

# Cum să obții tot ceea ce-ți dorești

Poate că titlu corect ar fi *"Cum să obții tot ceea ce-ți dorești pe termen lung fără efecte secundare"*.

O să încep această poveste cu un paradox : *"Ca să obții tot ceea ce-ți dorești trebuie în primul rând să nu-ți dorești lucrul respectiv. Să nu ți-l dorești orbește și influența lui să nu fie decisivă asupra stări tale emoționale, asupra evoluției tale."*

Cel mai ușor și clar pot explica aceste lucruri prin puterea exemplului.

Prin tot ceea ce am și prin tot ceea ce nu mi se permite să am pentru că mi-ar dăuna.

Tu primești lucruri în viață abia atunci când ești pregătit să le faci față, să le gestionezi ok.

Asta dacă **Dumnezeu te iubește**.

Un om care nu este obișnuit cu banii, iar obținerea lor este mai mult decât poate el să ducă, dacă câștigă la loto are doar 2 variante: **ori pierde banii ori moare**.

Există și o a 3 a variantă incredibilă și improbabilă : să faci fapte bune cu ei, să-i dăruiești . În acel moment atașamentul față de bani este minim, **omul evoluează** și i se dă ocazia să primească și mai mult în viitor.

Cu cât ești mai mult **dispus să renunți** la ceva cu atât poți avea partea de lucrul respectiv în continuare.

De regulă cei cărora li se permite să aibă averi mari sunt persoane care au așa ceva din tată-n fiu sau care au ajuns la o anumită vârstă și înțelepciune și pentru care **banii nu mai reprezintă mare lucru**.

De aceea nu trebuie să forțezi să obții un lucru nenatural, să te dai peste cap, să-l pui mai presus de orice pentru că pe termen lung se prea poate să pierzi.

Tot ce am avut și am și în clipa de față sunt lucruri pe care nu le-am căutat cu disperare, lucruri pentru care îi mulțumesc lui Dumnezeu pentru că le am dar pentru care nu blamez pe nimeni dacă nu le-aș avea.

S-o luăm cu începutul.

Nu foarte în detaliu pentru că eu am avut o **copilărie fericită** și atunci nu sunt foarte multe de spus.

Între 0 și 12 ani cred că cele mai mari dorințe ale mele au fost , nu într-o ordine anume, așa : **să ajung fotbalist**, să am un câine, să fiu mai înalt și mai solid.

N-am avut prea multe dorințe mărețe pentru că deja aveam de toate și nu-mi doream mai mult.

Fotbalist nu mi s-a permis să ajung pentru că fotbalul pentru mine a fost o obsesie, până la o vârstă mai înaintată, și pentru el de multe ori **am pus iubirea pe planul secund**.

**Regula nr. 1 : "N-ai voie să pui ceva mai presus de iubire pentru că vei pierde lucru respectiv."**



Creșterea în înălțime are legătură cu **mândria** , piticismul fiind practic o blocare a unei mândrii enorme.

Mândrie care s-a păstrat pe tot parcursul vieții și care într-un final mi-a adus și gemenii. (**sentimentul de mândrie**, de unicitate a copilului, a fost înlocuit cu o gelozie extremă)

Câine mi-am dorit atât de mult dar l-am primit ca un câștig la loto neașteptat și atunci în aproximativ 6 luni a murit.

Ce am avut dar nu mi-am dorit decât la nivel subconștient : **o copilărie fericită.**

Și mi s-a permis să am așa ceva pentru că n-am abuzat de ea ci am avut o atitudine corectă față de tot ceea ce am primit.

Nu am fost invidios sau gelos pe ceilalți pentru nimic.

Cică doar eram intrigant și căutam cearta și bătaia cu fratele meu. Asta e nimeni nu e perfect.

Între 12 și 20 de ani este **explozia hormonală** și de dezvoltarea a caracterului.

Ce-și dorește cel mai mult un adolescent și nu are tocmai pentru că-și dorește prea mult ?

Un ten frumos □

Eu nu mi-am dorit așa ceva prea mult așa că n-am avut probleme prea mari cu coșurile sau acnee sau alte chestii de genul acesta.

Dorințele mele au fost tot puține și fixe adică tot să ajung fotbalist și să am o relație cu o persoană de sex opus.

Țin minte că aveam undeva la 12-13 ani și mă rugam, seara la culcare ,ca Dumnezeu s-o facă pe o fata să-i placă de mine. M-am rugat cred că luni bune.

