

CelebriTime

Magazine

Corina Nenciu

„Designerii propun în
acest sezon o
întoarcere către
autenticitate.”



ANDREEA BĂLAN

„Trăiesc cea mai bună versiune a mea. Dacă
ar fi să descriu această etapă într-un singur
cuvânt, acela ar fi: fericire.”

August, 2026

Viata celebritaților din spatele camerelor de filmat!



CelebriTime Magazine



Conținut editorial premium!

www.celebritimemagazine.ro
Instagram: celebritime magazine Facebook: celebritime magazine
Youtube: <https://www.youtube.com/@celebritimemagazine-qr5jl/about> e-mail: celebritimemagazine@gmail.com

Nota Editorului

În ediția din luna August a revistei CelebriTime Magazine o avem pe copertă pe Andreea Bălan.

Am realizat un interviu de excepție și am descoperit-o pe Andreea, femeia din spatele carierei sale și vă invit să o descoperiți și voi, răsfoind paginile ediției din luna aceasta!

În interviul acordat am avut plăcerea de a descoperi care este rețeta succesului său.

Acest interviu o prezintă pe Andreea Bălan așa cum este ea, în toate aspectele ei și în tot ce o caracterizează.



**Daniela Sala Fofiu - Owner CelebriTime Magazine
Contact: 0753 919 419**

Pe de altă parte, în paginile revistei din această lună puteți să răsfoiți materiale realizate în exclusivitate cu diferite personalități printre care: Roxana Niciev, Corina Nenciu, Ana Maria Ducuță, Florin Burescu, Raluca Muntean, Ștefania Filip, Adelina Zamfir, Fabio Niță, etc.

Până la următoarea ediție vă invit să ne urmăriți pe toate rețelele de social media și pe www.celebritime.ro, unde vă vom ține la curent cu cele mai interesante noutăți.

www.celebritime.ro

Instagram: celebritime magazine Facebook: celebritime magazine

Youtube: [https://www.youtube.com/@celebritimemagazine-](https://www.youtube.com/@celebritimemagazine-qr5jl/about)

qr5jl/about e-mail: saladaniela1994@yahoo.com

Cuprins August

NOTA EDITORULUI



**3 Nota Editorului -
Fofiu Daniela
(Sala)**



**25 Fashion Tips -
cu Corina Nenciu
Corina Nenciu
recomandă pentru
vara 2026: Stilul
care inspiră
vacanță în fiecare
zi**

INTERVIURI CELEBRITYTIME MAGAZINE



**6 Andreea Bălan –
Curajul de a
renaște, puterea de
a inspira**



**28 Lecția de stil -
cu Florin Burescu
Cravata feminină:
accesoriul care
rescrie regulile
eleganței**

BEAUTY



**15 Magia
machiajului - cu
Adelina Zamfir
Kit-ul esențial de
machiaj – ce
trebuie să ai mereu**



**31 Puterea
respectului de sine
când ești călcat în
picioare**



**33 Gândul bun, o
formă tăcută de
putere**

FASHION



**18 POOL
FASHION
SHOW 2026:
„Visul unei nopți
de vară” cu
Garderoba ideală
de Vacanță**



**39 EXCLUSIV |
Fabio Niță
pregătește un nou
album**



**41 De ce nu poți
să-l uiți? Despre
relațiile care se
termină, dar
continuă să
trăiască în mintea
ta**



**22 Handmade
artistic feminin –
cerceii din lut
polimeric, între
boho romantic și
elegant statement**



**46 „Doamne, nu
am om...”-
singurătatea, o
boală tăcută**

EXCLUSIV

ANDREEA BĂLAN

„Mi-am îndeplinit
toate visurile, iar
acum îmi doresc
doar să păstrez ceea
ce am construit.”



Credit: Tiberiu Arsenie

EXCLUSIV

Andreea Bălan – Curajul de a renaște, puterea de a inspira



De peste două decenii, Andreea Bălan reușește să rămână una dintre cele mai iubite și apreciate artiste din România. Cu o carieră construită prin muncă, perseverență și reinventare continuă, dar și cu o viață de familie care ocupă un loc special în sufletul ei, Andreea demonstrează că succesul poate merge mână în mână cu echilibrul personal.

În acest interviu acordat *Celebritime Magazine*, artista vorbește despre proiectele sale, provocările din culisele celebrității și despre rolul care o împlinește cel mai mult: cel de mamă.

EXCLUSIV

Celebritime Magazine: Andreea, după o carieră impresionantă de peste 30 de ani, ce îți dorești să mai cucerești pe plan profesional?

Andreea Bălan: Într-adevăr, mi-am îndeplinit toate visurile în ceea ce privește cariera profesională. Ultimul lucru pe care mi l-am dorit a fost să cânt la Sala Palatului, iar acest vis s-a îndeplinit prin cele două concerte din 2024 și 2026, când sala a fost plină de fani.

Mi-am dorit foarte mult să realizez spectacole cu o producție de amploare, care să se apropie de concertele internaționale, și am reușit acest lucru. Acum nu mai am un vis măreț, pentru că mi s-au îndeplinit toate. În schimb, este foarte important pentru mine să mențin ceea ce am construit, pentru că trăim într-o perioadă în care volumul de informație este foarte mare și apar permanent artiști noi. Chiar dacă sunt un brand cunoscut, trebuie mereu să mă reinventez și să rămân în atenția publicului prin piese frumoase și proiecte care completează imaginea mea artistică.



EXCLUSIV

Celebritime Magazine: Cum reușești să îmbini programul încărcat al concertelor și filmărilor cu timpul petrecut alături de Ella și Clara?

Andreea Bălan: Fiind artist, programul este, de multe ori, imprevizibil, dar, totodată, mi-l stabilesc și singură. Aleg zilele de filmare, doar concertele nu le pot alege, deoarece acestea sunt programate de organizatori. În rest, îmi organizez timpul în funcție de fete.

Când erau mai mici, am ales să nu le las la after-school, iar în zilele în care pot le iau de la școală la prânz și petrecem restul zilei împreună. Chiar dacă am filmări, le iau cu mine, astfel încât să fim împreună. Ele sunt prioritatea mea, iar în jurul lor îmi construiesc tot ceea ce înseamnă viața mea de artist.

Totodată, am un ajutor extraordinar în mama mea, care locuiește cu noi. Sunt de părere că, dacă nu ai pe cineva care să te sprijine în creșterea copiilor sau măcar să se ocupe de casă și de tot ceea ce înseamnă gospodăria, este foarte greu ca o femeie să își mențină o carieră de succes și, în același timp, să fie prezentă pentru familie. Mama este stâlpul meu și mă ajută enorm.



EXCLUSIV

Celebritime Magazine: Ai spus de multe ori că fetele tale sunt cea mai mare motivație. Cum ți-au schimbat ele perspectiva asupra succesului?

Andreea Bălan: Da, în momentul în care Ella a venit pe lume, ea a devenit prioritatea mea, iar apoi și Clara. Familia mea este centrul universului meu, iar perspectiva asupra carierei s-a schimbat.

Nu înseamnă că muncesc mai puțin, dimpotrivă. Cred că muncesc chiar mai mult, pentru că vremurile s-au schimbat și trebuie mereu să vii cu lucruri noi. Însă motivația este alta. Îmi doresc ca ele să aibă drept exemplu o mamă muncitoare, realizată și puternică, să mă vadă ca pe un model și să observe că îmi iubesc meseria. Vreau să înțeleagă că muncesc cu plăcere, cu respect față de mine și față de ceea ce fac. Cred că astfel, mai târziu, vor deveni femei puternice, echilibrate și vor ști cu claritate ce își doresc de la viață.

Celebritime Magazine: Ce valori încerci să le transmiți fiicelor tale prin propriul exemplu?

Andreea Bălan: În primul rând, încerc să le învăț iubirea de sine, pentru că eu nu am învățat acest lucru în copilărie și cred că foarte mulți dintre cei din generația mea au trecut prin aceeași experiență. Apoi, respectul de sine.

Așa cum mă iubesc și mă respect eu pe mine, la fel îmi stabilesc și standardele în relațiile cu cei din jur. Încerc să le învăț cum să aibă o relație sănătoasă cu ele însele, dar și cu un viitor partener. Văzând relația frumoasă pe care o am cu Victor, învață că o relație trebuie să fie construită pe respect, iubire și libertatea de a-ți îndeplini visurile. Cred că acesta este unul dintre cele mai importante exemple pe care un copil le poate primi de la părinții săi.



Celebritime Magazine: În toți acești ani ai trecut prin multe provocări. Care consideri că a fost momentul care te-a făcut cea mai puternică?

Andreea Bălan: Fiecare provocare a contribuit la transformarea mea. Mai ales că nu este important să fii puternic, ci să înveți ceva din experiențele negative prin care treci și, cumva, să le transformi. Să găsești și partea bună a lucrurilor și să realizezi că toate au avut, până la urmă, un rost și s-au întâmplat pentru binele tău suprem.

Fie că a fost vorba despre o despărțire, o problemă de sănătate sau un eșec în carieră, acum, trăgând linie după mai mulți ani, îmi dau seama că toate au fost binevenite și m-au ajutat să evoluez. Noi nu învățăm din fericire, ci din experiențele dificile. Doar așa putem deveni recunoscători pentru ceea ce avem și putem aprecia cu adevărat momentele frumoase. Așadar, nu este important să fii puternic, ci să fii înțelept.

EXCLUSIV



Celebritime Magazine: Cum arată o zi obișnuită din viața Andreei Bălan atunci când nu este pe scenă?

Andreea Bălan: Mă trezesc, iau un mic dejun bun împreună cu mama, iar între timp fetițele sunt deja la școală. Nu le duc eu, le duce altcineva. În jurul orei 11:30–12:00 le iau de la școală, de la Liceul de Muzică „George Enescu”, unde studiază muzica. Sunt foarte fericită că Ella cântă la pian, iar Clara studiază vioara. După ce le iau de la școală, mergem să mâncăm împreună, iar apoi, în funcție de programul meu, fie merg la o filmare sau la un interviu, fie, dacă nu am nimic programat, venim acasă sau petrecem timpul într-un parc. Vinerea, dacă nu am concert, mergem de obicei la film. Încerc ca fiecare zi să fie petrecută alături de ele, indiferent de activitățile pe care le avem. În unele zile au și activități extrașcolare: pian, vioară, înot, karate și limba engleză.

