

ההדרכה החודשית:

ארבעת השיעורים של טוהר

לחודש מרץ 2020

אם כך, שלום.

אם כך, אנו נפגשים. אנו מתחילים במפגש זה כדי לעסוק ככל האפשר במה שמתרחש בחודש זה של חודש מרץ. מה קורה בזמן הזה, ומה עושות האנרגיות לבני אדם.

אפשר לדבר באופן הזה, למרות שזה אולי עשוי להיות מוזר עבור חלק מכם: יש אנרגיות והן עושות משהו לבני אדם.

זו לא הגדרה כללית של אנרגיה, כי אם מקבץ מאוד ספציפי של אנרגיות אשר נוצרות, או אולי מתקבצות יחדיו ממקורות שונים ברחבי היקום. אותן אנרגיות באות עם כוונה לסייע ולעזור בתהליך התעוררות זה של בני אדם. התעוררות אל הטבע האמיתי ואל הקשרים המחברים בין הכל עם הכל.

זו המטרה וזו המהות - לחבר בין הכל להכל. או אולי להזכיר לבני אדם לראות את הקשר בין עצמם לעצמם ובינם לבין האחרים.

באופן טבעי הדבר מעורר פחד, שכן אתם מפחדים זה מזה. הפחד מהשונות, מהזרות, מהאפשרות להיפגע כתוצאה מכך, הוא דומיננטי עד מאוד בעולם זה של בני אדם בזמן זה. זה אינו חדש, וזה הולך וגובר, וזה עשוי אף להתחזק בזמן הקרוב.

זה לא דבר מה חדש, אבל עם זאת יש לכך השפעה רבה. ככל שאתם מבינים שאתם קשורים כך אתם נבהלים מהאפשרות שהקשר הזה ישפיע עליכם באופן שלילי. לכן אתם מבקשים ליצור חומות והפרדות עוד ועוד, כדי להימנע ממה שהוא על פניו בלתי אפשרי. כלומר, אפשר ליצור חומות, בהחלט, אבל את הקשר ביניכם אינכם יכולים לנתק. אך הניסיון לנתק קשרים בין בני אדם, ליצור חומות והסתגרויות, עשוי בהחלט ליצור יותר פגיעה מאשר תמיכה; ואילו ההבנה שאתם קשורים זה לזה אינה בהכרח תביא לפגיעה, אבל היא בהחלט תביא לשינוי.

הזמן הזה שבו אנו נפגשים והחודש הזה שאל תוכו אתם נכנסים ובו אתם נמצאים, עומד בסימן הזה של שינוי. הוא עומד בסימן של האצה בתהליך של שינוי, במגמה נוספת של התרחבות.

אנו מדברים פעם אחר פעם על שנה זו של בני אדם ככזו שיש לה שני מאפיינים. האחד זו שנה של 22: יש בה את האלמנט של הכפלה. כלומר דברים שהיו בסדר גודל מסוים, בקנה מידה מסוים, לפתע פתאום גדלים ואף מכפילים את הנפח שלהם או את מידת הנוכחות או את היקף ההשפעה. זה מה שקורה בזמנים הללו עוד ועוד. אתם רואים זאת בקנה מידה גלובלי ואתם יכולים לראות זאת גם במציאות האישית. דברים כמו יוצאים מכלל שליטה. בעיות שהיו קטנות הפכות לגדולות, בעיות שהיו גדולות הפכות לענקיות, ובעיות ענקיות מאיימות לכלות את הכל.

אם היו דברים שהצלחתם כמו לשלוט בהם, כמו לסדר אותם ולהגביל אותם באופן שיאפשר לכם להסתדר איתם, זה כבר אינו מצליח עוד. אתם מוצאים את עצמכם חסרי אונים וחסרי שליטה אל מול רגשות, מחשבות, התנהגויות, שלכם או של אחרים, שהם אינם ברורים, אינם הגיוניים, והם לכאורה מוגזמים.

