

התהפכות של סדרי עולם

התקבל בתקשור שנערך בתל אביב ב-12.3.22

אם כך, שלום.

אם כך, אנו מתחילים. מפגש נוסף, הזדמנות נוספת לעסוק במה שמתרחש, במה שמתהפך בזמן זה, בעולם זה של בני האדם.

ישנה מהומה, התהפכות נוספת של סדרי עולם. עבור רבים מכם, כל זה קורה שנתיים לאחר היפוך מסוים שהתקיים בסדרי עולם, וכעת מתקיים היפוך נוסף, שינוי מסוים, שנוגע או משפיע על היסודות של החיים כפי שאתם רגילים לתפוס אותם.

הרבה מההרגלים שלכם, מהתפישה שאתם מכירים ביחס לעולם, אינם רלוונטיים עוד בזמן זה. אך עדיין ישנם עוד הרגלים, עוד דרכים שאתם מורגלים בהן, אשר מפסיקות להיות נכונות עקב כל מה שמתרחש. כך שאפשר לומר שהכול ביחד הוא חלק מתנועה כוללת, משותפת.

יש הבדל, אפשר לומר בהחלט, בין מגפה לבין מלחמה, אבל הכול ביחד קורה משום שסדרי עולם צריכים להשתנות.

אתם אינכם יכולים, כפי שהיה מזה זמן מה, ליהנות מכל העולמות. בני אדם צריכים לבחור כיצד הם רוצים להיות. אתם רגילים לא לקחת אחריות על ההחלטות שלכם, על הפעולות שלכם, לנסות להצליח גם כאן וגם כאן, לעשות גם את זה וגם את זה, לא להתמסר לאף אמת. כך בני אדם רבים חיים וכך העולם הזה מתנהל; ממשלות, מדינות, עמים, תרבויות, קבוצות, מערכות יחסים. הרבה מכל זה מתנהל באופן הזה - בני אדם מנסים להיות גם וגם, אבל לא במובן שחלק מכם מכירים. לא במובן אשר מאפשר לכל ההיבטים להיות, אלא באופן שבו אף אחד מההיבטים אינו מתקיים במלואו. קצת מזה וקצת מזה. גם חופש וגם כלא, גם שליטה וגם שחרור, גם פחד וגם אהבה, גם אחריות וגם חוסר אחריות.

כל זה, באופן שאתם מורגלים בו, אינו אפשרי. בחירה נוספת צריכה להיעשות, ואנו איננו מדברים על בחירה נוספת בנקודת הזמן הזו באופן ספציפי. זו אמת שנכונה לכל התקופה בה אתם נמצאים - תקופה זו של מלחמה כמו מאיזה תהליך של בחירה, מחייבת בני אדם לבחון את עצמם ולומר את האמת לפיה הם מבקשים לחיות. מי אתם רוצים להיות? איך אתם רוצים לחיות?

אפשר לומר כי עליכם לבחור צד. באיזה עולם אתם רוצים לחיות? העולם הזה של בני אדם מתחלק לשניים. באיזה עולם אתם רוצים לחיות?

האור הפך להיות כה חזק עד שהעולם מתחלק לשניים. הנוכחות של ראייה בהירה של מציאות מחייבת בחירה באופן שונה מכפי שאתם מורגלים בו, בהיקף גדול יותר מכפי שהיה עד כה. איך אתם רוצים להיות? באיזה צד של העולם אתם רוצים לחיות? האם תחת שלטונו של פחד, בעולם של אטימות, של כפייה, של שליטה או בעולמה של האהבה, תחת עדינות וגמישות ונחישות? זו מהותה של בחירתה שבני אדם נמצאים בה בזמן זה.

מלחמה זו המתרחשת מחייבת בני אדם לבחון את עצמם, מה הם הערכים שלהם, מה הן האמיתות שלהם, מהו החזון שלפיו הם רוצים לחיות. כל אדם עבור עצמו, ומדינות, כל מדינה עבור עצמה, וביחד - עבור העולם. באיזה עולם אתם רוצים לחיות? מי אתם רוצים להיות? ובאיזה אופן אתם רוצים לחיות בעולם הזה? זה מה שקורה בנקודת הזמן הזו בה אנו נפגשים.

עולם של יש מספיק

דיברנו לפני זמן מה על האפשרות של כדור הארץ החדש. הצגנו את האפשרות הזו בעזרת המילים "יש מספיק". ביטוי פשוט, על פניו, כזה אשר מקפל בתוכו עולם שיש הבוחרים להיכנס אליו ויש שלא.

עולם של יש מספיק הוא עולם שונה מזה שאתם רואים בחדשות ומזה שמתנהל במרבית העולם הפיזי בו אתם נמצאים. מה שאתם מכירים הוא עולם של אין מספיק.

בעולם של אין מספיק ישנו איום מתמשך וקבוע. בעולם של אין מספיק יש את כל מה שקיים, שאתם מכירים, בין ויכוח ועד מלחמה. בעולם של אין מספיק, במילים אחרות, ישנו מאמץ.