Celebritime Magazine: Publicul te vede mereu energică și optimistă. Cum îți încarci bateriile în perioadele solicitante?

Andreea Bălan: Fac sport și cred că acesta mă ajută foarte mult să îmi mențin echilibrul atât pentru corp, cât și pentru minte. Merg la sală de trei ori pe săptămână și fac și pilates, pe lângă dansul din concerte.

În același timp, mi-am antrenat și mintea să găsească, în fiecare zi, partea pozitivă a fiecărei situații. Așa cum îmi antrenez corpul, îmi antrenez și mintea să rămână într-o stare de liniște și optimism. De multe ori poate nu am motive să fiu pozitivă, dar îmi spun că este în regulă, că acel moment va trece și va veni unul mai bun.

Cred că, la fel ca mușchii, și creierul trebuie antrenat. Dacă în copilărie am fost programați să vedem mai degrabă partea negativă a lucrurilor, ca adulți avem capacitatea și liberul arbitru de a ne reprograma, de a ne schimba perspectiva și de a vedea viața diferit. Eu am lucrat foarte mult cu mine pentru a deveni o persoană pozitivă, indiferent de ceea ce se întâmplă.

Celebritime Magazine: Ce proiecte muzicale sau de televiziune pregătești în perioada următoare?

Andreea Bălan: Sunt jurată la TVR, unde lucrez cu niște copii extrem de talentați. Avem două sezoane pe an, primăvara și toamna, iar mie îmi place foarte mult în familia TVR.

În rest, pregătim piese noi pentru toamnă, organizăm ședințe foto și lucrez constant la spectacolele mele. Le adaptez permanent, investesc în costume noi, realizăm coregrafii noi și lucrez alături de o echipă formată din 12 dansatori, plus trupa live. Îmi doresc ca fiecare spectacol să fie la cel mai înalt nivel.

După standardul pe care l-am impus prin concertul de la Sala Palatului din 1 martie, simt responsabilitatea de a menține același nivel vizual și coregrafic chiar și la concertele mai mici.

EXCLUSIV

Celebritime Magazine: Cum ai descrie relația pe care o ai astăzi cu publicul care te urmărește încă de la începutul carierei?

Andreea Bălan: Pentru un artist este foarte important să fie susținut de fanii săi. Cred că am oameni care au crescut alături de mine încă din perioada Andrè și care, chiar dacă astăzi au peste 35 de ani, mă ascultă în continuare și vin la concertele mele.

Desigur, unii s-au îndreptat către alți artiști, ceea ce este firesc, însă am câștigat și un public nou din generațiile tinere. Până la urmă, adevărata măsură a unui artist se vede atunci când pune bilete în vânzare. Faptul că oamenii cumpără bilete și vin la concertele mele după atâția ani este cea mai mare bucurie.

Cred că evoluția mea artistică a contribuit la acest lucru. În ultimii ani am lansat piese mai mature, cu texte inspirate din propria mea viață, dar în care se regăsesc foarte mulți oameni, pentru că toți trecem prin iubiri, despărțiri sau alte dezamăgiri. Tocmai de aceea continuă să îmi fie alături.



Celebritime Magazine: Există un proiect sau o colaborare pe care îți dorești foarte mult să o realizezi în viitor?

Andreea Bălan: Nu există un proiect anume pe care să mi-l doresc. Mi-am îndeplinit toate visurile odată cu concertele de la Sala Palatului unde m-am autodepășit și am creat show-uri emoționante și memorabile. Acum lucrez la al treilea concert la Sala Palatului, pregătesc un nou album, melodii noi, coregrafii și campanii.

Celebritime Magazine: Ce înseamnă pentru tine să fii un model pentru generațiile tinere care te urmăresc?

Andreea Bălan: Eu cred că o persoană publică are o responsabilitate uriașă. Sunt de părere că nu trebuie să spui orice și nici să apari oricum în fața publicului, sub pretextul că „așa ești tu, natural”.

EXCLUSIV

Cred că o persoană cunoscută, prezentă în spațiul public sau pe rețelele de socializare, are responsabilitatea de a fi un exemplu pentru tineri, adolescenți și pentru oameni, în general. Pornind de la această convingere, am încercat întotdeauna să arăt o latură motivațională și pozitivă, astfel încât să fiu un exemplu atât prin imagine, cât și prin felul în care vorbesc și mă comport. Până la urmă, ne uităm la persoanele publice pentru că ne plac și aspirăm, într-o anumită măsură, să fim ca ele.

Eu, de exemplu, dacă mă uit la Beyoncé sau la JLo, îmi doresc să văd femei impecabile, care transmit mesaje frumoase și spun lucruri inteligente. Nu vreau să le văd promovând superficialitatea. De aceea, nu sunt de acord cu multe dintre lucrurile care se întâmplă astăzi în mediul online și care sunt prezentate drept ceva firesc. Pentru mine, să fii un model înseamnă să fii un om echilibrat și să arăți acest lucru prin tot ceea ce faci.



Celebritime Magazine: Care este cea mai importantă lecție pe care ai învățat-o din experiența de mamă și pe care o aplici și în carieră?

Andreea Bălan: Bucuria. Noi, atunci când devenim adulți, uităm să ne bucurăm, iar copiii ne reamintesc că pot găsi fericire în cele mai simple lucruri. Nu au nevoie de ceva extraordinar pentru a zâmbi. Se bucură de o picătură de ploaie, de un animăluț sau de o bucătică de ciocolată.

Pe parcursul vieții uităm acest lucru, iar fetele mele m-au învățat din nou să mă bucur de călătorie și, mai ales, de lucrurile mărunte.

EXCLUSIV

Celebritime Magazine: Dacă ai descrie această etapă a vieții tale într-un singur cuvânt, care ar fi acela și de ce?

Andreea Bălan: Trăiesc cea mai bună versiune a mea, pentru că am lucrat foarte mult cu mine. Este, fără îndoială, cea mai frumoasă perioadă din viața mea, mai ales pe plan personal. Mi-am îndeplinit și visul de a avea o familie, mi-am refăcut viața alături de Victor și suntem o familie frumoasă.

Îmi doresc ca, de acum înainte, să păstrez această stare de liniște, echilibru și fericire pe care am construit-o împreună. Dacă ar fi să descriu această etapă într-un singur cuvânt, acela ar fi fericire.



EXCLUSIV

Celebritime Magazine: La final, ce mesaj ai dori să transmiți cititorilor Celebritime Magazine, care îți sunt alături și îți urmăresc parcursul cu aceeași admirație de atâția ani?

Andreea Bălan: Îmi doresc ca toată lumea să fie sănătoasă și liniștită. În zilele noastre, în care suntem bombardați de informații și tehnologia este prezentă peste tot, anxietatea a crescut foarte mult.

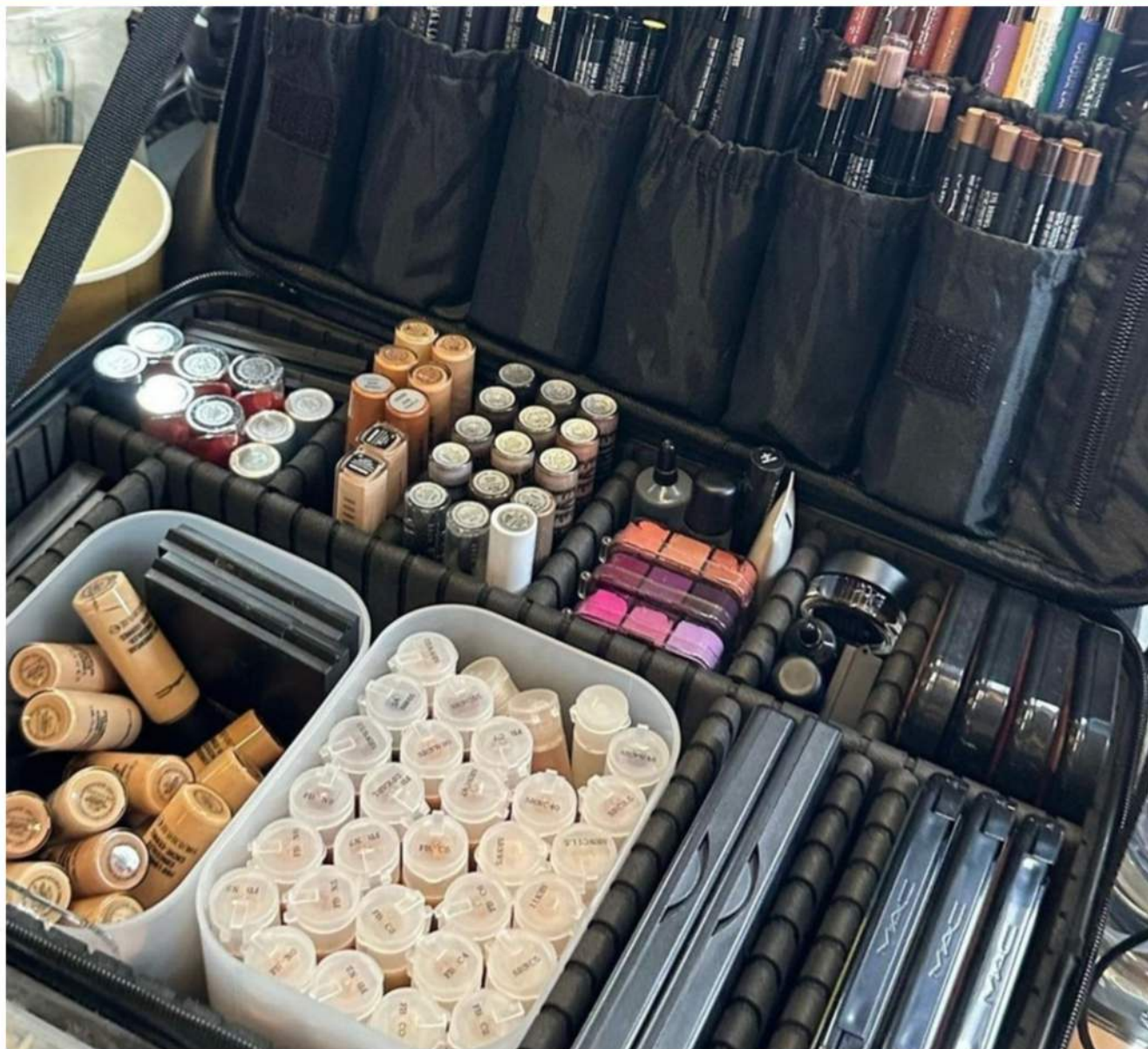
Cred că este esențial ca fiecare om să își găsească echilibrul, indiferent de ceea ce face. Este important să ne cunoaștem pe noi înșine, să avem claritate și, mai ales, să nu ne pierdem empatia. Uneori, tehnologia ne face să uităm să ne conectăm cu adevărat unii cu alții.