הרבה מהדברים אשר קורים עשויים בהחלט להיות מורגשים כמו מוגזמים. הפחד מוגזם, הבהלה, וגם לפעמים ההתלהבות והשמחה. אתם עשויים לחוות את עצמכם ואחרים ואת המציאות כמוגזמת. אם אתם חווים זאת כך זה סימן שאתם מדויקים, לא סימן שאתם מגזימים. אתם מדויקים, כלומר אתם מזהים את האיכות של ה-22 וכיצד היא משפיעה.

יש לכך חשיבות רבה עבור תהליך ההתפתחות שלכם, שכן באופן הזה שבו הכל גדל ומוכפל, שבו דבר אינו נשאר כפי שהוא היה, אתם מחויבים לעבור שינוי עמוק יותר. למצוא כלים חדשים לעבוד איתם, ובעיקר לשנות את הגישה שלכם. כלומר, אם יש דברים שאתם לא כל כך אוהבים ואתם רגילים לשים אותם בצד, בתוך גבול מסוים, הרי שחוסר היכולת שלכם לשים אותם באותו הגבול מחייב אתכם להסתכל על הדברים מחדש, לשנות גישה ביחס לעצמכם, ביחס לאחרים. לפעמים אתם לא תוכלו עוד להכחיש ולהדחיק כפי שיכולתם בעבר, לפעמים לא תוכלו לכעוס ולשנוא כפי שיכולתם בעבר. אתם תצטרכו לשנות גישה, בהחלט.

הזמנים הללו הם מחייבים זאת והם ימשיכו לחייב זאת גם בהמשך הדרך. ככל שהכל יתעצם, אתם פוגשים את עצמכם במידה שאתם לעיתים מכירים מניסיון עבר ועליכם יהיה לזהות את מי שאתם מחדש, ולמצוא את הגישה המתאימה והנכונה.

אנו נאמר באופן כללי כי יהיה זה יותר מתאים אם תתנו יד למי שאתם, ולא תשימו את עצמכם מאחורי גדר, בתוך כלוב. בהחלט. תנו יד למה שאתם פוגשים בתוך עצמכם, זו המגמה, בהחלט.

ההיבט השני אשר קשור בשנה זו, קשור בקסם, ביכולת ליצור יש מאין. כלומר, לחוות וליצור שינויים שחוצים את גבולות ההיגיון של בני אדם באופן שמשאיר אתכם לעיתים המומים. חלק מכם חווים זאת גם בהקשר של דברים כואבים

אשר קורים במפתיע, אבל אנו מכוונים בעיקר לדברים שגורמים לבני אדם לשמוח ולחייך, אשר עשויים לקרות באופן מפתיע.

זה אינו צריך באמת להפתיע אתכם, שהכל קשור זה בזה. אתם בהחלט עשויים להיות מופתעים ועצובים וגם מופתעים ושמחים. כך או כך, מציאות שהיא כאוטית באופן שהוא אינו הגיוני, הופכת להיות יותר ויותר נוכחת, ואתם עשויים לחוות בו זמנים שתי חוויות.

האחת היא חוויה של חוסר אונים וחוסר השפעה. כמו הדברים גדולים מכם, שאינכם יכולים להשפיע עליהם ולהתמודד איתם. זו חוויה זמנית, אנו מבקשים להזכיר, והיא איננה מציגה או משקפת את מלוא מי שאתם. זו חוויה זמנית ברצף ההתפתחות שלכם.

הדבר השני שאתם עשויים לחוות הוא חוויה של מידת השפעה גדולה יותר. רצונות מתממשים בקלות, מחשבות הופכות למציאות, ואתם מוצאים ששינויים קורים עבורכם עם הרבה פחות מאמץ ממה שהצלחתם לעשות עד כה. זה עשוי לשמח אתכם, אולי קצת להבהיל, אבל בעיקר זה עשוי לגרום לכם לרצות להבין איך עושים את זה באופן מסודר. כלומר איך אפשר לשלוט במציאות הזו, בדינמיקה הזו, ביכולת הזו. כיצד אתם יכולים באמת לתרום ולעזור לעצמכם באופן שהוא יותר מסודר. אנו נאמר - אל תעשו זאת. אל תנסו לשלוט במציאות, אל תנסו לסדר אותה, אל תנסו להבין כיצד יוצרים קסמים.