*Și cum am fost eu răsplătit pentru această dorință imensă ?*

Nu mai țin minte cu exactitate ce s-a întâmplat dar nu cred c-am vorbit toată viața mai mult de 1-2 minute cu fata respectivă.

**Când Dumnezeu nu-ți ascultă rugăciunile înseamnă că te rogi într-un mod greșit.**

Prima **experiență sexuală** n-a fost cu o persoană pe care mi-o doream nespunându-mi că o fată care îmi era înainte de toate prietenă. Nu mi-am dorit eu cu disperare pur și simplu să se întâmple.

Este mult mai sănătos ca **prietenia să se transforme în atracție** pentru că tu n-ai căutat inițial impulsul sexual și atunci nici atașamentul față de această nevoie primară nu este atât de mare.

Regula nr. 2 : "Dacă vrei să obții sex trebuie să plătești și întodeauna investiția va fi mai mare decât câștigul."

Glumeam. Așa mi-a recomandat terapeutul meu să nu mă iau prea mult în serios că-mi dăunează grav sănătății. Atâta timp cât poți râde de tine ești bine.

Deci să revenim la gânduri mai bune pentru că chiar voiam să scriu ceva important.

**Regula nr. 2 : "Întâi iubirea și mai apoi sexul. N-ai voie să întreții relații sexuale cu o persoană pe care n-o iubești deoarece îți dăunează foarte mult sufletului. Aici sunt în pericol bărbații pentru că de regulă femeia acționează la sentiment deci iubește, se îndrăgostește, înainte de orice."**



Să revenim la problemele noastre. Sexuale că despre ele vorbeam.

Deci cu cât ești mai obsedat de un lucru cu atât probabilitatea să-l obții pe termen lung scade.

**Obsedații sexual** nu au parte de femei, decât ocazional , pentru că s-ar autodistruge.

Eu am fost toată viața înconjurat de femei, mi s-a permis și mi se permite să lucrez cu femei frumoase și goale tocmai pentru că pot face față la așa ceva. Pentru că pentru mine nu are o valoare atât de mare atracția fizică iar **iubirea este prioritară sexului.**

Putem spune că miros ca un gay sau ca un călugăr, călugăr normal, și atunci ele nu simt niciun pericol din partea mea.

Acum 10 ani am aplicat la un job de **"support it "** iar când am ajuns acolo era o firmă de **videochat.**

Inițial am simțit o repulsie și am vrut să ies pe ușă și să nu mă uit înapoi dar apoi am acceptat să lucrez acolo timp de aproximativ 1 an.

Mă ocupam de repararea calculatoarelor și de buna funcționare a aparaturii video. Practic de partea cu tehnologia pentru că fetele alea nu prea știau mare lucru.

Dar doar atât am făcut deși prietenilor mei, obsedați sexuali ca orice tânăr sau ca orice bărbat normal, nu le venea să creadă că nu mă dau la fetele alea sau alte lucruri obscene.

Pentru că nu priveam lucrurile așa mi s-a permis să am acces la ele.

Practic eram ca un paznic într-un club de striptease sau ceva de genul acesta.

Chiar ajunsesem să-mi pară rău pentru multe dintre ele pentru că aveau vieți dificile , se chinuiau să câștige niște bani pentru tot felul de nevoi persoanel. Multe aveau familie și copii și făceau totul strict pentru partea financiară fără nicio plăcere.

În clipa de față, în majoritatea timpului, lucrez tot cu femei goale pentru că viziunea mea asupra vieții nu s-a schimbat. Pentru mine încă este prioritar

sufletul omului și nu trupul și de aceea **mi se permite accesul la orice trup** fără să fie vreun pericol pentru evoluția mea.

Plus că în momentul în care un om se poate dezbrăca în fața ta de haine îi este mult mai ușor să se deschidă și sufletește deci am anumite atuuri în fața psihologilor.

Meseria de terapeut, aici vorbesc în special la partea de masaj, combinată cu cea de nutriționist și cu cea de psiholog mi se pare una dintre cele mai complexe moduri de tratament. Eu am încercat să practic un **psihomasaj nutrițional**.

Mi s-a permis să am o soție frumoasă și niște copii simpatici tocmai pentru că aspectul fizic nu este cel mai important lucru pentru mine.

Universul trebuie să mă lovească în lucrurile pe care pun prea mult preț, acolo unde sunt sensibil, dezechilibrat, adică în **moralitate, dreptate, înțelepciune, mândrie** etc.

Până când să apară imaginea unei relații serioase și să se formeze câmpul viitoarei mele familii partea financiară pentru mine n-a contat.