Îmi doresc ca oamenii să nu uite niciodată să fie empatici, să fie buni unii cu ceilalți și să își găsească echilibrul interior.



Magia machiajului - cu Adelina Zamfir

Kit-ul esențial de machiaj – ce trebuie să ai mereu



În lumea machiajului, multitudinea de produse poate deveni copleșitoare. De la zeci de fonduri de ten, până la palete complexe și pensule specializate, este ușor să simți că ai nevoie de tot. În realitate, un machiaj reușit nu depinde de cantitate, ci de alegerea corectă a produselor de bază.

Un kit esențial de machiaj este acela care îți oferă tot ce ai nevoie pentru un look complet, fără a fi complicat sau încărcat. Este despre echilibru, versatilitate și produse care funcționează bine împreună.

BEAUTY

Baza perfectă începe cu tenul

Orice machiaj începe cu uniformizarea tenului. Nu este nevoie de produse complicate, ci de unele care se potrivesc tipului tău de piele.

Produse esențiale:

- un fond de ten sau BB cream
- un corector pentru zonele necesare
- o pudră fină pentru fixare

Fondul de ten trebuie să fie adaptat tipului de ten – mai lejer pentru un look natural sau cu acoperire mai mare pentru evenimente. Corectorul ajută la luminozitate și corectare, iar pudra fixează fără să încarce.

Culoare și prospețime

Pentru a aduce viață feței, ai nevoie de produse care oferă culoare și dimensiune.

Produse cheie:

- blush
- bronzer (opțional, dar recomandat)
- iluminator

Blush-ul este indispensabil – oferă instant un aspect sănătos și proaspăt. Bronzerul adaugă căldură și contur, iar iluminatorul oferă acel efect de glow subtil.

Privirea – simplu și eficient

Machiajul ochilor nu trebuie să fie complicat pentru a fi de efect. Cu câteva produse bine alese, poți crea look-uri variate.

În kit-ul de bază ar trebui să ai:

- o paletă de farduri în nuanțe neutre
- mascara
- un creion de ochi (negru sau maro)

O paletă neutră este extrem de versatilă – poate fi folosită atât pentru machiaj de zi, cât și de seară. Mascara definește privirea, iar creionul poate fi folosit atât pentru contur, cât și pentru un efect estompat.



BEAUTY

Buzele – detaliul care completează look-ul

Pentru buze, nu este nevoie de o colecție întreagă de rujuri. Câteva nuanțe bine alese sunt suficiente.

Recomandări:

- un ruj nude
- un ruj într-o nuanță mai intensă (roz, roșu sau coral)
- un gloss sau balsam hidratant

Aceste produse îți permit să adaptezi machiajul în funcție de ocazie, fără efort.

Instrumentele – la fel de importante

Un machiaj reușit depinde și de modul în care este aplicat. Nu ai nevoie de zeci de pensule, ci de câteva esențiale:

- o pensulă pentru fond de ten sau un burete
- o pensulă pentru pudră
- o pensulă pentru blush
- 1-2 pensule pentru farduri

Calitatea aplicării face diferența dintre un machiaj încărcat și unul bine definit.

Versatilitate și adaptare

Un kit esențial trebuie să fie practic și adaptabil. Produsele multifuncționale sunt un mare avantaj:

- un ruj poate fi folosit și ca blush
- un bronzer poate deveni fard de pleoape
- un iluminator poate fi aplicat și pe ochi

Aceste trucuri simplifică rutina și reduc numărul de produse necesare.

Mai puțin, dar mai bine

Unul dintre cele mai importante lucruri de reținut este că nu ai nevoie de un număr mare de produse pentru a crea un machiaj frumos. Calitatea și compatibilitatea produselor sunt mult mai importante decât cantitatea.

Un kit bine ales îți oferă libertatea de a crea look-uri diferite, fără stres și fără complicații.

Concluzie

Kit-ul esențial de machiaj este despre simplitate, eficiență și alegeri inteligente. Cu câteva produse bine alese, poți obține un machiaj complet, adaptat oricărei ocazii.

Machiajul nu trebuie să fie complicat pentru a fi frumos. Uneori, cele mai reușite look-uri sunt cele realizate cu puțin, dar cu atenție și echilibru.

Pentru că, în final, nu numărul produselor contează, ci modul în care le folosești.

POOL FASHION SHOW 2026: „Visul unei nopți de vară” cu Garderoba ideală de Vacanță



București, 7 iulie 2026 – Inspirată de atmosfera magică a unui „Vis al unei nopți de vară”, ediția 2026 a POOL FASHION SHOW, eveniment-concept semnat de AVANPREMIERE by Alin Gălățescu, a transformat piscina Daimon Summer Pool într-un podium spectaculos, unde moda, dansul și muzica s-au întâlnit într-un dialog creativ dedicat garderobei ideale pentru vacanța de vară.

Tema din acest an, „Caribbean Mood”, a fost construită în jurul energiei și libertății specifice insulelor din Caraibe – Cuba, Jamaica și Puerto Rico – spații în care culoarea, ritmul și dansul definesc stilul de viață.

FASHION



Conceptul a continuat seria dialogurilor culturale dezvoltate de AVANPREMIERE, după edițiile dedicate relației dintre modă și spiritualitate – Mircea Eliade, modă și poezie – Nichita Stănescu sau modă și sculptură - Dali, propunând în acest an întâlnirea dintre modă și dans.

Publicul a descoperit o colecție multibrand formată din 13 colecții-capsulă și peste 70 de apariții pe podium, reunind propunerile unora dintre cei mai inspirați designeri români pentru garderoba de vacanță a verii 2026.



FASHION

Cei 13 Designeri ce au fost incluși, cu creațiile lor de Cruise, în această Colecție Colectivă amplă, sunt - în ordinea intrării în Show:

• Aleha Toncea • Alexandra Calafeteanu • Laura Olaru x Ioana Gata - 'IUnique' • Steliana Macsimov - 'Stellium' • Denis Predescu • Raluca Soare • Elenis Sima (New) • Sebastian Stanciu • Alexandra Sandu – 'Maam With Love' • Beatrice Lianda Design • Carmen Roată • Cristina Diaconu - 'Black Sheep' • Manuela Holban x Nicolle Popescu – 'Maison Discrepance' (New).

Colecțiile au fost completate de accesoriile create de Cristina Grama și Atelier Danessa.



Seara acestui autentic „Vis al unei Nopti de Vară” a debutat cu un moment coregrafic conceput de Oana Ioniță, și a inclus, în premieră, câteva momente speciale precum cel dedicat relației mamă – fiică adolescentă, printre invitații de pe podium aflându-se și Livia Graur, alături de fiica sa.

FASHION

După amplul Manej al celor peste 50 de modele și al designerilor participanți, evenimentul s-a încheiat cu deja tradiționala săritură colectivă în apele superbei piscine Daimon Summer Pool, devenită semnătura POOL FASHION SHOW și coordonată, și de această dată, în spiritul spontan al evenimentului, de Cristina Diaconu – Black Sheep și echipa sa de modele.



Organizatorii mulțumesc partenerilor care au susținut ediția 2026 a evenimentului: MG, Daimon Summer Pool, Inovativ Network, Digital Barista, Artesana, Nazzuro Aqua. Partener tradițional de comunicare: PRagmatIQ Communication by Mihaela Rădăcină. Make-up: Cucuta's Angels și Ana Maria Vasile Make-up Academy.

Foto: Cătălin Samoilă, Remus Nicolaescu, Bogdan Matei, Laurențiu Dumitru, Alexandru Dumitru, Robert Billi, Angelos Fragkos, Nelu Stoica și Laurențiu Pirnea. POOL FASHION SHOW este un eveniment marca AVANPREMIERE by Alin Gălățescu, dedicat promovării designerilor români și tendințelor în moda de vacanță.

Handmade artistic feminin – cerceii din lut polimeric, între boho romantic și elegant statement



Într-o lume dominată de producția în serie și de tendințele care se schimbă de la o zi la alta, există oameni care aleg să creeze cu sufletul. Oameni care transformă inspirația, emoția și frumusețea detaliilor simple în adevărate mici opere de artă. Un astfel de om este Diana Popa, fondatoarea brandului handmade Alla Handmade, un univers delicat al feminității, culorii și creativității.

Originară din Covasna, un orașel de munte cu farmec aparte, Diana este asistent medical și antreprenor, dar înainte de toate, un spirit artistic.

Povestea ei este una despre curaj, reinventare și pasiunea care nu se pierde niciodată, indiferent de drumurile pe care viața le alege pentru noi.

FASHION

„Muncă, talent și ambiție – asta înseamnă să fii artist”, spune Diana, iar fiecare creație a sa pare să confirme acest lucru.

O pasiune moștenită și transformată în artă

Totul a început la vârsta de 14 ani, când Diana realiza bijuterii și accesorii din mărgelă, moștenind talentul mamei și al bunicii sale.

Creativitatea a însoțit-o permanent, iar de-a lungul timpului și-a explorat talentul în multiple forme: de la rețete culinare prezentate pe propriul canal de YouTube și participări la emisiuni TV și concursuri gastronomice, până la realizarea de săpunuri naturale și produse de îngrijire corporală.

Astăzi, și-a regăsit una dintre cele mai mari pasiuni: bijuteriile handmade din lut polimeric. Așa s-a născut Alla Handmade, un brand care vorbește despre feminitate, autenticitate și libertatea de a fi diferit.



Cerceii care spun povești

Lutul polimeric, materialul din care sunt realizate piesele, este o formă de PVC amestecată cu plastifiant lichid, cu o textură asemănătoare plastilinei. Însă, în mâinile unui artist, acest material aparent simplu capătă viață.