פאסיביות היא חלק מהותי מיצירת קסם. הבעה של רצון, כוונה, תשוקה, ומתוך זה לאפשר מקום למציאות להתממש, לרצון להתממש, למציאות להשתנות. המשיכו לעשות זאת באופן הזה. אל תנסו ליצור טכניקות ולמצוא דרכים מובנות ונוסחאות שיעזרו לכם לשחזר את ההצלחה. היא תמשיך לקרות אם תמשיכו לא להתערב, לא לתכנן, לא לדעת, לא לשלוט, לא לנסות לסדר מציאות, בהחלט לא.

השני: חוסר אונים

עכשיו אנו מבקשים לדבר על מה שאנו אמורים לעשות בצורה יותר מסודרת, נגדיר זאת כך. ארבעה שיעורים, או ארבעה היבטים שכדאי להתמקד בהם בחודש הזה. אז מתוך מה שאמרנו עד כה אנו מבקשים להתחיל.

הדבר הראשון שאנו מבקשים לדבר עליו, הוא חוסר אונים. זה מפתח משמעותי בתוך תהליך זה של יצירת קסמים. אתם זקוקים לפאסיביות, כפי שאמרנו קודם לכן, ופאסיביות מגיעה עם חוסר אונים. חלקכם חווים זאת מול מציאות שמתנה באופן שבו אינכם מבינים מדוע, ואינכם מצליחים לעצור זאת. אחרים חווים זאת דווקא בהקשר החיובי, דברים טובים קורים אבל אינכם מבינים איך עושים את זה פעם נוספת בצורה מסודרת. בין אם זו החוויה או זו החוויה, חוסר אונים הוא בכל מקרה מה שאתם חווים בתוך זה.

בני אדם אינם אוהבים חוסר אונים. זה משויך אצלכם להרגשה שאתם קטנים וחסרי השפעה. זה קשור אצלכם בכאב ובפגיעה ובאובדן. לכן אתם עושים את מה שאתם יכולים לעשות בשביל לטשטש חוסר אונים, בשביל לשמור על שליטה.

אנו נאמר שהשליטה שלכם על עצמכם ועל המציאות היא האמצעי הישן שבעזרתו השתמשתם כדי לעזור לעצמכם. אבל בשביל להתחבר ליכולת האמיתית שלכם להשפיע על המציאות ולכוון אותה, עליכם לעבור דרך חוסר אונים.

יכולת ההשפעה על המציאות מבוססת על שיתוף הפעולה עם המציאות, וזה דבר מה הפוך משליטה המבוססת על כפייה. כדי לעבור מכפייה לשיתוף פעולה יש לחוות חוסר אונים ולהסכים להיות בתוך מצב זה - וזה מה שקורה בזמן הזה יותר מתמיד. מתרחשות חוויות שונות שקשורות בחוסר אונים אשר גורמות לכם להרגיש כך. עליכם יותר מכל להסכים לחוסר האונים, להרגיש זאת, להתייחד עם החוויה הזו, לרפא זיכרונות שקשורים בכך, וגם לגלות, בהחלט, כיצד מתוך חוסר אונים יכולה להגיע עזרה לא צפויה, וכיצד יכולים להתממש שינויים שלא תכננתם. כיצד כל זה עשוי לקרות, אתם עשויים לגלות זאת בתוך מציאות זו של חוסר אונים.

אנו מבינים שחוסר אונים מעורר פחד, אבל אנו מבקשים להזכיר כי חוסר אונים הוא שער לשינוי, הוא שער להפתעות, והוא מחייב להיות, בהחלט. אז התמקדו בכך בחודשים הללו או בשבועות הללו. הנושא הזה בהחלט עשוי לגלוש ברלוונטיות שלו גם אל מעבר לגבולות של חודש מרץ. זה אינו נושא חדש, הוא היה רלוונטי גם בעבר והוא יהיה רלוונטי גם בעתיד. אבל ישנה חשיבות במיקוד בחוסר אונים דווקא בזמן זה, ולכן אנו מדברים על כך.

