metodele de curățare și de protecție care ar putea funcționa pentru tine, în viața ta, dar nu doream să contribui la prejudecata că suntem toți izolați unii de alții. Doream ca oamenii să citească această carte și să primească viața cu brațele deschise, având convingerea că, atunci când râcăi zgura de pe inima omului, ajungi la aurul pur. Îmi făceam griji că împărtășirea tehnicilor de protecție a energiei te-ar putea face să vezi lumea ca pe un loc înfricoșător, în care ceilalți oameni te rănesc.

Până la urmă, am decis să merg mai departe și să te învăț ce am învățat eu într-o viață întregă în care m-am ocupat de câmpurile de energie. Periodic, îți voi reaminti cu blândețe cine suntem noi din punct de vedere spiritual. Fac acest lucru pentru că este adevărat – tu nu ești o ființă separată de Universul din jurul tău. Din punct de vedere divin, nu există nimic de care să trebuiască să te protejezi. În sensul profund, totul ești tu.

Această carte este pentru acele momente în care uiți cine ești. Și, ca oameni, uităm cine suntem tot timpul. Eu uit. Tu uiți. Toți uităm. Face parte din natura noastră. Când uităm,

credem că suntem separați unii de ceilalți și de Univers. În asemenea momente de uitare, este important să înțelegem și să aflăm cum să ne desfacem din legăturile așa-zis „negative“ și să le extindem pe cele așa-zis „pozitive“.

Dintr-un punct de vedere sacru, nu există nimic care să-ți poată face cu adevărat rău. Am avut odată această experiență când medicii mei credeau că sunt moartă, după ce fusesem victima unui atac cu arme de foc, aproape fatal. Experiența a fost una profundă... și reală. Am intrat într-un loc de lumină aurie despre care știam cu claritate că este adevărata mea casă. Îmi era familiar. Mai fusesem acolo; de fapt, se pare că nu plecasem niciodată. Viața mea pe pământ părea ca un vis în care iluzia era că suntem separați unii de ceilalți.

În acest tărâm de lumină aurie, în care am intrat când medicii se zbateau să mă resusciteze, mi-am amintit ceea ce știusese dintotdeauna, dar uitasem: nu există nimic în Univers care să nu fim noi.

Tărâmul în care am intrat era atât de real! Această viziune asupra realității era foarte diferită de modul în care îmi percepușem anterior viața pe pământ, însă era una familiară. Cei 17 ani ai mei de viață de până atunci păreau ca o poveste și ceea ce am experimentat în acel tărâm ceresc mi se părea a fi adevărul autentic.

Poate că aceste lucruri par lipsite de sens atunci când ți le povestesc, dar în momentul în care medicii credeau că eu am murit, îmi amintesc că am ieșit din corpul meu și am devenit parte din tot. Nu existau granițe. Eu eram *una* cu toate ființele și cu toată viața. Și tu ai fost acolo. Toți am fost. Totul se află în mine, așa cum totul se află în tine. Eu am aflat că toți am fost unul.

Tu ești parte din toate lucrurile. Tu ești muntele din Tibet cu vârful acoperit de zăpadă. Tu ești respirația unui nou-născut în Sudan. Tu ești aerul curat din Arctica și smogul din Los Angeles. Tu ești energia rarefiată a unui sfânt și furia unui bandit. Totul ești tu. Și totul sunt eu. Dar numai într-o stare foarte înălțată de conștiință (sau când ești aproape mort, în cazul meu) poți să atingi acest adevăr.

Aici, în existența noastră pământeană, credem că oamenii pot să ne facă rău. Și pot, pentru că așa credem. Credem că atacurile psihice și vampirii energetici ne pot vlăgui. Și pot, pentru că așa credem. Nu numai credințele noastre individuale sunt responsabile. Când ne împiedicăm, cădem pe trepte și ne lovim, ni se pare real, iar când cineva aruncă o emoție negativă către noi, durerea pe care o simțim este reală. Doar pentru că suntem umani, suntem parte dintr-un conștient colectiv în care credem că suntem separați de viața din jurul nostru, care ne poate dăuna și ne poate răni și, astfel, o face.

După ce m-am întors din lumea cealaltă, mi-am amintit adevărul că toți suntem unul și că nu suntem separați de Univers. Totuși, acest adevăr era doar o amintire. Când am alunecat înapoi în corpul meu, instantaneu m-am agățat în continuumul nostru de spațiu-timp. Tot mă mai enervam cu ușurință. Încă mă temeam că alții mi-ar putea face rău. Eram în continuare furioasă când sufeream. Unii oameni îmi secau energia. Amintirea adevărului nu era suficientă pentru a diminua scurgerile de energie.