Fiecare pereche de cercei este lucrată individual, atent modelată, coaptă și finisată manual. Uneori, fiecare petală este creată separat, iar întregul proces poate dura de la câteva ore până la câteva zile, în funcție de complexitatea piesei.

Rezultatul? Accesorii unicat, delicate și expresive, care îmbină armonios stilul romantic, influențele boho și eleganța statement.

Colecțiile realizate de Diana surprind prin diversitate și originalitate: cercei cu motive florale, creații inspirate din gastronomie – kurtoskalacs, biscuiți, fructe sau ciocolată –, modele estivale, colecții dedicate Crăciunului, Paștelui sau zilei de 1 Martie.

FASHION

Inspirația vine de pretutindeni: dintr-o floare, un parfum, un cântec, o ținută sau chiar dintr-un desert savurat într-o după-amiază obișnuită.

„Mănânc ceva dulce și mă întreb: ce-ar fi să transform asta într-o pereche de cercei?” povestește artista.

Accesorii ușoare, feminine și pline de personalitate

Dincolo de frumusețea lor vizuală, cerceii din lut polimeric au un mare avantaj: sunt extrem de ușori și confortabili. Pot fi purtați întreaga zi și integrați cu ușurință atât în ținute elegante, cât și în outfituri casual sau creative.

Texturile fine, culorile vibrante și formele elegante transformă fiecare pereche într-un accesoriu care oferă personalitate și rafinament. Modelele se potrivesc perfect femeilor care iubesc piesele handmade autentice și care își doresc să iasă din tipare prin stilul lor.



Diana își dorește ca accesoriile sale să completeze armonios universul modei și este deschisă colaborărilor cu designeri vestimentari, creatori de poșete sau încălțăminte, pentru realizarea unor colecții complementare.

Mai mult decât bijuterii: emoție purtată cu încredere

În spatele fiecărei perechi de cercei există mai mult decât tehnică și creativitate. Există emoție, răbdare și dorința sinceră de a aduce bucurie celor care îi poartă.

Prin creațiile sale, Diana transmite un mesaj simplu și puternic: fiecare femeie merită să se simtă frumoasă, specială și încrezătoare.

Femeia care poartă cerceii Alla Handmade este, în imaginația artistei, veselă, îndrăzneată, feminină și liberă. O femeie care iubește viața, culorile și frumusețea autentică.

Fiecare pereche poartă amprenta lucrului făcut cu suflet și transformă orice apariție într-una delicată, artistică și memorabilă.

Poartă-i și lasă-ți stilul să vorbească!

Fashion Tips - cu Corina Nenciu

Corina Nenciu recomandă pentru vara 2026: Stilul care inspiră vacanță în fiecare zi



Vara are capacitatea de a ne schimba complet starea de spirit. Ne dorim mai multă libertate, mai multă lumină și mai multă naturalețe, iar acest lucru se reflectă inevitabil și în garderoba noastră.

FASHION

Dacă există o direcție pe care o recomand cu toată convingerea pentru vara 2026, aceasta este moda inspirată de călătorii și de atmosfera relaxată a destinațiilor exotice. Fiind o persoană pasionată de travel, am observat că cele mai reușite ținute sunt adesea cele care ne fac să ne simțim în vacanță, indiferent de locul în care ne aflăm.

Rochiile fluide, materialele naturale, imprimeurile inspirate din peisaje tropicale și accesorii artisanale sunt elementele care definesc acest stil.

Designerii propun în acest sezon o întoarcere către autenticitate. Vedem mai puține constrângeri și mai multă lejeritate.

Siluețele sunt relaxate, materialele permit pielii să respire, iar accentul cade pe confort și expresivitate.

Este o schimbare pe care o salut cu entuziasm, pentru că moda ar trebui să ne ajute să ne simțim bine în propriul corp.





Îmi plac în mod special rochiile maxi care se mișcă odată cu fiecare pas, seturile din in în nuanțe inspirate de natură și accesoriile care spun o poveste.

O pălărie bine aleasă, o geantă lucrată manual sau o pereche de sandale simple pot completa perfect o ținută fără a o încărca.

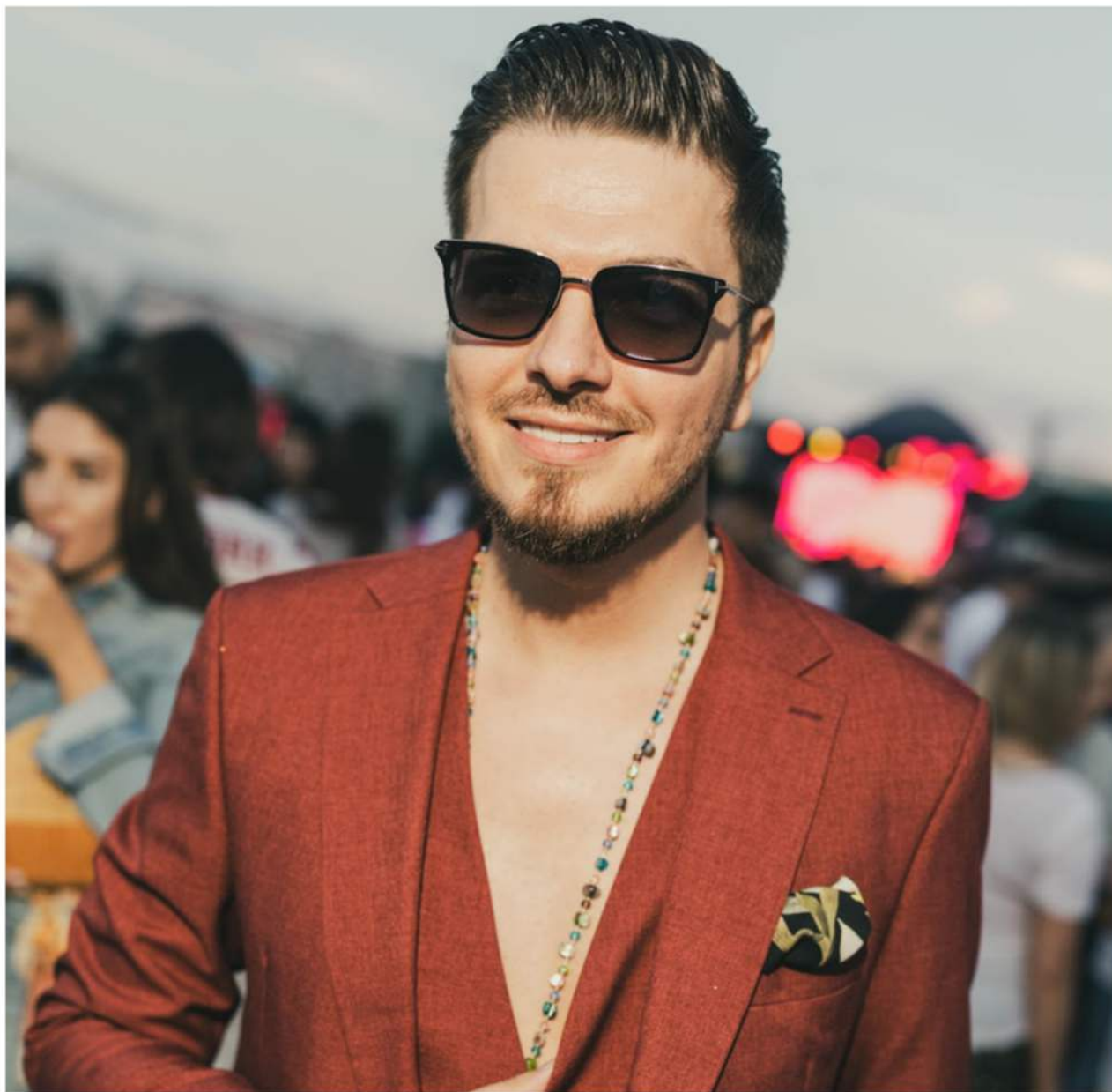
Cred că vara 2026 este despre echilibru. Despre a arăta bine fără efort aparent, despre a investi în piese care rezistă în timp și despre a construi o garderobă care reflectă personalitatea fiecăreia dintre noi.

Moda nu înseamnă doar haine. Înseamnă emoție, experiențe și felul în care alegem să ne prezentăm lumii.

Iar în acest sezon, recomand tuturor să poarte cu încredere acea stare de vacanță care ne face să zâmbim mai des și să ne bucurăm mai mult de fiecare zi.

Lecția de stil - cu Florin Burescu

Cravata feminină: accesoriul care rescrie regulile eleganței



Bun găsit dragilor la rubrica voastră de fashion în care împărtășesc cu voi trucuri vestimentare.

Am mai vorbit despre cât de importante sunt accesoriile într-un outfit, așa că azi am decis să vorbim despre un accesoriu iubit atât de femei cât și de bărbați.

Cravata în garderoba unei femei poate juca un rol extrem de important. Hai să povestim câte ceva despre ea.

FASHION

Cravata feminină: accesoriul care transformă orice ținută într-o declarație de stil

Ani la rând, cravata a fost considerată un simbol exclusiv masculin. Astăzi însă, moda rescrie regulile, iar acest accesoriu clasic devine una dintre cele mai sofisticate și îndrăznețe alegeri din garderoba feminină.

De la podiumurile marilor case de modă până la street style-ul marilor capitale, cravata este purtată cu naturalețe, eleganță și multă personalitate.

Secretul constă în modul în care este integrată în ținută. Nu este nevoie de un costum office pentru a purta o cravată. Din contră, contrastele sunt cele care creează cele mai interesante apariții.

Cum alegi cravata potrivită

Pentru un look rafinat, optează pentru cravate din mătase, satin sau materiale cu o textură fină. Dacă preferi un aer relaxat, modelele din bumbac sau tricot sunt ideale.

Culorile neutre – negru, bleumarin, gri sau bej – sunt ușor de asortat, în timp ce imprimeurile discrete pot adăuga un plus de personalitate fără a încălca ținuta.

Lățimea cravatei contează și ea. O cravată îngustă oferă un aer modern și minimalist, în timp ce una clasică creează un efect sofisticat și puternic.



