

## המפגש של הישן והחדש

התקבל בתקשור שנערך בתל אביב ב-17.4.21

אם כך, שלום.

אם כך, אנו מתחילים. מפגש נוסף, הזדמנות נוספת לעסוק במתרחש בעולם זה של בני האדם, לדבר על מה קורה כאשר עולמות נפגשים באופן בו הם נפגשים בזמן זה.

בכך אנו מבקשים להעמיק במפגש זה - במה שקורה כאשר עולמות נפגשים, כאשר הם מתמזגים ומתחברים ובמהומה שכל זה יוצר.

אנו נתחיל ונאמר שהעולם באופן קבוע נמצא בתהליך של שינוי והתפתחות, ומהותו של תהליך שכזה הוא השלה של הישן לטובת חדש. מנקודת המבט שלנו, הדברים אינם ישנים וחדשים, שכן אין זמן והתהליך הוא אינו לינארי, אך בתוך העולם הפיזי, בעודכם נמצאים בגוף, זוהי החוויה, ואנו מתייחסים אל הדברים באופן הזה.

אתם משילים את הישן, כלומר תפיסות ודעות ועמדות והתנהגויות ורצונות, כדי להיפתח אל החדש, לראייה רחבה יותר המאפשרת בחירה חופשית יותר ביחס למי אתם רוצים להיות ולאופן שבו אתם רוצים לחיות את חייכם, כך שאתם פחות מוגבלים על ידי מי שהייתם, בהחלט.

בתוך שנה זו, שאנו מגדירים או מתארים בתור שנה של השמש שבפנים, כאשר השמש יותר ויותר זורחת ואתם נמצאים במה שאנו מגדירים בתור אביב, הרי שנפתחות בפניכם יותר אפשרויות ויותר דרכי פעולה מאלו שהיו קיימות קודם לכן. ככל שהעולם יוצא מזמן של חורף לזמן של אביב ישנה חשיפה גדולה יותר ופתיחה של דרכים חדשות אשר היו נסתרות וקפואות ומכווצות ולא אפשריות ולא נגישות בזמן הקודם, שהוא חורף. בהחלט.

זה תהליך קבוע, הוא אינו חדש והוא אינו מוגבל לשנה הקודמת או לשנה זו, הוא לא יהיה מוגבל לשנה הבאה או לזו שאחריה. הוא היה והוא יהיה. כל מה שאמרנו עד כה הוא במידה רבה היה נכון ויהיה נכון תמיד. אבל לזמן זה בו אנו נפגשים ישנם מאפיינים ייחודיים, אותם אנו מבקשים לתאר מנקודת המבט שלנו.

### חוויה ומציאות של חגיגה

מה קורה בזמן הזה שבו עולמות נפגשים? זמן בו מי שהייתם נפגש עם מי שאתם יכולים להיות? זמן שבו הישן שהייתם נפגש עם החדש שאתם יכולים להיות? זה קורה בזמן הזה, אתם עוד קצת בתוך החורף, אתם עוד קצת בתוך הישן שממנו שאתם נפרדים. אמנם זה איננו מעיד על סוף של פרידה והשלה

מלאה של הישן, אבל אפשר לומר כי חלק נתח מסוים ממנו נפרד מכם ובו זמנים אתם עדיין טבולים בו. דמיינו שחלק מכף רגל אחת נמצאת בתוכו, בעוד שחלק מהרגל השנייה כבר נמצאת בחדש, כך שאתם מכילים בעצמכם בו זמנית ישן וחדש.

אתם מכילים את הפחד ואת הלא מספיק טוב ואת הלא מגיע לי שאתם מכירים, אתם מכילים את הלא בסדר ואי אפשר וזה לא הגיוני שאתם מכירים, אבל אתם גם סופגים יותר ויותר, חווים יותר ויותר, תפיסה חדשה אשר אומרת "אני טוב כפי שאני", "אני בסדר כפי שאני", תפיסה האומרת שהכול בסדר ושיש מספיק, בהחלט, יש מספיק, ושאפשר ליהנות ואפשר אפילו לחגוג.