Îți ofer această perspectivă cu speranța că vei învăța cum să-ți protejezi câmpul de energie și că vei descoperi cum să dai la o parte influențele negative care s-au oprit asupra ta dinspre alții și vei conștientiza, de asemenea, că

la nivelurile cele mai profunde Totul este Tu – fiecare fir, fiecare conexiune, fiecare stea și galaxie.

Când ți se pare că cineva îți absoarbe energia, cea care permite să ți se scurgă energia este partea din tine care există în cealaltă persoană. Când ți se pare că cineva te reumple cu energie, ceea ce te umple de energie cu adevărat este acea parte din tine care se află în celălalt.

Ca oameni, percepem tărâmul cosmic ca fiind *în afară*, ca și cum ar fi o locație infinit de îndepărtată, printre stele. Avem tendința de a ne uita la cer când ne gândim la acel loc de dincolo de poarta morții. Dar adevărul este că el *e aici*. Există aici... înăuntrul meu și înăuntrul tău. Așa cum poți să potrivești canalul unui radio pe diferite programe, de la jazz la rock&roll, fiecare canal excluzându-le pe celelalte, tot așa locul pe care îl numim Rai – locul unde nu suntem separați unul de altul – este tărâmul de *aici și acum*. Tot ce ai de făcut este să te conectezi la el. Ești o ființă cu un spațiu de frecvențe oscilante, care există oriunde și pretutindeni în același timp. Doar că aici, pe pământ, te-ai conectat – și noi toți la fel – la stația cosmică a separării.

Chiar dacă știi acest lucru, este totuși bine să te protejezi când simți nevoia. Este bine să tai legăturile cu alte persoane care te consumă. De fapt, nu este numai în regulă să faci aceste lucruri, ci este și *necesar*, pentru a fi capabil să stai în propria ta lumină și să tinzi către un nivel mai înalt de conștiință. Totuși, îți sugerez ca, în timp ce tai legăturile, să cauți în miezul ființei tale pentru a găsi acel loc din tine în care se află abuzatorul. Prețuiește-l... și probabilitatea de a atrage atașamente negative în viitor va fi mai mică.

Ți-ai putea pune întrebarea: „Cum pot să iubesc o parte din mine însumi în care se găsește un abuzator sau

un dependent? Acestea sunt legături de la alții, pe care eu vreau să le rup. În niciun caz nu aș putea prețui asemenea lucruri.“ În măsura în care te judeci pe tine însuși și îți reprimi acea parte numită „sinele umbră“, în aceeași măsură vei chema astfel de lucruri nedorite să se atașeze de tine. Iar dacă nu poți prețui aceste părți ale tale, atunci, mai degrabă decât să le judeci, devino observatorul sacru. Dacă poți *observa* un tipar nedorit, te poți elibera de el; dacă îl *judeci*, el te scindează. Atragi către tine orice lucru pe care îl judeci cu asprime. Oricât de ciudat ar suna, judecata ta nu face decât să întărească legăturile dintre tine și ceea ce judeci.

Jerry participa la unul dintre evenimentele mele; la pauză, a venit la mine și, pe parcursul conversației noastre, a menționat că toate femeile șofează prost. A zis că aproape zilnic îi taie calea în trafic sau aproape îl tampo-nează câte o femeie aflată la volan. Lui nu i-a trecut niciodată prin minte că această judecată și convingere puternică atrăgeau, de fapt, către el femeile care șofează prost. Era ca și cum o frânghie de energie se desfășura dinspre el, se întindea și își croia drum prin oraș până când găsea o femeie care șofează prost și atunci o prindea ca un lasou și o trăgea către el. Așa funcționează ițele judecăților. Nevoia noastră de a avea dreptate în judecățile noastre poate fi atât de puternică, încât în mod subconștient devenim un magnet pentru experiențe care ne vor valida credințele, așa cum făcea Jerry cu șoferițele.

Dificultatea constă în a accepta și chiar a primi lucruri despre care crezi că sunt greșite sau rele, dar dacă intri în starea din care le observi, într-un mod lipsit de judecăți, este mult mai ușor să renunți la legăturile negative din

câmpul tău de energie. Până la urmă, este o călătorie a sufletului să te accepți și să te prețuiești în toate formele tale, fără ezitare și fără reținere; în paginile care urmează, vei descoperi cum să faci acest lucru.

Cele mai multe dintre cărțile mele sunt ușor de folosit pentru a găsi informațiile într-o manieră nonsecvențială. Poți lua puțin de aici și puțin de dincolo. Totuși, în *Firele nevăzute ale energiei* există o anumită ordine a informațiilor. În primul capitol, vei învăța ce sunt legăturile de energie și ce legături de energie sunt atașate de tine. Vei afla despre firele care curg între tine și prietenii, membrii familiei, cunoștințele și strămoșii tăi, precum și despre cele care curg către și de la iubii tăi – din trecut și din prezent. De asemenea, vei învăța să înțelegi ițele viselor, fantomele, conexiunile astrale, chakrele, corpurile cerești și multe altele.