Costumul masculin reinterpretat

Una dintre cele mai elegante combinații rămâne costumul oversized, purtat cu o cămașă albă și o cravată simplă.

Silueta masculină este echilibrată de accesorii delicate, pantofi cu toc sau un machiaj natural, rezultând un look modern și extrem de sofisticat.

Casual cu personalitate

Cravata poate transforma complet o ținută aparent banală. O pereche de jeansi cu talie înaltă, o cămașă albă ușor desfăcută la gât și o cravată lejer înnodată creează un outfit urban, relaxat și foarte actual.

Completează look-ul cu loafers, sneakers albi sau botine și vei obține o apariție effortless chic.



Feminitate și contrast

Moda adoră contrastele, iar combinația dintre o fustă plisată sau o fustă mini și o cămașă cu cravată este dovada perfectă.

Poți adăuga un sacou structurat pentru un aer preppy sau o jachetă din piele pentru un efect cool și contemporan.

Cravata peste rochie

Pentru cele care iubesc experimentele stilistice, cravata poate fi purtată peste o rochie-cămașă sau chiar peste o rochie minimalistă cu guler.

Este o alegere neașteptată, dar extrem de elegantă, care transformă instantaneu ținuta într-una memorabilă.

Joacă-te cu modul în care o porți

Nu este obligatoriu ca nodul să fie perfect strâns.

O cravată purtată lejer, ușor desfăcută sau chiar lăsată mai lungă oferă un aer relaxat și contemporan.

De asemenea, poate fi purtată sub un pulover cu decolteu în V, sub o vestă sau chiar prinsă cu un ac decorativ pentru un plus de eleganță.

Accesoriile fac diferența

Dacă alegi să porți cravată, las-o să fie vedeta ținutei.

Bijuteriile minimaliste, cerceii discreți și o geantă cu design curat completează perfect look-ul.

În schimb, dacă optezi pentru o cravată cu imprimeu sau într-o culoare puternică, păstrează restul pieselor cât mai simple.

Tendința care exprimă încredere

Mai mult decât un accesoriu, cravata este o declarație de stil. Ea transmite încredere, rafinament și curajul de a depăși convențiile.

Indiferent dacă alegi un look office, casual sau elegant, o cravată bine integrată în outfit poate deveni acel detaliu care transformă o ținută obișnuită într-una cu adevărat memorabilă.

În modă nu există reguli fixe, ci doar inspirație și atitudine. Iar cravata demonstrează, poate mai bine decât orice alt accesoriu, că eleganța înseamnă libertatea de a purta orice te reprezintă.

Puterea respectului de sine când ești călcat în picioare



Respectul de sine nu înseamnă să nu suferi atunci când cineva te umilește, te trădează, te ignoră sau te tratează ca și cum nu ai avea valoare. Înseamnă să nu permiți ca felul în care ai fost tratat să devină felul în care începi să te tratezi tu pe tine.

LIFESTYLE

Atunci când ești călcat în picioare, prima reacție este adesea să cauți explicații, să încerci să demonstrezi că meriți iubire, atenție sau respect. Poate ajungi să ierți prea repede, să accepți prea mult și să te micșorezi doar pentru a nu pierde omul care te rănește.

Însă respectul de sine îți amintește un adevăr simplu: nu trebuie să convingi pe nimeni să te trateze omeneste.

Un om care te respectă nu are nevoie să fie rugat să nu te umilească. Nu trebuie să-i explici de nenumărate ori că te doare. Nu trebuie să lupți permanent pentru un loc în viața lui.

Acolo unde demnitatea ta este negociată, iubirea nu mai este suficientă. Uneori, cea mai mare dovadă de putere nu este să răspunzi cu aceeași răutate și nici să te răzbuni.

Puterea adevărată este să te retragi din locul în care sufletul tău este rănit în mod repetat. Este să alegi liniștea în locul umilinței și distanța în locul unei prezențe care te distruge.

Respectul de sine începe în clipa în care îți spui: „M-a rănit, dar nu mă voi abandona și eu.” Incepe când nu mai alergi după validarea celui care te-a făcut să te îndoiești de propria ta valoare.

Începe când înțelegi că pierderea unei persoane nu este mai gravă decât pierderea propriei demnități.

Poți fi rănit și totuși puternic. Poți plânge și totuși să pleci. Poți iubi pe cineva și totuși să alegi să nu mai rămâi acolo unde iubirea ta este folosită împotriva ta.

Respectul de sine nu șterge durerea, dar te ajută să nu rămâi captiv în ea. Îți amintește că valoarea ta nu scade doar pentru că cineva nu a știut să o vadă. Și că uneori cel mai important om pe care trebuie să îl salvezi dintr-o relație dureroasă ești chiar tu.

Gândul bun, o formă tăcută de putere



Nu vă îndoiiți vreodată de puterea și profunzimea gândului bun.

Suntem obișnuiți să considerăm gândul ceva fragil, abstract și lipsit de consistență, o simplă mișcare interioară care apare pentru câteva clipe în mintea noastră și apoi dispare. Totuși, gândirea nu este o activitate izolată de restul ființei.

Fiecare gând participă la felul în care percepem lumea, la modul în care interpretăm ceea ce ni se întâmplă, la alegerile pe care le facem și, în cele din urmă, la realitatea umană pe care o construim în jurul nostru.

Gândul bun este fundamentat pe o vibrație autentică. El are în compoziția sa o energie curată, deoarece nu se naște din teamă, orgoliu, competiție sau dorință de control. Gândul bun apare atunci când mintea nu mai este preocupată exclusiv de propria supraviețuire emoțională și reușește să se deschidă către sens, compasiune, responsabilitate și adevăr.

LIFESTYLE

A gândi bine despre cineva nu înseamnă a ignora realitatea, a idealiza oamenii sau a refuza să vedem răul. Gândul bun nu este naivitate. El este capacitatea de a privi o situație fără a permite urii să devină principiul nostru de organizare interioară. Putem recunoaște nedreptatea, putem pune limite, putem pleca dintr-un loc în care suntem răniți și, cu toate acestea, putem refuza să devenim asemenea răului care ne-a fost făcut.

Aceasta este una dintre cele mai mari forme de libertate.

Orice acțiune omenească este precedată, într-un fel sau altul, de o formă de gândire. Înainte ca o casă să existe, ea există în mintea arhitectului. Înainte ca o lege să fie scrisă, ea apare sub forma unei idei despre dreptate, ordine sau putere. Înainte ca un conflict să izbucnească, el este pregătit prin interpretări, resentimente, presupuneri și reprezentări despre celălalt.

În același fel, înainte ca un gest de bunătate să se manifeste, el există ca disponibilitate interioară. Gândul bun nu rămâne întotdeauna doar gând. El modifică tonul vocii, expresia chipului, răbdarea cu care ascultăm, cuvintele pe care le alegem și felul în care răspundem vulnerabilității celuilalt.

Din acest motiv, gândul bun are o forță socială reală. El poate opri un lanț al agresivității înainte ca acesta să devină faptă.

Un singur om care refuză să răspundă umilinței prin umilință poate întrerupe o succesiune de reacții care, altfel, s-ar fi transmis mai departe. Un părinte care își privește copilul cu încredere poate schimba felul în care acesta va învăța să se privească pe sine. Un profesor care vede potențialul unui elev înainte ca elevul să îl poată vedea poate influența întregul său parcurs. Un om care păstrează un gând bun despre cineva aflat în suferință îi poate oferi acel spațiu interior în care celălalt începe să creadă din nou că este demn de iubire.

Astfel, gândul devine relație, iar relația devine lumea în care trăim.

Fizica modernă ne-a obligat să renunțăm la imaginea simplistă a unei realități alcătuite doar din obiecte solide, separate și independente. La nivel microscopic, materia nu mai poate fi înțeleasă ca o colecție de lucruri complet rigide. Ea se descrie prin câmpuri, probabilități, interacțiuni și relații.

Aceasta nu înseamnă că un gând poate modifica în mod magic orice eveniment exterior și nici că simpla dorință controlează legile naturii. O asemenea concluzie ar transforma fizica într-o metaforă lipsită de rigoare. Putem însă desprinde o lecție importantă: faptul că ceva nu este vizibil nu înseamnă că este lipsit de efect.

Gravitația nu poate fi văzută, dar îi observăm consecințele. Câmpurile electromagnetice nu sunt percepute direct de simțurile noastre, dar fac posibilă funcționarea unei întregi lumi tehnologice. Informația nu este un obiect material în sensul obișnuit al cuvântului, însă poate organiza materia, comportamentul și sistemele.

LIFESTYLE

În mod asemănător, gândul bun este invizibil, dar poate deveni observabil prin efectele sale. El influențează organismul celui care îl gândește, modifică reacția emoțională, reduce impulsul agresiv, încurajează cooperarea și creează un anumit tip de prezență în relația cu ceilalți.

Mintea nu plutește în afara corpului. Fiecare stare mentală este însoțită de procese biologice, neurologice și fiziologice. Atunci când cultivăm în mod constant ostilitatea, suspiciunea și resentimentul, corpul nostru este ținut într-o stare de apărare.

Când cultivăm recunoștința, bunăvoința și sensul, sistemul nostru interior primește un alt tip de mesaj: nu orice clipă este un pericol, nu orice om este un adversar, nu orice necunoscut trebuie întâmpinat prin teamă.

Gândul bun nu anulează dificultățile vieții, dar schimbă calitatea prezenței noastre în interiorul lor. Binele nu este doar un comportament convenabil social. El reprezintă participarea omului la o realitate care îl depășește.

Când omul gândește cu iubire, compasiune și adevăr, el nu inventează binele de la zero. El se deschide către un principiu care exista înaintea lui și care va continua să existe după el. În acest sens, gândul bun poate fi înțeles ca o formă discretă de comuniune cu Divinitatea.

Divinitatea nu se manifestă numai în marile revelații, în miracole sau în experiențe spirituale extraordinare. Ea poate deveni prezentă și în gesturile aparent mici: în clipa în care alegi să nu condamni, în momentul în care te rogi pentru cineva care te-a rănit, în decizia de a nu răspândi mai departe o informație care ar distruge reputația unui om, în puterea de a vedea suferința ascunsă în spatele unui comportament dificil.

Gândul bun este una dintre formele prin care sacrul pătrunde în viața cotidiană.

