

מלחמה של רצונות

התקבל בתקשור שנערך בתל אביב ב-3.11.24

אם כך, שלום.

אם כך, שלום. אם כך, אנו מתחילים. מפגש נוסף, הזדמנות נוספת לעסוק במתרחש בעולם זה של בני אדם; לעסוק בנתיב שבו אתם פוסעים ובכיוון שבו הכול נע. הפעם, לעסוק בעיקר ברצונות הסותרים של בני אדם.

זו אחת הדרכים להסביר מה גורם למלחמה – רצונות סותרים שיש לבני אדם. פעם רוצים את זה ופעם רוצים את זה, ולעיתים קרובות רוצים כמה דברים שסותרים זה את זה. ככל שהסתירה עמוקה יותר, ככל שהעקשנות חזקה יותר, כך הסתירה הופכת למלחמה, ומלחמה זו יכולה להפוך למשמעותית מאוד.

הנתיב של הרגשות

רצונות שונים יש לבני אדם, רובם אינם נמצאים במודע. חלקם ברורים יותר, חלקם פחות, וחלקם כלל לא מוכרים לכם. ככל שאתם מתחברים לעצמכם ולומדים להכיר את עצמכם, כך אתם יכולים לגלות יותר בקלות את הרצונות השונים המתקיימים בכם.

דרך התנועה הרגשית, יכולים אתם לזהות מה אתם רוצים ברגעים כאלה ואחרים. כאשר האדם מרגיש יותר ויותר, ככל שהוא נע יותר במסירות עם התנועה של הרגשות, כך יכול הוא לזהות את הרצונות.

דמיינו שהרגשות הן הנתיב, והרצונות הם הצמתים שבהם אתם מגיעים בדרך. מה אתם רוצים עכשיו? באיזה כיוון לנוע? מהי הבחירה החדשה, הנכונה לאותו הרגע, לאותו צומת?

ככל שאתם יותר מחוברים, אתם יכולים לזהות יותר רצונות, ויכולים גם לזהות יותר בקלות מצבים בהם ישנה סתירה בין רצונות, מצבים בהם אתם רוצים לפנות בו זמנית לכיוונים מנוגדים. מצבים שאתם עשויים להגדיר אותם כתקיעות או כחוסר שינוי, אלה בדיוק המצבים שבהם הרצונות שלכם סותרים זה את זה.

כאשר מצב אינו משתנה, כאשר שינוי אינו קורה, כדאי לחזור ולבחון מהם הרצונות הסותרים שלכם. מה אתם בעצם רוצים? כאשר אתם בוחנים את עצמכם, חשוב לבחון את עצמכם בכנות. ככל שאתם יכולים, אמרו לעצמכם את מלוא האמת.

לבטא את כל הרצונות

הרצונות יכולים לפעמים להיות מוסתרים, בעיקר משום שלמדתם להסתיר את מה שאתם רוצים. למדתם שכדי להסתדר, עדיף במצבים מסוימים, במערכות יחסים מסוימות, לא להגיד בדיוק מה אתם רוצים. ככל שההרגל הזה מתקבע, כך הרצונות הופכים ליותר ויותר

סמויים, כך אתם הופכים להיות פחות ופחות מחוברים לעצמכם, יותר ויותר נסחפים עם המציאות, מושפעים מהמציאות, ומוצאים את עצמכם במצבים של חוסר שינוי ותקיעות.

לפיכך, אחד הדברים החשובים - אנו אומרים זאת באופן כללי, ואנו אומרים זאת במיוחד עבור הזמן הזה - הוא לזהות מה אתם רוצים. לזהות זאת באופן כללי, במצבים שונים, בהקשרים שונים, ובמיוחד לזהות זאת באותם המצבים שאתם עשויים לתאר כחוסר שינוי או תקיעות.

כאשר מצב מסוים אינו משתנה, כדאי לחזור ולבחון מהם הרצונות הסותרים. כלומר, לפרוס בפני עצמכם את מלוא התמונה, להראות לעצמכם את מלוא ההיבטים שמשפיעים על מי שאתם. עשו זאת כאמור בכנות, והרשו לעצמכם להתלבט.

הרשו לעצמכם לעשות זאת יותר מכפי שאתם רגילים - הרשו לעצמכם לומר את האמת. הרשו לעצמכם לומר מה אתם רוצים, מה אתם רוצים כעת, מה אתם רוצים באמת. אין זה משנה אם הרצונות אפשריים או לא, הגיוניים או לא, מתאימים או לא. מה שאנו מציעים הוא שתאמרו לעצמכם מה אתם רוצים, גם אם זה סותר רצון אחר שמתקיים באותה עת.