אם אין מספיק אהבה, אם אין מספיק חופש, אם אין מספיק אפשרויות, יש צורך להתאמץ. ויכוח הוא מאמץ. מאבק הוא מאמץ. תחרות היא מאמץ. מלחמה היא מאמץ. החיים של מרבית בני האדם מבטאים מאמץ.

אתם לרוב לא מזהים מאמץ בחיים שלכם, אבל יותר בקלות אתם תזהו מתח. מתח הוא מאמץ. הדריכות שבני אדם חיים בה היא מאמץ, הפחד שמניע אתכם הוא מאמץ. הפחד אומר שלכל דבר שמתחיל ישנו סוף, ומכאן שעליכם להתאמץ כדי להימנע מהסוף.

ישנם סופים שונים שאתם חווים. חלקם לא ניתנים לעצירה ולמימוש, חלקם כן. יש שאפשר להימנע מהם, יש שלא. אבל הפחד אומר באופן כללי שלכל דבר שמתחיל ישנו סוף, ומכאן שעליכם להתאמץ. להתאמץ לשנות את העולם, להתאמץ להשיג את מה שאתם צריכים, להתאמץ כדי להימנע מפגיעה, מאובדן, להימנע מסוף.

אם אתם בוחנים את המתרחש כעת בחדשות, אם אתם בוחנים את המתרחש כעת בחייכם, אתם יכולים לזהות את המאמץ ואת ההשלכות שלו, שבחלקן עשויות להיות מכאיבות וכואבות, בהחלט, לעתים הרסניות.

אפשר לחזור ולנשום

יש מספיק, זה אומר שאפשר לנשום. אם יש מספיק, אם יש מספיק זמן ומספיק אפשרויות, אם ישנה מספיק אהבה, אם יש את מה שאתם צריכים אותו אז אפשר לנוח, אפשר לעצור ולנשום.

אם סוף הוא נקודת מעבר, אז אתם יכולים לנשום. אם הרגשות שנלווים לסוף אינם מאיימים עליכם אז אפשר לנשום. אם אתם מוכנים להפסיד כדי לקבל את הכול אז אפשר לנשום.

אנו מבקשים במפגש זה, במסר זה, לעזור לכם לנשום. לעזור לכם, במידת מה, להרפות ממאמץ, להסכים לנוח, להיות בתוך הקיים, בתוך מה שיש.

לפגוש את החוסר

כאשר אתם מרפים ממאמץ, אתם עשויים לפגוש גם את הפחד ממה שיקרה, גם חוסר כזה או אחר. אתם עשויים לחוות צמצום ופחד מפני צמצום, מפני חוסר, מפני היעדר, מפני פרידה וסוף. כלומר, לא רק פחד ממה יקרה אלא גם חוויה המתרחשת כעת. את כל זה אתם עשויים לחוות כאשר אתם מרפים ממאמץ, ומסכימים להיות בתוך מה שיש. לכן ההרפיה הזו מאתגרת כל-כך. אחרת, אתם תעדיפו להשקיע או לעשות עוד בשביל להשיג, משום שהחוויה של החוסר היא, לעתים, בלתי נסבלת מבחינה רגשית. היא כה קשה להכלה עד שאתם מעדיפים להתאמץ ולהישאר במרוץ, גם אם אתם חסרי נשימה.

אנו מבקשים לומר שמה שנראה בלתי נסבל בהרגשה אינו אומר שזה בלתי ניתן לשינוי. כלומר, גם אם ההרגשה היא 'אני לא מסוגל' או 'אני לא מסוגלת להרפות', דעו כי זה עדיין אפשרי.

יתכן ואתם צריכים עזרה בשביל לעשות זאת, עזרה בריפוי של הכאב שיש במקום שבו ישנו חוסר, שכן חוסר הוא פשוט מקום שיש בו שפע של כאב ופחד. יתכן ואתם צריכים עזרה בריפוי של רגשות אלו, של זיכרונות שונים, כדי שיהיה לכם יותר קל להרפות אל תוך הקיים. אנו איננו מציעים לעשות את כל זה, את כל השינוי הזה, לבד. אם היכולת שלכם להרפות נתקלת בקושי שכזה, תבקשו עזרה, בהחלט, כדי למוסס את הרגשות שהעוצמה שלהם הופכת את המפגש עם עצמכם לבלתי נסבל.

ישנם כלים שונים, ישנן שיטות שונות שמאפשרות ביטוי וריפוי רגשי, ואנו מעודדים אתכם לעשות שימוש במה שמתאים ונכון לכם כדי ליצור את אותה הרפיה.

הרפיה היא מפתח

המילה הזו הרפיה עשויה להיות מתעתעת. זו עשויה להיות תנועה שנשמעת פשוטה או לא חשובה, אולי אפילו בנאלית, אבל בהרפיה ישנו מפתח למעבר למצב תודעה שאומר "יש מספיק".