În Capitolul 2, vei descoperi o parte din efectele pe care le pot avea legăturile tale asupra emoțiilor și sănătății tale și vei afla informații valoroase despre vampirii energetici, atacurile psihice, atașamentele de oameni toxici și cum îți poate fi afectată starea de bine de către energia reziduală și cea a înaintașilor. În plus, învățând despre sondarea și scanarea scurgerilor de energie, vei descoperi care sunt legăturile ce te influențează, atât în corpul tău, cât și în casa ta.

Apoi, Capitolul 3 îți oferă moduri foarte specifice, extrem de eficiente, de a tăia și a te elibera de orice legături care te micșorează sau te slăbesc. Acestea sunt metode puternice, verificate în timp.

În Capitolul 4 vei afla informații mai puțin cunoscute despre protecție și când să o folosești. De asemenea,



vei învăța metode pas-cu-pas de a-ți conserva și proteja câmpul de energie, precum și când e bine să le folosești și când nu.

În sfârșit, în Capitolul 5, vei descoperi cum să revitalizezi, să întărești și să stabilești legături de comuniune, iubire și bucurie, precum și cum să-ți întărești legăturile sacre cu Universul. Vei descoperi mai multe căi de a crea spațiul sacru în casa ta, astfel încât să devină un sanctuar care să împiedice să curgă către și prin tine altfel de fire decât cele strălucitor vibrante de lumină.

Vei vedea că repet adesea mesaje asemănătoare, dar folosind cuvinte diferite. Vei vedea în această carte chiar și lucruri pe care poate le-ai văzut deja într-o altă carte de-a mea. Fac acest lucru în mod intenționat. Repetiția este mama învățării. De asemenea, este un mod foarte tradițional de a-i învăța pe alții. Multe dintre cunoștințele mele provin din culturile native, iar înțelepciunea și poveștile din aceste culturi sunt spuse iar și iar, în moduri ușor diferite. Se crede că cea mai bună învățare are loc în acest mod.

Ai iubirea și susținerea mea în călătoria care se așterne înaintea ta. Este o odisee sacră și sfântă a sufletului.

## Capitolul 1

### Să înțelegem ce sunt legăturile de energie

---

„Noi, cu viețile noastre, suntem ca niște insule în mijlocul mării sau ca niște copaci în pădure. Pinul și arțarul își șoptesc unul altuia cu frunzele lor... Dar copacii își împletesc și rădăcinile în întuneric, iar insulele, de asemenea, se ating una pe cealaltă pe fundul oceanului.“

William James

---

**E**ste în natura ființelor umane să se atașeze de oameni și de lucruri. (Poate că acest lucru începe încă de când ne naștem, fiind atașați de mama noastră prin cordonul ombilical.) Atașamentele noastre au de-a face cu modul cum ne conectăm noi cu lumea din jur. Conștienta subconștientă a acestor linii de conexiune este pusă în evidență prin expresiile pe care le folosim, ca atunci când spunem că ne simțim „legați“ sau când spunem că ceva e „fără obligații“ ori „trebuie să rup legăturile“. La un nivel profund, putem să simțim firele de energie care ne

atașează de lumea din jurul nostru, chiar dacă nu le vedem. *Sunt reale.*

Legăturile de energie sunt linii de energie și comunicare invizibile, dar foarte reale, care ne conectează cu oamenii, locurile și lucrurile. Energia poate să refuleze și să se scurgă prin asemenea legături. Aceste fâșii, cordoane, filamente, ițe și sfori care ne conectează cu lumea din jurul nostru pot să fie subțiri și tranzitorii sau să curgă ca un râu larg și să provină chiar din trecutul nostru și să existe pe parcursul întregii noastre vieți.

Emoțiile puternice, cum sunt frica și iubirea, călătoresc cu rapiditate prin aceste legături; durerea fizică, plăcerea fizică și cunoștințele și înțelepciunea pot fi, de asemenea, transmise prin ele.

Unele dintre aceste atașamente de energie sunt benefice; ele ne permit să ne simțim vibranți și vii. Altele sunt de mai puțin ajutor, ne epuizează și ne slăbesc. Când doi oameni interacționează unul cu altul, între ei se formează cordoane de energie. Aceste cordoane de energie pot fi energizante sau epuizante. Uneori poți să pierzi energie printr-un astfel de cordon. De asemenea, pentru o anumită persoană poate fi un mod de a obține informații de la tine sau chiar – într-o manieră obscură – de a te manipula și controla. Cei mai mulți dintre indivizi nu sunt conștienți de aceste cordoane de energie, însă le pot simți la un nivel subconștient. Unele persoane clarvăzătoare și mediumnice văd aceste legături de energie, care pornesc, de obicei, din plexul solar, dar se pot atașa oriunde în corp. Cu cât conexiunea emoțională dintre doi oameni este mai puternică, cu atât cordonul este mai puternic. Cordoanele de energie ne permit să *simțim* o altă persoană, chiar dacă se află la mii de kilometri distanță. Uneori putem chiar să simțim ce simte

sau ce gândește o altă persoană. Legăturile de energie pot să atragă oamenii unul către celălalt și să îngreuneze separarea atunci când o relație nu mai este constructivă. Există și conexiuni de energie sub formă de cordoane care ne leagă de anumite locuri.