El este întotdeauna rezultatul unei conexiuni neîntrerupte cu Divinitatea, chiar și atunci când omul nu numește această legătură și poate nici nu este conștient de ea. De fiecare dată când alegem adevărul în locul manipulării, mila în locul cruzimii și înțelegerea în locul judecății grăbite, ne apropiem de ordinea divină a existenței.

Nu înseamnă că devenim perfecți. Înseamnă că, pentru o clipă, permitem unei realități mai înalte decât ego-ul nostru să se exprime prin noi.

Un gând bun încolțește în minte și înflorește în suflet

Imaginea seminței descrie poate cel mai bine puterea gândului.

Un gând bun încolțit în mintea noastră nu își arată imediat toate roadele. La început, el poate fi doar o intenție fragilă: să nu mai judecăm atât de repede, să iertăm, să credem că lucrurile se pot îndrepta, să vedem în noi înșine ceva mai mult decât greșelile trecutului.

LIFESTYLE

Dacă este hrănit, acel gând coboară din minte în profunzimea ființei. Devine convingere, apoi atitudine, apoi caracter.

Ceea ce gândim în mod repetat devine treptat mediul interior în care trăim. Dacă repetăm că nu suntem suficient de buni, că lumea este lipsită de sens și că nimeni nu este demn de încredere, construim în noi o realitate dominată de frică și separare. Dacă alegem să păstrăm un gând bun, fără a falsifica adevărul, începem să construim un spațiu interior în care speranța poate respira. Parfumul acestui gând umple rezervorul interior pentru că binele nu îl hrănește doar pe cel căruia îi este adresat. Îl hrănește și pe cel care îl generează.

Când dorești sincer binele unui om, chiar dacă nu mai face parte din viața ta, eliberezi o parte din propria ta energie din captivitatea resentimentului. Când te gândești cu blândețe la tine, nu te răsfeți și nu te scutești de responsabilitate, ci creezi condițiile în care te poți schimba fără să te distrugi.

Omul nu se vindecă prin ură față de sine. Se poate corecta, maturiza și transforma numai atunci când adevărul este însoțit de iubire.

Nicio societate nu este construită doar prin instituții, legi și infrastructură. Ea este construită și prin reprezentările pe care oamenii le au unii despre ceilalți. Când un grup social începe să creadă că alt grup este inferior, periculos sau lipsit de valoare, această convingere se transformă, mai devreme sau mai târziu, în discriminare, excludere și violență. Istoria ne arată că marile tragedii colective nu încep întotdeauna prin arme. Ele încep prin cuvinte, stereotipuri și gânduri repetate suficient de mult încât să pară adevăruri.

În același mod, reconstrucția unei comunități începe prin schimbarea felului în care oamenii se privesc.

Gândul bun are puterea de a reumaniza. El ne amintește că celălalt nu este doar funcția sa socială, greșeala sa, apartenența sa politică, religioasă sau culturală. Este o ființă complexă, purtătoare a unei istorii, a unor răni, a unor aspirații și a unei demnități care nu îi poate fi anulată.

O societate în care oamenii cultivă bunăvoința nu este o societate lipsită de dezbateri, diferențe sau conflicte. Este o societate în care conflictul nu mai urmărește distrugerea celuilalt. Putem avea opinii diferite fără să ne anulăm reciproc umanitatea.

Gândul bun nu elimină dreptatea. Dimpotrivă, el o purifică de dorința de răzbunare.

Un gând bun este un scut în fața a milioane de gânduri rele nu pentru că ar avea o forță numerică mai mare, ci pentru că aparține unei alte ordini interioare.

Gândurile rele se multiplică ușor deoarece se hrănesc din reacție, teamă și contagiune emoțională.

Un zvon se răspândește mai repede decât o clarificare. O jignire atrage o altă jignire. O suspiciune poate genera interpretări care o confirmă, chiar și atunci când nu există dovezi reale.

El introduce o pauză între stimul și răspuns.

LIFESTYLE

În acea pauză se află libertatea noastră. Putem alege să nu credem imediat tot ceea ce ne spune frica. Putem alege să nu transformăm o experiență dureroasă într-o concluzie despre întreaga lume. Putem alege să nu transmitem mai departe răul pe care l-am primit.

În acest sens, gândul bun este o formă de rezistență spirituală.

El spune: „Durerea mea nu va deveni cruzime. Dezamăgirea mea nu va deveni cinism. Ceea ce mi s-a făcut nu va decide ceea ce voi face eu mai departe.”

Aceasta este puterea Divinității manifestată în ființa umană: capacitatea de a crea binele chiar și atunci când circumstanțele nu îl încurajează.

Există oameni care confundă bunătatea cu lipsa de fermitate. Ei cred că omul bun trebuie să accepte orice, să tacă, să ierte fără discernământ și să rămână acolo unde este rănit.

Însă adevăratul gând bun nu exclude claritatea: uneori, cel mai bun gând pe care îl poți avea despre cineva este să îi recunoști libertatea și să nu mai încerci să îl schimbi.

Alteori, binele înseamnă să spui „nu”, să te retragi, să protejezi un copil, să denunți o nedreptate sau să refuzi să participi la o formă de manipulare.

A gândi bine nu înseamnă a declara că orice comportament este acceptabil. Înseamnă a nu reduce întreaga ființă a unui om la comportamentul său și, în același timp, a nu-i permite acelui comportament să distrugă viața ta sau viața altora.

Iubirea fără discernământ poate deveni complicitate. Discernământul fără iubire poate deveni cruzime. Gândul bun le unește pe amândouă: claritatea adevărului și respectul față de demnitatea umană.

Nu putem controla fiecare gând care apare în mintea noastră. Unele gânduri sunt reacții automate, ecouri ale trecutului, frici învățate sau răspunsuri la oboseală și nesiguranță. Nu suntem vinovați pentru orice idee care traversează spațiul conștiinței noastre.

Suntem însă responsabili pentru gândurile pe care alegem să le hrănim.

Mintea poate fi comparată cu o grădină. Nu putem împiedica toate semințele purtate de vânt să cadă în ea, dar putem decide ce udăm, ce cultivăm și ce lăsăm să crească. Un gând rău care apare nu definește caracterul nostru. Felul în care îl tratăm începe însă să ne definească.

Gândul bun trebuie exersat: uneori, el nu apare spontan. Uneori trebuie ales în mod conștient, în pofida impulsului de a condamna, de a ne răzbuna sau de a ne abandona pe noi înșine.

Această alegere repetată creează maturitate spirituală.

LIFESTYLE

Nu devenim luminoși pentru că nu am cunoscut întunericul, ci pentru că am învățat să nu îl lăsăm să vorbească în locul nostru.

Există gânduri bune pe care nu le vom exprima niciodată în cuvinte. Poate că persoana căreia îi dorim binele nu va ști niciodată. Poate că între noi și ea există distanță, tăcere sau imposibilitatea unei împăcări.

Totuși, acel gând nu este inutil: a dori ca un om să își găsească pacea, să se vindece, să devină conștient sau să nu mai rănească este deja o formă de rugăciune. Nu pentru că îi controlăm destinul, ci pentru că refuzăm să mai contribuim interior la distrugerea lui.

Rugăciunea nu înseamnă să cerem ca realitatea să se conformeze dorințelor noastre. Ea înseamnă și să ne așezăm propria conștiință într-o relație corectă cu realitatea.

Prin gândul bun, Îi spunem Divinității: „Nu pot rezolva totul, nu pot salva pe toată lumea și nu pot înțelege toate lucrurile, dar aleg să nu adaug ură acolo unde există deja durere.”

Nu vă îndoiiți de puterea gândului bun, chiar dacă efectele sale nu sunt întotdeauna imediate și chiar dacă nimeni nu îl observă.

Un gând bun poate salva o relație de la o reacție impulsivă. Poate opri o judecată nedreaptă. Poate transforma felul în care un copil se percepe pe sine. Poate ajuta un om să nu renunțe. Poate schimba direcția unei conversații, atmosfera unei familii și cultura unei comunități.

Mai ales, gândul bun îl transformă pe cel care îl păstrează.

El nu este o fugă de realitate, ci o alegere privind felul în care dorim să participăm la ea. Este dovada că omul nu este condamnat să reacționeze mecanic la răul primit. Poate deveni punctul în care răul se oprește și binele începe din nou.

Un gând bun încolțit în minte înflorește în suflet, iar parfumul lui umple rezervorul interior cu sens, speranță și puterea de a continua.

El este scut în fața a milioane de gânduri rele pentru că poartă ceea ce ele nu pot purta: capacitatea de a crea, de a vindeca, de a uni și de a reda omului demnitatea.

În orice gând autentic de iubire, Divinitatea nu este doar contemplată, ci întruchipată.

LIFESTYLE



EXCLUSIV | Fabio Niță pregătește un nou album



Luna august este una specială pentru Fabio Niță. Artistul își sărbătorește ziua de naștere și se pregătește să intre în studio pentru înregistrările unui nou album, un proiect care promite să aducă surprize plăcute fanilor.

Cu noi piese și multă inspirație, Fabio deschide un nou capitol în cariera sa muzicală, iar așteptările sunt mari.

CelebriTime Magazine îi urează la mulți ani, multă inspirație și succes în realizarea noului album. Suntem convinși că muzica lui va continua să ajungă la inimile publicului.

De ce nu poți să-l uiți? Despre relațiile care se termină, dar continuă să trăiască în mintea ta



Telefonul nu mai sună de mult. Conversațiile s-au încheiat, fotografiile au dispărut dintre favorite, iar viața și-a reluat, cel puțin la suprafață, cursul firesc, cu proiecte noi, oameni noi și zile care nu mai seamănă aproape deloc cu cele în care acea persoană făcea parte din realitatea de zi cu zi.

Și totuși, într-o după-amiază absolut obișnuită, în timp ce aștepti cafeaua sau privești absent pe geamul unui avion, apare un gând care pare să ignore complet timpul trecut:

"Mă întreb ce mai face."

LIFESTYLE

Nu pentru că există dorința de a te întoarce sau pentru că mai există așteptarea unei împăcări. Ci pentru că anumite povești au un mod ciudat de a continua să existe în interiorul nostru mult după ce au dispărut din realitate, iar uneori această prezență tăcută poate fi atât de persistentă încât ajungem să ne întrebăm dacă nu cumva încă suntem blocați în trecut.