Banii nu aveau nicio valoare și de aceea am avut întodeauna atât cât mi-a trebuit.

Primul meu job a fost într-un cazino unde la un spin sau o pariare oamenii pierdeau sau câștigau zeci de milioane iar dimineața la 6 când făceai casa și goleai mesele numărai grămezi de bani.

Nu mă impresiona cu nimic și nu mă afecta în niciun fel cel care tocmai pierduse 10 milioane într-o secundă dar nici pe el astfel nu i se permitea să facă asta în mod constant.

Dacă ști să te folosești de el, cazino-ul este un loc de tratament în care poți trece prin diferite șocuri emoționale mult mai rapid și mai sănătos decât în viața de zi cu zi. Eu personal îl folosesc pentru a-mi scădea atașamentul față de înțelepciune și pentru a-mi plăti taxa pe prostie.

După ce am evoluat și atașamentele mele s-au schimbat accesul la bani s-a transformat în acces la oameni.

O dată cu **aparitia stresului financiar** accesul la valori materiale prea mari a fost limitat dar deoarece a avut loc o echilibrare emoțională foarte puternică mi s-a permis un acces foarte mare la oameni.

Tocmai pentru că nu există riscul să mă atașez orbește de oameni și de problemele lor ei mă caută să-i ajut și să-i sfătuiesc în diferite probleme.

**Atașamentul prea mare față de un om îl va face pe acel om să se depărteze de tine.**

Prea mult bine se transformă în rău.

Nu poți să lucrezi corect , pe termen lung, și să-i ajuți pe oameni decât dacă pui suflet în ceea ce faci dar nu tot sufletul. O părticică din mine se rupe pentru fiecare om dar am înțeles că **sănătatea oamenilor nu este vina sau meritul meu**. Eu sunt doar un mijloc prin care Dumnezeu lucrează dar responsabilitatea rămâne a omului.

Citiseam o frază elocventă pentru ce am scris mai sus și o să încerc s-o reproduc cu cuvintele mele :

*" – De ce trebuie mereu să ne credem personajul principal al poveștii, de ce să nu ne gândim că altcineva este centrul iar noi suntem doar un mic ajutor. Când înțelegem că noi suntem furnica iar Harap-Alb este celălalt importanța pe care ne-o dăm va scădea și accesul la o viață frumoasă va fi mult mai ușor."*

Revenim la povestea noastră.

În toată perioada adolescenței am avut o libertate totală din partea părinților tocmai pentru că n-am abuzat de nimic și n-a existat riscul să mă atașez de vreun viciu cu efecte nocive pe termen lung.

Am avut acces liber la ore de venit acasă , **băutură, țigări, mâncare** etc tocmai pentru că nu m-au interesat și n-a existat pericolul real de a-mi face rău cu ele.

Am fost invitat mereu de prieteni să beau, să fumez, să orice tocmai pentru că nu le acordam niciun interes sau un interes minor. Până și la prostituate mă invitau să mergem dar nu eram receptiv. Aveam alte obsesii.

**De ce toată viața am putut mânca orice fără să mă îngraș ?** Care este secretul pe care-l caută toată lumea ?

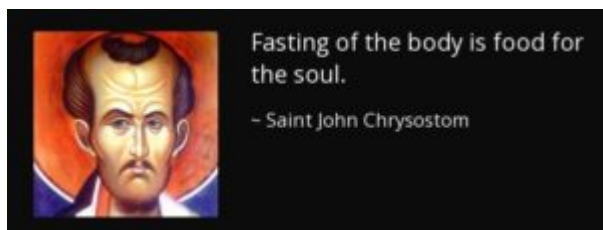
Pentru că **mâncarea n-a avut nicio valoare** pentru mine și părinții alergau după mine să mănânc.

Pentru că pot să mă despart de mâncare fără un efort prea mare.

Nici acum nu-mi vine să cred că anul trecut pe vremea asta am ținut post doar cu lichide 40 de zile.

De ce postul negru este un lucru vindecător ? Pentru că-ți micșorează atașamentele.

**Regula nr. 3 : Postul negru este cel mai vindecător tratament din orice afecțiune deoarece tratează în primul rând sufletul care apoi vindecă corpul.**



Unor oameni nu li se permite să mănânce orice pentru că atunci ar abuza atât de mult încât s-ar autodistrage.

**De ce nu funcționează o dietă ?** Pentru că atașamentul tău față de mâncare, pe termen lung, este același.

Atitudinea față de mâncare și importanța ei pentru tine rămâne neschimbată.