În culturile occidentale, cei mai mulți oameni știu foarte puține lucruri despre firele de energie care îi conectează cu alți oameni și alte locuri. Ei văd lumea ca și cum ar conține lucruri separate și fără legătură între ele. Nu se văd pe ei înșiși ca fiind parte a tuturor lucrurilor, ci, dimpotrivă, se văd ca ființe separate și mai mari decât orice altceva. Ei nu realizează că din (și către) fiecare acțiune, persoană și obiect curg filamente de legături care îi conectează cu restul lumii.

Oamenii din culturile mai apropiate de natură din trecut înțelegeau domeniul intim și extraordinar al energiei. Ei știau cum să simtă firele care le îmbunătățeau viața și cum să diminueze și să renunțe la legăturile care nu făceau acest lucru. În multe culturi tradiționale, se crede că oamenii au legături de energie care îi înrădăcinează în pământ, dar îi și leagă unul cu altul. Se crede că, dacă vom călători prea departe, cordonul nostru către pământ se va întinde, devenind prea subțire, și vom ajunge să ne simțim slăbiți și chiar bolnavi. Ideea de a fi profund conectați și ancorați în pământ este o credință a indigenilor de pe tot Globul.

În această carte, vei învăța că vindecătorii din vechime au știut dintotdeauna că trăim într-un univers de energie și că în fiecare clipă această energie te influențează și te afectează. Vei afla metode tradiționale de recăpătare a energiei personale, de tăiere a legăturilor cu relațiile și evenimentele toxice din trecutul tău și de păstrare a unui câmp de energie curat. În plus, vei descoperi conexiunea dintre firele de energie și inconștientul colectiv, chakre

(centrele de energie din corp), ghizi, îngerii, cosmos și Creatorul tău. Vei descoperi ce legătură au filamentele de energie care te conectează cu fiecare obiect din casa ta și cu câmpurile de energie curate. Totodată, vei descoperi ce fire îți susțin destinul și cum să te eliberezi de toate cele care te țin pe loc.

## CE SUNT LEGĂTURILE DE ENERGIE?

Eu numesc aceste cordoane de energie care ne conectează cu Universul din jurul nostru „legături de energie“ sau „legături de afinitate“, întrucât energia oamenilor, locurilor și obiectelor nu se poate atașa de tine dacă nu ai o *afinitate* sau, cu alte cuvinte, dacă nu există o frecvență de rezonanță. Iată definiția mea pentru „afinitate“: *o atracție naturală către o persoană, lucru, idee etc.; un sentiment plăcut sau un acord inerent; totodată, o asemănare sau o conexiune apropiată. În domeniul chimiei, afinitatea este forța prin care atomii sunt ținuți la un loc.* În această carte, eu folosesc termenul pentru a semnifica o afinitate „pozitivă“, în sensul că îți poate crește nivelul de energie, sau o afinitate „negativă“, care ți-o va consuma. Aceste legături pot fi infimizezimal de subțiri, ca niște microfibrile sau fire de păianjen, sau pot fi mai mari și mai puternice, ca niște frânghii groase de energie. Ele pot fi flexibile, lichide, moi sau rigide și aparent imobile. Pot fi transparente, radiante și sclipitoare în lumină sau opace, lipicioase, dense și întunecate.

Legăturile de energie nu sunt doar niște cordoane eterice și astrale de conexiune între oameni, evenimente, locuri și obiecte; ele servesc și ca modalitate de a trimite și a primi în mod subconștient energie și informații către și de la oamenii, locurile, evenimentele și obiectele din jurul

## Cuprins

Prefață		11
Introducere	<b>Adevărul profund despre firele de energie</b>	15
Capitolul 1	<b>Să înțelegem ce sunt legăturile de energie</b>	23
Capitolul 2	<b>Explorarea legăturilor de energie</b>	96
Capitolul 3	<b>Tăierea legăturilor restrictive: eliberarea cordoanelor care te consumă</b>	139
Capitolul 4	<b>Protejarea și ecranarea câmpului energetic</b>	177
Capitolul 5	<b>Întărirea legăturilor care îți dau putere</b>	227
Concluzie		263
Mulțumiri		265
Despre autoare		267