

הרגשות שלכם

בעולם ממנו אתם באים הרגשות היו חלק נשכח, מוזנח, בלתי אהוב. מעולם לא הצלחתם להיות רובוטים של ממש, על אף שבתקופות שונות, ובמקומות שונים בעולם, ניסיתם להיות כאלה; אבל גם מעולם לא עצרתם כדי להכיר בערך של הרגשות הללו.

מציאות זו היא חלק משטיפת המוח שבה עולם זה היה נתון עד לפני שנים אחדות, במושגי הזמן שלכם. זה היה ועודנו חלק מהותי במנגנון השליטה בתודעה האנושית, מנגנון אשר שמר על השליטה של הפחד בבני האדם, על ההפרדה ביניכם ובין המהות של מי שאתם: האמונה שישנם רגשות שליליים, נחותים, לא יפים, מכוערים, שכדאי להימנע מהם, שכדאי לא להרגיש אותם, שכדאי להפסיק אותם.

ההפרדה שלמדתם לעשות, ביניכם ובין הרגשות שלכם, היא הכלי שבעזרתו אתם מפרידים, מבלי להבין זאת, את עצמכם מהמהות האמיתית שלכם. חלק בלתי מבוטל מהאנרגיה היצירתית שלכם מושקע בהימנעות עצמית מרגשות כאלו ואחרים, וכל עוד זה כך, אינכם יכולים להתמסר במלואכם למהות של מי שאתם באמת, לביטוי ולמימוש של מי שאתם.

יש לכך סיבה משמעותית, כפי שאתם יכולים להבין. כל עוד אתם עסוקים בהפרדה זו של עצמכם מעצמכם, אתם מרוקנים את עצמכם מהחיוניות שלכם, מהיכולת ומההסכמה שלכם להשתנות. באופן פרדוקסלי, זו המלחמה ברגשות שלכם ששומרת עליכם בלתי משתנים, בלתי אפשריים לשינוי. זה פרדוקס, משום שברוך זו אתם מבקשים להשתנות - אתם מנסים להתאים את עצמכם למי שאתם רוצים להיות, ותמיד יש לכם תפישה מסוימת, דעה, תדמית מסוימת שאתם רוצים להתאים את עצמכם אליה. להיות האדם ההוא, המצחיק, הנינוח, הרגוע, המקבל, האוהב, הפתוח, הקול. וכל אדם, בזמן כזה או אחר, מגדיר את המילה "קול" באופן שונה. אבל לעולם זה דבר מה אחד - שונה ממי שאתם.

וזה מה שקורה, כאשר אתם עושים זאת - אתם אינכם זזים. דבר לא ממש משתנה. אתם נתקעים עמוק עם מי שאתם, עם אותם הרגשות והמחשבות וההתנהגויות שאתם מבקשים להעלים ולבטל.

זו הסיבה לכך שבמשך עידן ממושך, התרבות של בני האדם לא חוותה שינויים מהותיים בתודעה, כמו גם במציאות היומיומית. זמן רב העולם היה תקוע בתוך תודעה של מלחמה בדיוק מהסיבה הזאת, שכן המלחמה הפנימית הניעה אתכם למלחמה חיצונית. יש לכך סיבה. כל עוד אתם עסוקים בתדמית שאותה אתם מבקשים לממש, אתם יוצרים חוסר פנימי באהבה ובקבלה עצמית. את החוסר הזה אתם מבקשים למלא, והדרך היחידה למלא אותו היא על ידי דברים חיצוניים; שכן בפנים אין את מה שאתם צריכים, שהוא, כאמור, אהבה וקבלה.

כך אתם מתחילים במאבק, בריצה אחר דברים, שימלאו את החוסר שלכם. כל עוד אותה ריצה - אחר כסף, אחר כוח, אחר שליטה, אחר הנאות, אחר הנעות - מתקיימת, אתם מתחרים על משאבים מוגבלים. בחוץ לעולם לא יהיה מספיק ממה שאתם צריכים עבור עצמכם, שכן בחוץ אין את מה שאתם צריכים עבור עצמכם. אתם יודעים זאת, ברמה מסוימת, אבל אינכם מקבלים זאת, ולכן אתם נלחמים זה בזה, כדי שיהיה לכם עוד ממה שאתם חושבים שאתם צריכים כדי למלא בעצמכם את מה שחסר לכם. כך נולדת התחרות, וכך נולד המאבק, וכך נולדת המלחמה, וכך הכל המשיך והמשיך עידנים רבים.

דבר מה קרה לפני כמאה שנה, פחות או יותר. התפתחותה של הפסיכולוגיה המודרנית החלה לתת, בפעם הראשונה, דגש וחשיבות לעולמכם הרגשי. רבים תוהים, כיצד במאה העשרים החלה תנועה כה משמעותית של התפתחות בעולם שלכם, שעולה פי כמה וכמה על קצב ההתפתחות במאות השנים שקדמו לה. זו הסיבה: משום שהתחלתם להתייחס לרגשות שלכם, והבנתם שיש להקדיש להם חשיבות. הבנתם, שבמקום להתעלם ולהעלים, אפשר ורצוי לדבר, אפילו להרגיש.

זו היתה ההתחלה של מה שהפך להיות תנועה עצומה, כלל עולמית, של התפתחות אישית, שמחברת פסיכולוגיה ורוחניות יחד. מעט מהאנרגיה של האנושות כולה עבר מהתעלמות מעצמכם,

וחיפוש מחוצה לכם את מה שחסר לכם, לגילוי עצמי וויתור על מה שהוא חיצוני, שאינו יכול למלא את מה שחסר לכם בפנים.

זו היתה התחלה, כמובן, ולכן המאה העשרים היתה רצופה במלחמות קשות, שכן קרבות משמעותיים התחללו בין שתי תפישות אלו, האחת המבקשת חופש, והשנייה המבקשת שליטה. לזמן מה, כאמור, היה נדמה שהכל יגיע אל סופו המתוכנן, שכן הבחירה בשליטה הלכה והתחזקה.

עד שהדברים החלו להשתנות. כלומר, עד שהחלטתם להשתנות. השינוי הזה הביא לעולם, בין השאר, גישות מודרניות יותר, מתקדמות יותר, הרואות ברגשות משאב חיוני שיש ליהנות ממנו, שאפשר וכדאי להרגיש אותו.

ככל שהחזרתם לעצמכם את החופש להרגיש, ככל שאתם עושים זאת - ורבים עוד לומדים לעשות זאת - כך אתם מחזירים לעצמכם את היכולת להתחדש, ליצור. החיוניות הבסיסית שלכם מתעוררת, ואיתה מתרחשים שינויים רבים, אישיים וקולקטיביים.