Omul i se permite să-și schimbe aspectul fizic , în bine, atunci când pentru el aspectul fizic n-o să fie cel mai important lucru și când n-o să-i dăuneze evoluției sufletești.

Înainte să te apuci de slăbit pune-ți o întrebare sinceră :

**" - Care ar fi diferența între mine de acum și eu cu 5 kg în minus ? "**



Dacă răspunsul este "- 5 kg" atunci pe termen lung n-o să existe niciun rezultat pozitiv pentru că n-ai învățat nimic din lecția primită. Ai tratat , ca toată medicina, doar efectul și nu cauza. Causa e în sufletul tău și revine cu și mai multe kg.

**De ce îți este permis, o perioadă mai lungă de timp, să fii sănătos ?**

Pentru că boala este un mod de corecție, de educare iar dacă tu ești dispus să te schimbi, să faci această educație de voie bună atunci boala nu mai are nicio valoare și nu-și are rostul.

Am prieteni care vorbesc toată ziua despre tratamente, despre terapii, despre suplimente etc și care nu sunt deloc sănătoși.

Dacă vrei sănătatea ta caută întâi să-i ajuți pe alții să fie sănătoși, pune-i pe alții mai presus de tine și indirect te vei vindeca și tu.

Fraze d-astea motivaționale, un fel de maxime și cugetări pot să tot scriu dar nu știu cu ce rămâne omul până la urmă.

Ca să n-o lungim la infinit și să fie mai ușor de înțeles să vedem ce am concret în clipa de față și de ce.

Am părinți buni și sănătoși pentru că atașamentul meu față de ei nu este orbesc. După ce am avut și eu copii am înțeles că **părintele trebuie să moară înaintea copilului** tocmai pentru că iubirea curge de sus în jos. Când eram mic și egoist voiam să mor eu înainte ca să evit durerea fără să mă gândesc că , de fapt, dacă ar fi invers durerea lor ar fi mult mai mare.

Chiar citisem la un moment dat că definiția fericirii este ca întâi să moară bunicii, apoi părinții și la sfârșit copiii.

Am o familie frumoasă formată din 3 copii și o soție . Ei sunt punctul meu principal de echilibru din această viață. Toate caracteristicile lor interioare sunt în așa fel încât să mă mențină pe mine pe linia de plutire. Să evoluez.

Lor le datorez, în mare parte, întreaga ghidare în

evoluția mea sufletească.

N-o să intru în detaliu acum despre toate aspectele legate de familie pentru că vreau să le dedic un articol special fiind foarte multe lucruri de spus.

Mai ales despre relația cu persoana iubită, **sufletul pereche** cum s-ar spune.

Aici la familie pot să precizez că mai am un frate, singurul om pentru care n-am avut niciodată un sentiment negativ, cred, socrii, unchi, mătuși, cumnați, cumnate, nași, nepoți, prieteni și care mi-au fost mereu alături și m-au ajutat la nevoie fără ca eu să am vreun atașament deosebit față de ei și fără ca eu să le fiu de mare ajutor sau folos în general.

Am și un câine de aproape 3 ani.

**Știți cât de mult mi-am dorit eu un câine când eram mic ?** Atât de mult încât l-am omorât.

Știți cât de mult mi-am dorit eu un câine **Akita inu** mai ales după ce am văzut filmul acela cu Richard Gere ?

Dar mi-am luat gândul imediat pentru că nu se găsea la noi și costa enorm.

Ce s-a întâmplat după 5-6 ani fără ca eu să fac niciun efort ? Am ajuns să am un Akita.

**Știți cât de important este pentru mine ?** Nu mai mult ca toate celelalte lucruri, nu mă impresionează cu nimic și pot să trăiesc și fără el.

Asta nu înseamnă că nu-l iubesc și că nu-mi pasă de el ci că nu există un atașament orbesc ceea ce ne permite să avem o relație pe termen lung, frumoasă.

N-am fost niciodată obsedat de bunuri materiale și nu mi-am făcut griji pentru ele.

Pentru majoritatea prietenilor mei principala problema a fost să aibă o casă și cu cât s-au stresat mai mult cu atât a fost mai dificil să facă rost. 90% locuiesc și acum în chirie.

Eu nu m-am gândit la asta, nu mi-am făcut griji pentru așa ceva și atunci am primit-o de la Univers. Cum mai glumesc câteodată cu Laura se poate spune că **m-am**

**căsătorit pentru pământ și casă.** Gluma este mai haioasă pentru socrul meu pe care chiar îl cheamă Ion și se poate să se fi căsătorit pentru așa ceva.