מצב התודעה האומר "יש מספיק", אומר בפשטות "אני טוב כפי שאני, הכול טוב כפי שהוא והכול אפשרי עבורי". כאשר האדם יודע שהוא טוב כפי שהוא ושהקיים הוא טוב כפי שהוא אז הוא יודע שהכול אפשרי. מתוך ידיעה זו, ישנה התרווחות, ישנה התרחבות, האדם הופך להיות יותר פתוח, יותר נינוח, אפשרויות של קבלה ונתינה הופכות להיות יותר נגישות, יותר ממשיות. שינויים שונים יכולים להתרחש בחייו של האדם.

להרפות זה עניין משמעותי, יותר מכפי שאתם עשויים לצפות. לכן אנו מציעים להתייחס למילה הזו ברצינות, לראות בה כמפתח לשינוי. מאמץ שהביטויים שלו הוא האופן שבו אתם רגילים לחיות.

הרפיה היא הוויה שאתם אינכם מורגלים בה. אתם עשויים להרגיש אותה בחופשה ולא ביום-יום. בני אדם לרוב רוצים לצאת לעוד חופשה ועוד חופשה כדי לחוות עוד הרפיה, פחות מאמץ, אבל את זה אתם יכולים לחוות גם בתוך היום-יום. להישאר בפעולה, להישאר בעשייה, מבלי להתאמץ. מבלי להתאמץ להשיג, לשנות, לגרום לדברים להיות בדרך מסוימת.

להיפתח ללא ידוע

כדי לעשות זאת, כדי לאפשר זאת, אנו מציעים לכם לזכור שאתם אינכם תמיד יכולים לדעת מה הוא הדבר הנכון עבורכם. ההרגשה הפנימית שלכם, הרצון שלכם, מכוונים אתכם בדרך, אבל כדאי לכם להיות פתוחים לאפשרויות שאינכם מרגישים או מזהים במודע.

כאשר אתם פתוחים ללא ידוע, אתם באופן טבעי יותר רפויים. כאשר האדם אינו נעול על הידיעה שלו, אוחז בה מבלי להרפות, אז הוא יותר רפוי. זה מה שאנו מעודדים אתכם להיות, פתוחים לאפשרויות שאינכם רואים, פתוחים לאפשרות שיכול להיות יותר, בניגוד לפחד אשר אומר שחייב להיות פחות.

אנו מדברים על כדור הארץ חדש, בזמן שכדור הארץ בחלקו לפחות נראה ישן מתמיד. הרגלים של מלחמה מבוססים על מאמץ להשיג, והם זוכים כעת למימוש ולכותרות. בני אדם חיים כך במינון כזה או אחר, באופן כזה או אחר, את כל חייהם.

אנו מציעים את נקודת המבט האומרת "יש מספיק" עבור מי שמבקש לחיות בכדור הארץ של אהבה. אפשר להמשיך לחיות בכדור הארץ של פחד. אין

בחירה נכונה או לא נכונה, אך כדאי לבחור באופן מפוקח ובהיר וחד משמעי. האם הפחד הוא הכוח המניע או האם זו האהבה? האם זו שליטה ואטימות וכפייה, או אולי עדינות ונחישות וגמישות? מי אתם מבקשים להיות? האם אתם מבקשים להמשיך להתאמץ או האם אתם מוכנים ללמוד אחרת, ללמוד מה זה אומר להרפות? מה זה אומר כאשר אתם נחים בעודכם פועלים ולא מתאמצים בעודכם פועלים?

חלק משמעותי מבעיות בריאות הוא נובע מהמאמץ. אתם קוראים לזה מתח, אנו מגדירים זאת כמאמץ. הדבר משפיע באופן מהותי על תוחלת החיים, לא פחות מאשר על איכות החיים. אפשר לנוח בעודכם פועלים, באופן הזה אתם משתמשים בפחות מהמשאבים שלכם וכך יוצרים פחות חיכוך, לא רק במערכות יחסים, אלא במרחב כולו. הדבר משפיע על הפעילות של הגוף ועל חילוף חומרים, על האופן שבו תאים פועלים. הכול הופך להיות יותר יעיל, יותר ממוקד, וכך אתם יכולים להיות יותר בריאים. להרגיש יותר טוב, לחיות יותר טוב וכן, גם לחיות ליותר זמן.

אנו מציעים בזמן הזה, עבור מי שמבקש לבחור לעבור לכדור הארץ חדש, לשים לב למאמץ, לשים לב לפחד המניע זאת, ולחוסר שאתם מתקשים לפגוש. לשים לב, להביא מודעות וריפוי להיבטים האלה, כדי לאפשר הרפיה. זכרו שישנן אפשרויות שאתם אינכם רואים. זה יעזור לכם להרפות ממאמץ. עזרו לעצמכם להרפות ולהיות כפי שאתם בתוך המתקיים. זה עשוי בהחלט להפחית מאמץ ולפנות מקום לחגיגה.

אלו הן המילים שלנו לפעם זו.

שמחנו,
אם כך שלום.

טוהר.