האנרגיות, אם תרצו, מקבץ האנרגיות, כמו מבקש מכם להתיישב במקום, להיות מי שאתם, לא לנסות להשפיע, לא לנסות לשנות, בהחלט לא לנסות לשלוט, אלא לחוות חוסר אונים מהו. מתוך זה אתם יכולים להתחבר ליכולת השפעה שאינכם תמיד מכירים. ואולי אתם כן מכירים, אבל באופן חלקי. אז הסכימו להיות חסרי אונים בזמן הזה, זה מה שאנו מציעים.

השני: תחושת כישלון

הדבר השני שאנו מבקשים להציע לכם עבור הזמן הזה הוא לחזור פנימה ולבדוק את תחושת הכישלון שלכם. זו תחושה שרבים מכם נושאים והיא מטען אשר מכביד על תהליך ההתפתחות שלכם.

מדוע אתם מרגישים כישלון? בעיקר משום שדברים לא קרו כפי שרציתם, לא בדרך שבה רציתם, ואולי לפעמים בגלל שהם לא קרו. אתם אינכם מספיק פתוחים לאפשרות שאולי יש דברים אחרים שכדאי שיקרו, או שכדאי שהשינוי

יקרה בדרך אחרת. מאחר ואתם אינכם פתוחים דייכם לאפשרות הזו, אתם רגילים לתרגם את מציאות זו ככישלון.

אנו מבקשים מכם בזמן הזה לחזור להרגשה הזו של הכישלון ולהביא ריפוי לכאב הזה, כדי לאפשר נקודת מבט יותר הולמת, יותר מחוברת למציאות, נגדיר זאת כך. כישלון הוא רגש מסוים, או אולי תפישה מסוימת שלכם את עצמכם, או של מה שקרה לכם, או של מה שלא קרה לכם, באופן שמנתק אתכם מהמציאות.

מדוע הדברים קרו כמו שהם קרו, או קורים כמו שהם קורים? האם יכול להיות שמה שקרה או לא קרה הוא לטובתכם? אולי זה פינה מקום למשהו אחר, טוב יותר, נכון יותר למי שאתם? אולי זה הקצב שהיה צריך להיות יותר איטי מכפי שהבנתם? האם אתם מוכנים להתחבר למציאות ולראות אותה באופן הזה? זה מה שאנו מציעים.

זה אינו פשוט משום שאתם עקשנים, ואתם מתעקשים פעמים רבות לתפוש את עצמכם ככישלון. עבור חלק מכם זה אפילו נוח לתפוש את עצמכם ככישלון. 'אם אני כישלון, אז הכל בסדר'. יש כאלו אשר תופשים את המציאות באופן הזה. 'אבל אם הדברים פועלים לטובתי בכל מקרה, אולי אני צריך לשנות גישה וציפיות, אולי אני זקוק ליותר סבלנות וגמישות'. זה עשוי להיות מאתגר עבור חלק מכם, אבל זה בדיוק מה שנדרש. לכן חזרו אל סוגיה זו של כישלון. הביאו ריפוי למקום זה והסכימו לראות מציאות באור חדש. אולי דברים קורים לטובתכם? אולי אתם טובים בדיוק כפי שאתם?

השלישי: השמים

אז בואו נדבר על אלמנט שלישי. אנו מבקשים לדבר מעט על השמים. אנו לא נוהגים לעשות זאת; פעמים רבות המסרים שלנו עוסקים דווקא בעולמות פנימיים. אבל אנו מבקשים לדבר על השמים, ואנו מדברים על שמים חיצוניים ולא פנימיים.

אנו מבקשים כי תסתכלו אל השמים מעת לעת. זה עשוי להישמע מעט מוזר, אבל אנו מציעים זאת משום שההסתכלות על השמים יכולה להזכיר לכם שיש מרחב יותר גדול להתפתחות מכפי שאתם תופשים זאת. אנו מציעים זאת משום שחלק מכם - לא כולם, אבל חלק מכם - מאוד סגורים בתוך עצמם. כשאנו אומרים סגורים בתוך עצמם אנו אומרים שאתם חיים בתוך מגבלה של אמונה מסוימת. אמונה האומרת - זה יכול לקרות וזה לא, לזה אין סיכוי ולזה יש סיכוי. אתם חיים בתוך גבול שכזה שהוא גבול תודעתי, המשפיע השפעה רבה על היום-יום שלכם. פעמים רבות אתם מתעקשים לא לראות מעבר לכך, או אולי פשוט לא זוכרים שזה אפשרי.