כאשר מבקשים לתאר את ההשפעה של החדש על מי שאתם, אפשר לתאר זאת במילים הללו: אפשר לחגוג, יש על מה לחגוג. לחגוג את קיומכם ואת היותכם. חגיגה היא, לפי הגדרה זו שאנו מגדירים, הביטוי של החיים בעולם זה, בעידן החדש שלו. כאשר אתם חיים בעידן החדש אז אתם בחוויה של חגיגה.

זה לא אומר שאתם כל הזמן עליזים ושמחים, אבל החוויה של החגיגה נוכחת ומורגשת מדי פעם. כאשר אתם משוחררים מהכבלים של העבר, מתפיסות כואבות ומגבילות, מונעים מתוך ידיעה שהכול בסדר, שיש מספיק, אז אתם בחוויה של חגיגה, שיכולה להפוך להיות גם המציאות. כלומר, המציאות הפוכת להיות כזו שיש בה ביטוי של חגיגה - האופן שבו היום-יום מסתדר לכם, האופן שבו הדברים מתנהלים, כיצד אירוע מתחלף באירוע, כיצד דלת שנפתחת מביאה לדלת נוספת שנפתחת, כיצד שיתופי פעולה נוצרים. כל זה מוגדר לעתים בתור סנכרון, כל זה מוגדר לעתים בתור קסם, ואנו מבקשים לדבר על חגיגה.

זו החוויה שיש בתוך עצמכם כאשר אתם במנוחה של האפשר, במנוחה של הכול בסדר, במנוחה של יש מספיק.

### אין אפשרות לנוע

שוב, כף רגל אחת עוד טבולה בתוך הישן, חלק מרגל נוספת כבר נמצאת בתוך החדש, ואתם מכילים בעצמכם גם מזה וגם מזה, ואתם יכולים למצוא את עצמכם מתקשים ללכת. רגל אחת נמצאת בתנועות של מחול, של ריקוד, של קלילות. רגל אחת כמו תקועה בבטון, מסרבת לנוע, ואתם יכולים להתאמץ מאוד כדי לשחרר אותה, עד כדי תסכול, ואתם לא יודעים מה לעשות. איך אפשר ללכת כך? רגל אחת לא זזה, השנייה רוקדת.

בין שני הקצוות של תקיעות וריקוד אין תנועה, כך שאתם יכולים לחוות בזמן הזה, דווקא בזמן הזה, אין תנועה. בהחלט. אתם עשויים לחוות בזמן הזה בלבול, משום שאתם יכולים לחוות בו-זמנית את הכול בסדר ואני לא בסדר, אתם יכולים לחוות בו-זמנית אין מספיק ויש מספיק, אתם יכולים לחוות בו-זמנית "החיים הם טרגדיה" ו"החיים הם חגיגה". אתם עשויים לחוות את שני הקצוות באופן כל-כך בהיר וחד משמעי, שלרגעים אתם עשויים לחשוב שאולי

השתגעתם, שאולי משהו לא בסדר, משום שאתם נמצאים במצב שבו אתם אינכם יכולים לדעת על מי לסמוך, מה נכון. אם שתי תפיסות כה הפוכות נחוות בו-זמנית בבהירות, באופן חד משמעי, אז מה נכון מתוך זה? למה להאמין? על מה להסתמך? ובעיקר, איך זזים מכל זה? איך יוצרים תנועה כאשר העולמות נפגשים באופן הזה, יוצרים מעין התנגשות של תפיסות, התנגשות אנרגטית שהיא רגשית, שהיא תודעתית, כך שאתם לא יכולים לזוז?

אנו נציע ארבעה דברים שכדאי לכם להיעזר בהם בזמן הזה כדי ליצור תנועה, כאשר התנועה עדיין איננה קיימת כפי שהיא יכולה להתקיים, כאשר אתם לא מרגישים מאוחדים יותר אלא דווקא יותר מפוצלים. על פניו, אתם אמורים להיות במצב טוב יותר, ואתם אכן במצב טוב יותר גם אם נדמה לכם שהמצב רע מאוד.

### **הכלי הראשון: סבלנות**

הדבר הראשון שאתם צריכים אותו הוא סבלנות, בהחלט. יותר מכל, אתם זקוקים לסבלנות. אתם זקוקים לסבלנות כדי לאפשר לתנועה המתקיימת ברובד האנרגטי להשלים את עצמה. כלומר, כף רגל אחת עוד צריכה לצאת מהישן ולהעביר את עצמה אל החדש. זה תנועה שכזו, שאתם יכולים לדמות אותה באופן פיזי אבל היא איננה תנועה פיזית, היא תנועה רגשית, היא תנועה תודעתית.