Poate de aceea anumite povești continuă să fascineze publicul ani la rând.

Relația dintre Jennifer Aniston și Brad Pitt a devenit, în memoria colectivă, simbolul unei întrebări pe care mulți oameni o poartă după o despărțire importantă: „Cum ar fi fost dacă?”

Uneori nu rămânem atașați doar de oameni, ci și de posibilitățile pe care le-am construit în jurul lor.

Și poate că tocmai aici începe una dintre cele mai importante întrebări atunci când o relație se termină.

De ce unele relații sunt atât de greu de uitat?

Poate pentru că ne place să credem că ne atașăm exclusiv de oameni, când, în realitate, ceea ce se întâmplă într-o relație depășește cu mult simpla prezență a unei persoane în viața noastră. În timp, fără să observăm, începem să investim în relație nu doar sentimente, ci și speranțe, planuri, așteptări și versiuni întregi ale viitorului nostru, iar toate acestea se așază treptat în jurul poveștii de iubire până când devin parte din identitatea noastră emoțională.

Ne îndrăgostim nu doar de persoana din fața noastră, ci și de promisiunea stabilității pe care o asociem cu prezența ei, de ideea unui viitor care începe să capete contur și de sentimentul că, după o perioadă de căutări, lucrurile încep, în sfârșit, să se așeze într-o direcție care pare firească și sigură.

Tocmai de aceea, atunci când relația se termină, pierderea nu este niciodată atât de simplă pe cât pare din exterior, pentru că nu pleacă doar persoana, ci și toate acele posibilități care au prins viață în imaginația noastră.

Și poate că exact aici începe confuzia: dacă pierderea nu este doar despre celălalt, atunci despre ce este, de fapt?

Dincolo de persoana care a plecat, există însă ceva și mai greu de observat. Este vorba despre schimbările pe care relația le-a produs în felul în care ne vedeam pe noi înșine și despre versiunea noastră care a început să existe în interiorul acelei povești.

Ce pierdem cu adevărat atunci când cineva pleacă?

În cabinet, un client de 34 de ani descria experiența unei despărțiri într-un mod care a rămas cu mine mult timp după încheierea ședinței:

"Nu cred că îmi este dor de ea. Cred că îmi este dor de omul care eram atunci când eram cu ea."

La prima vedere, declarația pare simplă, însă ea surprinde unul dintre cele mai importante aspecte ale atașamentului. Pentru că relațiile nu ne schimbă doar programul, obiceiurile sau planurile de weekend. Relațiile schimbă felul în care ne privim pe noi înșine.

Există oameni în prezența cărora devenim mai curajoși, mai încrezători, mai deschiși sau mai aproape de persoana care ne-am dorit întotdeauna să fim.

Există relații care activează părți din noi pe care nu le întâlnim în alte contexte și care ne oferă acces la o versiune a noastră pe care ajungem să o iubim la fel de mult ca pe persoana de lângă noi.

În multe cazuri, ceea ce dispare odată cu relația nu este doar omul din fața noastră, ci și felul în care ajunseserăm să ne privim pe noi înșine în interiorul acelei povești, sentimentul că suntem pe drumul potrivit și convingerea că viitorul începe, în sfârșit, să capete o formă recognoscibilă. Și poate că de aceea anumite despărțiri continuă să doară chiar și atunci când știm foarte clar că relația nu era una potrivită.

Pentru că neori nu îl plângem doar pe celălalt, plângem și o parte din noi care a rămas acolo.



De ce continuăm să ne întoarcem mental la aceeași poveste?

Există un motiv pentru care anumite relații continuă să ocupe spațiu în mintea noastră chiar și după ce au dispărut din realitate, iar acel motiv are adesea mai puțin de-a face cu iubirea și mai mult de-a face cu felul în care funcționează mintea umană.

Mintea poate accepta o realitate dureroasă, însă îi este mult mai greu să accepte o întrebare fără răspuns.

De aceea, relațiile care se termină în ambiguitate, în incertitudine sau în posibilități netrăite au tendința să rămână mai mult timp cu noi, pentru că lasă în urmă întrebări pe care continuăm să le întoarcem pe toate fețele, chiar și atunci când știm că răspunsurile nu mai pot schimba nimic.

Ce s-ar fi întâmplat dacă mai aveam puțină răbdare?

Dacă momentul era diferit?

Dacă spuneam altceva?

Dacă încercam încă o dată?

"Nu mă întorc la el pentru că îl vreau înapoi. Mă întorc la gândul că poate am ratat ceva." C. 37 ani

Uneori nu persoana este cea care ne ține ancorați, ci nevoia de a înțelege o poveste care a rămas fără un răspuns clar. Iar această nevoie de sens poate menține vie o relație chiar și atunci când ea s-a încheiat de mult în realitate.

Și poate că exact acest viitor care nu a mai avut loc ajunge să doară mai mult decât trecutul însuși.

LIFESTYLE

De ce doare uneori mai mult viitorul pierdut decât relația în sine?

"Nu mă doare că nu mai suntem împreună. Mă doare că nu mai cred în povestea pe care o vedeam atât de clar." E. 41 ani

Această afirmație surprinde una dintre cele mai puțin discutate forme ale pierderii. Pentru că există un tip de durere care nu apare atunci când pierzi un om, ci atunci când pierzi o posibilitate, atunci când pierzi imaginea unei vieți pe care ai construit-o în mintea ta cu atât de multe detalii încât devenise familiară.

Casa, vacanțele, sărbătorile și familia pe care începeai să le vezi atât de clar încât deveniseră parte din realitatea ta emoțională. Toate aceste imagini capătă, în timp, o viață proprie și devin parte din investiția emoțională pe care o facem într-o relație.

Iar atunci când relația se încheie, nu dispare doar persoana care era lângă noi, ci și scena pe care proiectasem o parte din viitorul nostru.

Și poate că aceasta este una dintre cele mai greu de acceptat realități ale unei despărțiri.

Nu plângem doar ceea ce a fost, plângem și ceea ce nu va mai fi.



Cum începe, de fapt, vindecarea?

Poate că exact aici apare una dintre cele mai mari confuzii ale unei despărțiri. Pentru că atunci când durerea este asociată exclusiv cu pierderea celuilalt, atenția rămâne orientată spre ceea ce a plecat.

Însă atunci când începem să observăm că o parte din suferință este legată și de pierderea unei anumite experiențe de sine, perspectiva se schimbă, iar această schimbare deschide drumul către o altă întrebare: cum începe, de fapt, vindecarea?



Trăim într-o cultură care ne încurajează să mergem repede mai departe, să transformăm orice despărțire într-o lecție, orice durere într-o oportunitate și orice pierdere într-o demonstrație de forță.

Însă sufletul are rareori același ritm cu lumea din jurul nostru și, de multe ori, are nevoie să înțeleagă înainte să poată lăsa lucrurile să plece.

Are nevoie să înțeleagă ce nevoie a fost atinsă, ce speranță a prins viață și ce parte din sine s-a simțit văzută în interiorul acelei relații.

Pentru că, de foarte multe ori, ceea ce pare dor după celălalt este, în realitate, dor după o experiență pe care am trăit-o în prezența lui, după felul în care ne simțeam, după felul în care priveam viitorul și după omul care credeam că devenim.

Iar poate că adevărata schimbare nu începe atunci când îl uităm pe celălalt, ci atunci când încetăm să căutăm în exterior ceea ce avem nevoie să regăsim în interior.

Și poate că adevărata întrebare nu este de ce nu poți să-l uiți.

Consider că întrebarea este mult mai simplă și, în același timp, mult mai profundă:

Ce parte din tine a rămas acolo și așteaptă, în liniște, să fie adusă acasă?

„Doamne, nu am om...”- singurătatea, o boală tăcută



Ascultând o predică minunată despre vindecarea bărbatului paralytic de la Vitezda, am rămas cu gândul la vorbele lui: „Doamne, nu am om...”.

Poate că, dincolo de boală, aceasta este una dintre cele mai grele dureri ale omului: singurătatea. Să simți că nu te vede nimeni. Că nu te caută nimeni. Că nu ai cui să îți spui durerea, gândurile, frământările sau chiar bucuriile.

LIFESTYLE

Povestea slăbănogului de la Vitezda.

La scaldătoarea Vitezda se aflau mulți bolnavi, oameni suferinzi care așteptau o minune. Din când în când, un înger al Domnului cobora și tulbura apa, iar primul om care intra în apă după tulburarea ei se vindeca de orice boală avea.

Acolo se afla și un slăbănog care fusese abandonat în urmă cu 38 de ani. Și nu avea pe nimeni care să îl arunce primul în apă.

Atunci când Hristos îl întreabă: „Voiști să te faci sănătos?”, el răspunde: „Doamne, nu am om...”

Nu spune că nu mai crede. Spune doar că nu are pe nimeni care să îl ajute.

Iar parcă Hristos îi răspunde fiecăruia dintre noi:

„Eu pentru tine Om M-am făcut. M-am îmbrăcat cu trup, ca să te mântuiesc... iar tu spui că nu ai om?”

Ce iubire mai mare decât aceasta?

Și tot El îi spune: „Ridică-te, ia-ți patul și mergi la casa ta.”

De prea multe ori în viață meseria noastră pare să fie aceea de a fi slăbănogi.

Mai ales slăbănogi duhovnicește Neputincioși. Obosiți. Răniți. Fără putere. Avem mereu o scuză pregătită. Vina este oriunde, numai la noi nu. Și uneori ajungem să ne complacem în această stare.



LIFESTYLE



Am auzit cândva și o poveste care m-a pus pe gânduri.

O femeie avea invitați de seamă la masă și, în timpul cinei, a fost deranjată de trei ori. La un moment dat a spus supărată: „Ce rău este să fii mereu deranjat...”

Iar unul dintre invitați i-a răspuns:

„Cel mai rău este să nu te deranjeze nimeni niciodată. Să nu te caute nimeni.”

Să nu ai cu cine împărtăși bucuriile și durerile poate fi foarte dureros.