Mi-a plăcut ideea de stat la casă, cu curte și grădină de **legume și fructe eco-bio**, dar nu atât de mult încât să nu pot trăi liniștit și în comoditatea blocului și de aceea acum le am pe toate acestea.

**E important să ai vise și dorințe dar să nu te atașezi orbește de ele.** Să nu încerci să controlezi situația ci să lași Divinitatea să-ți dea exact ceea ce-ți trebuie pentru evoluția ta.

Lista obiectelor pe care le dețin fără să fac niciun efort este destul de mare dar cel mai interesant lucru pe care l-am observat acum aproximativ 1 an este că **nu aveam niciun obiecte vestimentar cumpărat de mine.** (acum am o pereche de încălțări)

Nu mi-a păsat niciodată să mă îmbrac cu haine de firmă ci doar să fie de calitate și în special doar să fie . Așa am realizat că toate mi-au fost cumpărate de alții sau le-am primit cadou. Aici nu vorbesc de un tricou și o pereche de pantaloni ci toate hainele mele, toate toate.

Incredibil nu.

Instinctiv am ascultat de pilda lui Isus și nu m-am gândit cu ce o să mă îmbrac și a avut Dumnezeu grijă de asta și are în continuare.

Mereu mi-a plăcut să afirm că nu-mi plac oamenii, deși acolo în sufletul meu îi iubesc pe toți, și de aceea am lucrat întodeauna cu foarte mulți oameni , în special femei.

Am explicat mai devreme de ce femei goale dar de ce femei în general ?

Tocmai pentru că atașamentele mele sunt legate de **logică, înțelepciune, dreptate, moralitate** ele trebuiesc micșorate și asta nu se poate face decât printr-o relație permanentă cu persoane axate de parte cealaltă a baricadei și care funcționează pe sentimente.

Nevoia mea de a avea dreptate, de a face pe deșteptul și a pune înțelepciunea mai presus de orice m-

au adus de foarte multe ori în situația ca toate aceste atașamente să-mi fie distruse. Cum se spune „ **situația neplăcută se repetă până când înveți ce trebuie să înveți**”.

Bine cred că singura soluție, pe termen lung, este să-mi tatuez pe antebraț : **Nu există dreptate.**

Deci s-o luăm ca la horoscop : familie, sănătate , carieră, relații ok, dragoste și bani relativ ok.

Ce înseamnă dragoste relativ ok ?

Adică eu am venit pe lume și am crescut cu o anumită imagine asupra relației cu persoana iubită.

De ce a permis Universul să mă îndrăgostesc orbește de o persoana care bea, fuma, vorbea urât, stătea toată noaptea prin cluburi și era într-o relație cu cineva ?

Pentru că de asta avea nevoie sufletul meu pentru a evolua.

**Regula nr. 4 : " Nu vei obține ceea ce ego-ul tău crede că-i este de folos ci ceea ce îi este nevoie sufletului pentru evoluție. Dacă ești orb și nu vezi asta te vei revolta și vei pierde dar dacă înțelegi, pricepi imaginea de ansamblu că totul este pentru binele tău rezultatul o să fie incredibil de bun. Pentru suflet normal".**



Eu am simțit mereu nevoia de a-mi idolatriza partenerul să-l pun mai presus de orice, o dependență de acesta.

Teama de a pierde persoana iubită era imensă.

Automat apare sau a existat în permanență gelozia, **gelozia imensă naște impotență** iar impotența generează o gelozie și mai mare. Vreau să scriu mai multe pe tema asta în viitor.

**Regula nr. 5 : "Dorința de a preamări orice valoare umană este dorința de a face din ele punctul de sprijin central al sufletului, adică de a le proclama eterne și imuabile. Ceva poate fi etern numai atunci când nu se supune timpului iar pentru aceasta trebuie să fie în afara limitelor temporale. Orice valoare umană însă este constituită din temporalitate, spațialitate și materialitate și de aceea nu poate fi eternă și imuabilă. De îndată ce vreo fericire omenească exprimată prin posesiunea unei valori anume devine absolută, apare imediat dorința de a o salva și proteja. De dragul salvării formei începe lupta cu conținutul. Cu cât omul pierde mai repede obiectul venerației, cu atât sufletul lui se încarcă mai puțin de agresivitate."** – Serghei Nikolaevici Lazarev



"Well, at least you didn't lose your shirt in there."