אתם צריכים עוד להשיל מעל עצמכם כאבים ופחדים ותפיסות מגבילות, יש עוד מסה מסוימת של כל זה אשר זקוקה לריפוי ולפרידה כדי לאפשר את ההשלמה של התנועה. בשביל זה אתם צריכים סבלנות, בהחלט. זה הדבר הראשון ואנו מתנצלים בפני כל מי שהוא חסר סבלנות, אבל אין ברירה אלא לאמץ את מה שאתם לרוב משתדלים להימנע ממנו: לאמץ סבלנות בזמן הזה כדי לאפשר לעצמכם לנוע בקצב שהוא נכון לכם, ולא בקצב שבו אתם חושבים שעליכם לנוע. זה הדבר הראשון.

### **הכלי השני: הכול בסדר**

הדבר השני שיעזור לכם בתהליך זה הוא לדעת שמה שנראה לכם כמצב לא סביר, מצב לא הגיוני, כמצב המעיד על בעיה, הוא מצב תקין. גם זה יעזור לכם.

במילים אחרות, מה שאנו חוזרים ומציעים לכם בזמן זה הוא שתזכירו לעצמכם שהכול בסדר, שאתם בסדר. לא הכול באופן כללי - אנו לא מדברים על העולם, על היקום, על האלוהות ועל מה שקורה, אנו מדברים עליכם ברובד האישי. הזכירו זאת לעצמכם, שאתם בסדר כפי שאתם ושזה בסדר שאתם מתנהלים כך ושזה בסדר שאתם חווים בעוצמה את הישן והחדש גם יחד, ושבניגוד למה שאתם חושבים, אתם לא צריכים לבחור ביניהם, אתם צריכים רק להמשיך פעולה של ריפוי של הישן, של כאבים ותפיסות מגבילות, של פחדים שאתם רגילים לשאת בתוך עצמכם.

התכוננו לקלילות שאתם אינכם רגילים אליה, אשר עשויה להפתיע אתכם כאשר היא תיווצר. לעתים אתם תרגישו אותה רק לאחר זמן שיעבור מהרגע שהיא תתחיל להיווצר; אתם פתאום כמו תסתכלו לאחור ותבחנו את עצמכם ותרגישו לפתע קלילות שלא חוויתם קודם לכן. חלק מכם יזהו את זה כאשר זה יתחיל. בכל מקרה זה עשוי להיות מאוד מפתיע עבורכם, לחוות קלילות שכזו.

התכוננו אליה לא משום שיש איזושהי בעיה שכדאי להיערך אליה, אלא משום שאתם רגילים לשאת בתוך עצמכם כובד של לא בסדר, של אני לא מספיק, של אין מספיק. הכובד הזה מייצר סכסוך ומאבק ומלחמה ואתם רגילים לכובד הזה. זה הכובד הזה שהולך ומתפרק.

שוב, זה לא שאנו אומרים שאתם מתקרבים לסוף תהליך הריפוי שנדרש מכם בחיים אלו, אבל אתם מתקרבים לסופו של שלב מסוים, מכריע, בתהליך ההתפתחות שלכם. בהחלט. כאשר הכובד לא יהיה, תהיה קלילות שאינכם מכירים, ואז גם תוכלו להבין יותר בבהירות למה אנו מדברים על חגיגה. לעת עתה, דעו שאתם בסדר בדיוק כפי שאתם ושאינן שום דבר רע ושאתם לא צריכים לעשות שום דבר בזמן הזה בשביל להאיץ תהליך.

קבלו את התמיכה שאתם זקוקים לה, העמיקו את הריפוי שלכם, בהחלט. אם אתם רוצים בזה, תבחנו מחדש מה הם הדברים שאתם רוצים לטפח ולחזק בהמשך הדרך, אבל גם זה לא חובה ולא הכרח. דעו כי כאשר קלילות חדשה נוצרת, נפתחות בשדה התודעה אפשרויות שהיו סגורות קודם לכן, ולכן אינכם יכולים לראות את כל האפשרויות האפשריות ברגע הזה, בזמן הזה, במקום התודעתי בו אתם נמצאים כעת. אפשר לדמיין את העתיד אבל אל תעשו את זה באובססיביות, אל תאחזו בזה, זה לא הכרחי. אתם לא תפסידו דבר אם לא תעשו זאת, אבל לעתים, עבור חלק מכם, זה יכול לעזור, כמו ליצור עוגן של תזכורת לכך שההווה הוא זמני אל מול עתיד חדש. זה הדבר השני שאנו יכולים להציע.