לכן זה מה שאנו מבקשים לעשות במסר זה - להזכיר לכם להסתכל על השמים. להסתכל על השמים כדי להיזכר שיש מרחב גדול יותר מכפי שאתם חווים.

ורואים. להסתכל על השמים כדי לקבל השראה, כדי להכניס אוויר, כדי לנשום פוטנציאל של אפשרויות שאינכם תמיד חווים וזוכרים. זה מה שאנו מציעים לכם בזמן הזה: הסתכלו על השמים. לעיתים שבו כמה דקות ופשוט תבהו בשמים כאלו ואחרים, תנשמו אותם פנימה. אפשרו לפוטנציאל של אפשרויות שאינכם חווים להיכנס פנימה מהשמים דרך הנשימה, אל הגוף, אל התודעה.

עשו זאת, תרגלו זאת בזמן הזה. זה יכול לעזור לכם להרחיב נוכחות ותודעה, לפתוח פתח לאפשרויות שאינכם חווים, שאינכם מאמינים שבכלל יכולים לקרות.

אז זה הדבר השלישי - לא הרביעי, הרביעי יגיע עוד רגע - שאנו מציעים לכם עבור הזמן הזה, עבור החודש הזה של חודש מרץ.

הרביעי: השיחה הפנימית

הדבר הרביעי קשור בטיפוח שלכם את עצמכם. במילים שאתם מדברים על עצמכם. גם זה אינו מסר חדש, הוא נאמר לכם פעם אחר פעם, ואנו מבקשים לחזור אליו בזמן הזה.

דברו אל עצמכם במילים יפות. אל תאבקו בביקורת, אבל הוסיפו מילים יפות לתוך השיחה הפנימית. מילים יפות ומעודדות ומטפחות. מילים שיש בהן אהבה ותמיכה וכבוד.

שימו לב לאופן שבו אתם מדברים אל עצמכם ורק הוסיפו מילים מסוג חדש. במיוחד לאותם התחומים שבהם השיח הפנימי שלכם הוא שיח של ביקורת והשפלה. הכניסו מילים אוהבות וחכמות ומכבדות לתוך השיח שלכם.

הסכימו לראות מה טוב בתוך מי שאתם. הסכימו להגיד לעצמכם מילים טובות. הדבר הוא חשוב משום שבזמנים אלו של פחד רב, ושל בהלה, מתוך מה שקורה בתוכם, מתוך ההצפה המתרחשת, אתם עשויים לחוות יותר מהכעס, יותר מהביקורת. אלו הם אמצעים שאתם רגילים להשתמש בהם בשביל לשלוט בעצמכם, בשביל לבטא מצוקה וחוסר אונים.

אנו מציעים לומר מילים חכמות ואוהבות וטובות בשביל להגביר את מידת שיתוף הפעולה שלכם עם עצמכם. בשביל לתת יותר מקום לאהבה דווקא בזמנים כאלו שיש בהם מהאתגר הזה - האם אני יכול לאהוב את עצמי בתוך מה שקורה?

אל תענו על השאלה הזו באופן תיאורטי, אלא תנו לה מקום ממשי בתוך עצמכם. אפשרו למילים טובות וחכמות להיאמר, אמרו אותן לעצמכם. תנו לעצמכם יד דרך המילים, בהחלט. אפילו כתבו אותן על דפים ושימו אותם מסביבכם, כך שתוכלו לראות ולהיזכר אם אתם נוטים לשכוח.

זמן לאהוב את עצמכם, בהחלט. אנו מזכירים לכם ומזמינים אתכם לעשות בדיוק את זה.

אז אלו הן ההצעות שלנו עבור הזמן הזה. ארבעה שיעורים או ארבעה היבטים שכדאי להתמקד בהם. אלו הם אינם זמנים קלים מהרבה בחינות, אבל יש בהם מן האפשרות וההזדמנות לגלות על עצמכם מי אתם, להתפעל ממי שאתם, להתרגש ממי שאתם, וגם אחד מהשני.

כאן אנו נסיים.

שמחנו,
אם כך שלום.
טוהר.