Și atunci pentru ca eu să nu mă autodistrug a trebuit să fiu corectat prin persoana iubită.

**Persoana iubită a fost un mijloc de educare** și este și acum. Numai că mi-a trebuit ceva timp să înțeleg asta.

Cum arăta persoana ideală în concepția mea (și a oricărui bărbat) : frumoasă, deșteaptă și devreme acasă cum se spune, cuminte și blândă dar perversă și cu inițiativă sexuală ( paradoxal nu ? ) , harnică, gospodină etc . Și neapărat cu simțul umorului.

Înțelegeți ideea.

Cum obți așa ceva ?

Păi plecând de la ideea că persoana iubită este un mijloc prin care noi suntem modelați atunci putem obține un asemenea om doar dacă ne este benefic în evoluție.

Dacă poți face față acestor trăsături de caracter fără să-ți influențeze negativ viața atunci persoana iubită o să le aibă dacă nu nu.

Pe mine **omul iubit** din când în când **trebuia să mă mai calce în picioare** , să mă scuipe sau să-mi facă ceva rău tocmai pentru a-mi scădea acea dependență imensă față de el.

Cum spuneam nu poți să ai ceva , pe termen lung, dacă acel ceva îți mărește agresivitatea interioară pentru că te autodistruge.

La fel este și cu banii. Pe mine m-ar influența în mod negativ și m-ar distrage de la ceea ce fac.

În clipa de față dacă aş avea câştiguri financiare mai mari mi-ar face mai mult rău decât bine pentru că mi-ar deschide anumite posibilități nocive pentru sănătatea mea psihică și fizică.

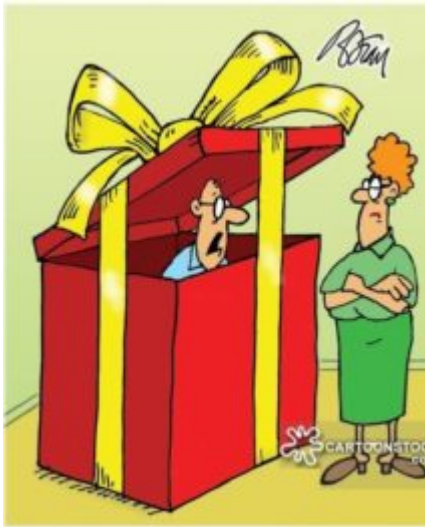
**Dacă vreți să aveți bani mulți trebuie să aveți puterea să fiți 100% același om și cu ei și fără.**

Fiecare dintre noi are punctele lui sensibile pe care trebuie să le recunoască din timp și să înțeleagă de ce acolo nu funcționează lucrurile cum și-ar dori.

Cu cât realizezi mai repede care sunt **atașamentele tale** cu atât ai șanse mai mari de a obține tot ceea ce-ți dorești echilibrându-ți aceste probleme.

Dar și invers cu cât încerci să te lupți mai mult, să te plângi și să nu accepți ceea ce ți se întâmplă cu atât te vei depărta de la toate obiectivele tale.

Regula nr 6 : "Nebunul trăiește în viitor , prostul în trecut, iar cel deștept în prezent "



"MY THERAPIST SAYS I SHOULD TRY TO LIVE IN THE PRESENT!"

Pentru a avea tot ceea ce ne dorim în primul rând trebuie să fim conectați la prezent. Sufletul nostru să trăiască în prezent iar el trăiește acolo unde se află principala noastră emoție pozitivă.

Dacă amintirile ne trezesc o fericire mai mare decât prezentul atunci noi trăim în trecut. Dacă așteptăm cu nerăbdare viitorul atunci **ne ucidem prezentul**.

Și trecutul și viitorul pot fi pline de lucruri minunate : oameni, bani, case , mașini, relații etc dar iubirea față de Dumnezeu nu poate să existe decât în prezent.

Iar fără o rezervă imensă de iubire **nu putem obține nimic** pe termen lung.

Deci orice lucru pe care vrem să-l obținem trebuie întâi să avem destulă iubire în suflet să-i putem face față fără să ne influențeze negativ caracterul.

Regula nr. 7 și ultima și cea mai importantă regulă :  
" Nimic nu se poate obține fără iubire. "



P.S. Multe articole vor rămâne cu senzația de neterminare, cu idei care vin și pleacă , cu treceri de la un subiect la altul dar așa este și viața iar eu încerc să accept asta.

Conștiința trebuie să se supună sentimentelor.