### **הכלי השלישי: חיבור לאדמה**

הדבר השלישי שיכול לעזור לכם הוא חיבור אל האדמה. אנו מדברים על כך רבות וזה רלוונטי גם בזמן הזה - עמדו על האדמה, שבו עליה, שכבו עליה, שכבו בתוכה, דברו איתה, תאכלו את מה שצומח בתוכה ועליה ומה שגדל עליה וכן הלאה.

האדמה היא מרכיב משמעותי בדרך ליצור את השחרור שאתם זקוקים לו בתקופה זו. האדמה יכולה לקלוט חלק מהישן ולאפשר לכם להיפרד ממנו, והקרבה אל האדמה והחיבור אליה יכולים לסייע לתהליך זה להיות, איך לומר, יותר קל.

אנו לא יכולים לומר שזה בהכרח יעשה את התהליך יותר קצר, אבל יותר קל, בהחלט, עם פחות סבל, בהחלט, עם פחות מלחמה או מאבק, בהחלט.

חזרו אל האדמה, התחברו אליה, עשו זאת בתדירות יותר גבוהה מזו שאתם רגילים אליה. זה הדבר השלישי שאנו יכולים להציע לכם לעשות.

### **הכלי הרביעי: חבקו את עצמכם**

אנו נציע הצעה כזו, פעולה פיזית שאתם יכולים לעשות: אנו מציעים לכם לחבק את עצמכם.

אתם יודעים כיצד עושים פעולה פיזית זו, לכרוך את הידיים מסביבכם בתנועה שמדמה תנועה של חיבוק, כאילו מישהו מחבק אתכם. זה עשוי אולי להישמע מצחיק או לא ברור, אולי חסר משמעות, אבל יש לתנועה הזו חשיבות רבה בזמן הזה, משום שאתם זקוקים לחיבוק, לא רק מאנשים אחרים, אלא גם מעצמכם.

זו תנועה פיזית שעצם העשייה שלה מהווה הצהרה של אהבה עצמית, ובאותה מידה היא גם תזכורת לחשיבות של אותה אהבה שלכם לעצמכם. אנו מציעים שתעשו זאת מדי פעם. עמדו עם עצמכם לרגע או שניים וחבקו את עצמכם. אם אתם רוצים, אז הוסיפו לתנועה הפיזית הזו גם כמה מחמאות או מילות עידוד ביחס למה שאתם נמצאים ועוברים.

זכרו שאתם בסדר. זכרו שיש מספיק, בהחלט, שיש לכם מספיק מקום בעולם הזה להיות כפי שאתם רוצים ויכולים להיות. אתם לא באמת צריכים להתכווץ בו, בעולם הזה. הוא בהחלט יכול להיות פתוח עבורכם, ככל שתבחרו בכך. זו אינה בחירה שכלית בלבד, ותהליך של ריפוי הוא מה שמאפשר את המימוש של אותה הבחירה.

התרגיל או ההצעה הרביעית שאנו מציעים, של חיבוק עצמי, יכול לסייע בכך, לאשר את עצמכם שאתם יכולים להיות כפי שאתם, ומתוך זה לפרוש ידיים וכנפיים במרחב.

אלו הן ארבע ההצעות שלנו, ארבעה דברים שכדאי לזכור ולדעת בזמן זה, כך שתוכלו יותר בקלות להיות כפי שאתם רוצים ויכולים להיות.

זכרו שהתהליך מתקיים, זכרו לרפא את עצמכם כפי שאתם עושים עד כה. יש עוד מהישן שחשוב לרפא, בהחלט. תנו למצב הזה, שהוא לכל הדעות שלנו מצב ביניים, להיות. זה ישתנה, אל דאגה.

אלו הן המילים שלנו לפעם זו.

שמחנו, אם כך שלום.

טוהר.