Și atunci încercăm să fugim. Prin distracții. Prin muncă excesivă. Prin excursie după excursie. Prin dependențe. Prin zgomot. Prin agitație. Tot felul de „tratamente false” pentru singurătate. Încercăm să nu rămânem singuri cu noi înșine. Dar Pascal spunea atât de adevărat: „Omul care trăiește doar pentru el nu urăște nimic mai mult decât să fie cu el însuși.”

Pentru că, în realitate, sufletul nostru are foame de Dumnezeu. „Neliniștit este sufletul meu până când se va odihni în Tine, Doamne.”

Oricât am încerca să umplem golul cu lucruri din afară, nimic nu poate înlocui iubirea lui Dumnezeu.

Și chiar Mântuitorul spune în Evanghelia după Ioan: „A venit vremea să Mă lăsați singur. Dar nu sunt singur, pentru că Tatăl este cu Mine.” Ce mângâiere să știi că nu ești niciodată singur atunci când Dumnezeu este cu tine...

Cum putem găsi alinare atunci când ne simțim singuri?

Putem găsi alinare abia atunci când avem curajul să stăm sinceri înaintea lui Dumnezeu și să spunem: „Doamne... mă doare.” „Doamne... sunt obosit.” „Doamne... mă simt singur.”

Nu trebuie să avem rugăciuni perfecte. Dumnezeu ascultă și suspinul.

Apoi, cred că un alt pas este să ieșim din închiderea în noi înșine.

Singurătatea se adâncește atunci când omul se izolează și începe să trăiască doar în propriile gânduri și scenarii. De aceea avem nevoie să construim punți către ceilalți. Să sunăm omul la care ne gândim de mult. Să îmbrățișăm mai des. Să cerem ajutor atunci când nu mai putem. Să nu ne rușinăm de vulnerabilitate.

Uneori și ceilalți poartă aceeași durere, doar că nu o spun.

Și poate una dintre cele mai mari alinări ale sufletului este să începem să dăruim: Timp. Ascultare. Prezență. Bunătate. O rugăciune. O îmbrățișare.

LIFESTYLE

**Mi-am amintit și de versurile acelea: „Lângă Tine, Doamne, plec genunchi trudit,
Numai Tu, Părinte, nu m-ai părăsit...”**

Și poate că exact aceasta este una dintre cele mai mari frici ale omului: abandonul. Să simtă că a fost uitat. Părăsit. Lăsat singur în durerea lui.

Dar există o poveste minunată, cunoscută sub numele „Urmele pe nisip”, care vorbește atât de profund despre relația noastră cu Dumnezeu.

Un om visează că merge pe plajă alături de Dumnezeu și vede pe cer toate momentele vieții sale. Pe nisip apar două rânduri de pași — ai lui și ai lui Dumnezeu.

Dar în cele mai grele perioade ale vieții observă că apare un singur rând de pași și Îl întreabă pe Dumnezeu: „Doamne, de ce m-ai lăsat singur tocmai atunci când mi-a fost cel mai greu?”

Iar Dumnezeu îi răspunde: „Copilul meu, atunci când ai văzut un singur rând de pași, Eu te țineam în brațe.”

De multe ori, exact în clipele în care simțim că Dumnezeu lipsește, El este cel mai aproape de noi. Poate că nu înțelegem mereu de ce suferim. Poate că uneori viața doare mai mult decât putem duce.

Dar Sfântul Nicolae Velimirovici spune atât de frumos: „Binecuvântat și fericit și împăcat este omul care primește suferințele și tot ceea ce vine în viața lui ca din mâna lui Dumnezeu.”

Iar Sfântul Ioan Gură de Aur, înainte de a pleca din această lume, a rostit: „Slavă lui Dumnezeu pentru toate!”

Ce putere are omul care Îl lasă pe Dumnezeu la cârmă vieții sale...

Da, există suferință. Există răni. Există încercări.

Dar există și purtarea de grijă a lui Dumnezeu.

„Iată, Eu sunt cu voi în toate zilele, până la sfârșitul veacului.”

„Nu mă voi teme de rele...” — spune Psalmul 22.

Pentru că, într-adevăr, cu noi este Dumnezeu.

Poate că antidotul oricărei boli sufletești este tocmai această întoarcere spre Dumnezeu și spre ceilalți.

Să construim poduri între noi. Să dăruim iubire. Să slujim. Să ieșim din închiderea în propriile dureri.

LIFESTYLE

Nicolae Steinhardt scria atât de frumos în „Dăruind vei dobândi” că singurul mod prin care putem primi dragoste este să oferim noi mai întâi dragoste.

Să începem de la noi. Să răspundem urii cu iertare. Răutății cu blândețe. Întunericului cu lumină. Pentru că dragostea care vine de la Dumnezeu este singura putere care poate vindeca sufletul omului.

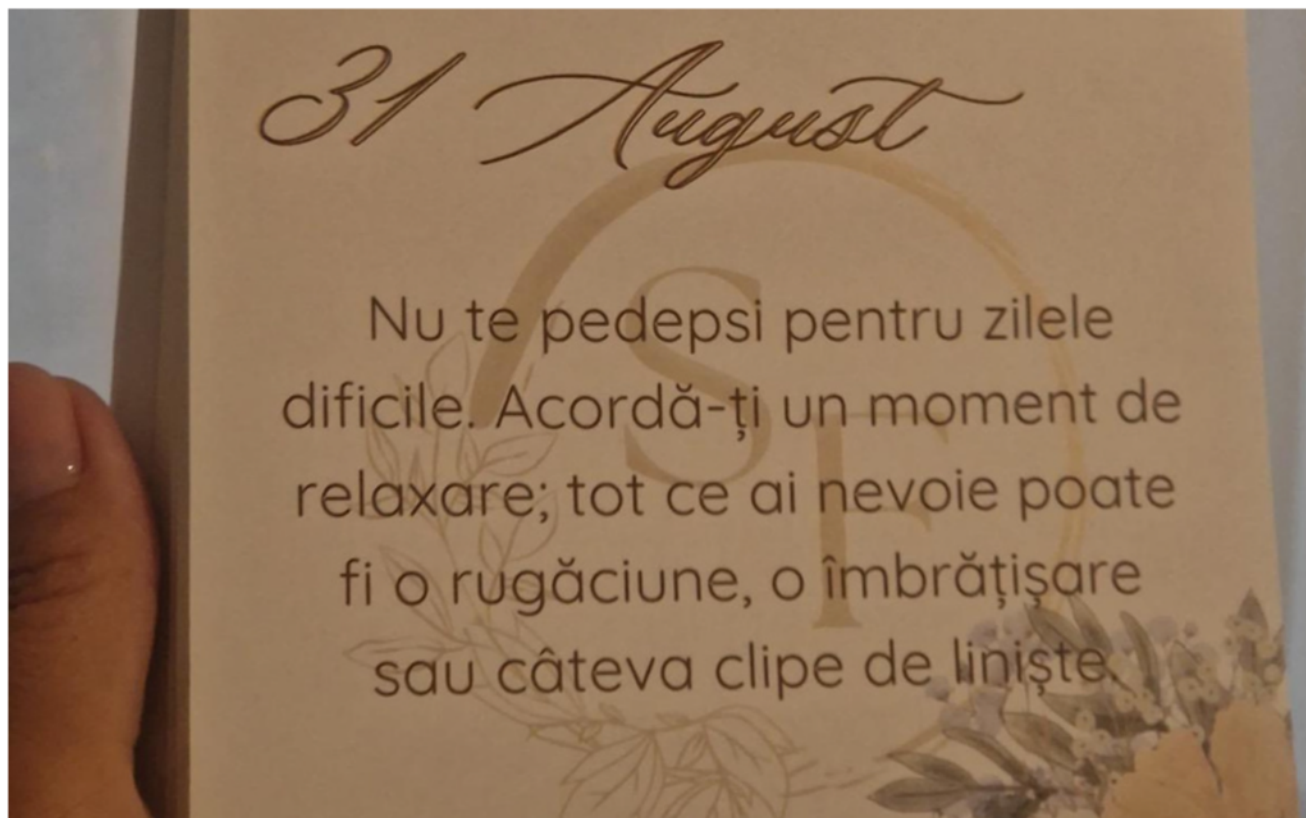
Fotografie din Calendarul Armoniei care spune atât de simplu și de adevărat:

„Nu te pedepsi pentru zilele grele. Poate că tot ce ai nevoie este o rugăciune, o îmbrățișare sau câteva clipe de liniște.”

Și poate că exact aici începe vindecarea sufletului nostru: în clipa în care încetăm să fugim de durere, încetăm să ne osândim pentru neputințele noastre și Îl lăsăm pe Dumnezeu să intre în singurătatea, oboseala și rănilile noastre.

Pentru că atunci când omul simte că nu mai are pe nimeni, Dumnezeu Se apropie cel mai mult de el.

Iar iubirea Lui are puterea să aline, să ridice și să vindece chiar și cele mai tăcute dureri ale sufletului.



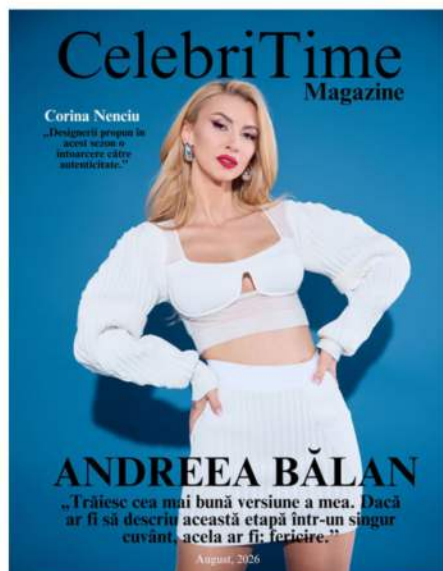
Cu bucurie,

Ștefania Filip

Armonia ta, misiunea mea.

Coach și terapeut holistic, specializată în ghidarea mamelor care se simt copleșite și epuizate, ajutându-le să își găsească bunăstarea și armonia interioară.

Îți sunt alături în călătoria către o viață trăită în armonie cu tine și cu Dumnezeu.



Conținut editorial premium!

www.celebritimemagazine.ro

Instagram: [celebritime magazine](#) Facebook: [celebritime magazine](#)

Youtube: <https://www.youtube.com/@celebritimemagazine-qr5jl/about>

e-mail: celebritimemagazine@gmail.com