למעשה, במיוחד אם הרצונות סותרים, כדאי לומר אותם בקול רם, כדי שבאופן הזה תוכלו לזהות מי אתם ומה משפיע עליכם. באופן הזה תוכלו יותר בהמשך גם לקבל החלטות נכונות יותר ולהמשיך לנוע, לצאת מצומת שבו אתם עשויים להימצא זמן רב מאוד.

הנתיב של הרגשות

אנחנו נפגשים בזמן שבו רצונות סותרים באופן כה משמעותי, עד שאתם חיים במלחמה שאינה פוסקת. במלחמה הזו יש עליות ומורדות, זמנים של שפל יחסי, וזמנים של גאות יחסית, אך כל העת מתקיימת מלחמה.

במפגש קודם דיברנו על מלחמה של רעיונות. כעת אנו מתארים את אותה המלחמה בדיוק כמלחמה של רצונות. הדברים קשורים זה בזה, משום שאם אתם מתנהלים מתוך תפיסה שאומרת שאין מספיק, אז הרצונות שלכם תמיד יהיו סותרים במידה כזו או אחרת. אבל אם יש מספיק, אם יש מקום, אם יש לכם זכות, אז אתם יכולים להרפות. אז אתם יכולים לזהות יותר בקלות מהו הרצון שאתם רוצים לממש, מהו הרצון שאתם נותנים לו את המושכות להניע אתכם בדרככם. באופן הזה תוכלו להוציא את עצמכם מהסתירה, להוציא את עצמכם מהצומת שבו אתם עשויים לעמוד זמן רב.

שלום או ביטחון?

זהו זמן של מלחמה, כי בני אדם שאומרים שאין מספיק, שבויים בתוך רצונות סותרים. אתם מכירים זאת היטב מהשיח במדינה שבה אתם חיים או אליה אתם קשורים - רוצים שלום וביטחון.

אתם רגילים ששני הרצונות הללו סותרים זה את זה. אלה אשר מתאכזבים מהניסיון ליצור שלום אומרים שאין אפשרות שיהיה שלום, כי כשיש שלום אין ביטחון. אלה שרוצים ביטחון, מתאכזבים מהדרך שבה צריך, על פניו, להשיג ביטחון, משום שהדרך הזו רצופה

במלחמות, והן מרחיקות את השלום. שני רצונות שיש לבני אדם, אשר במידה כזו או אחרת סותרים זה את זה.

הסתירה בין הרצונות הללו מתקיימת במישור הקולקטיבי שלכם כעם, כמדינה. היא מתקיימת בכך באופן אינדיבידואלי. אתם עשויים לעיתים לזהות את הסתירה שיוצרים אותם הרצונות בתוכם, ואת האופן שבו הסתירה הזו משפיעה עליכם.

פעמים רבות, בשביל להשיג לעצמכם תחושה של ביטחון, אתם יוצאים לקרב. מתחילים לחפש מה לא בסדר, מנסים לשנות את זה, ולפעמים להשמיד את זה – להשמיד תכונות אופי, התנהגויות, תגובות כאלה ואחרות, רגשות, תשוקות, מחשבות ורצונות. פעמים רבות זה מה שאתם עושים, ובדרך, אתם יוצרים מצוקה כה גדולה עד שאתם מחפשים מפלט. במילים אחרות, מחפשים ליצור שלום. אז אתם מנסים לאהוב את עצמכם יותר, לקבל את עצמכם יותר, להרגיש יותר שקט בתוכם, להרגיש יותר קבלה עצמית או אהבה עצמית – במילים אחרות, לחיות בשלום.

האתגר של החופש

ככל שאתם נעים בדרך שבה אתם יוצרים שלום עם עצמכם, אתם מוצאים את עצמכם לעיתים מתנדנדים בין שני הרצונות הללו, משום שהאפשרות לחיות בשלום עם עצמכם מאיימת עליכם מאוד. האיום נוצר או מתעצם כאשר אתם מזהים שבשביל ליצור שלום, אתם צריכים לתת לעצמכם חופש, והחופש נתפס כמשהו שעלול לשלול את תחושת הביטחון או לפחות להקטין אותה. אתם מזהים את זה לעיתים אינטואיטיבית ולעיתים באופן יותר מודע.

זה העניין עם הרצונות הללו - השלום מחייב לתת חופש, והביטחון מחייב לשלול חופש. מכאן המלחמה, מכאן הסתירה, ומכאן נובע הקונפליקט, שהוא, מנקודת המבט שלנו, אחד הגדולים שבני אדם מתמודדים איתם בחייהם האישיים, ובמיוחד כאשר הם נעים במסע של התעוררות.

כאשר אתם מבקשים לתת לעצמכם חופש, אתם מתמודדים בבת אחת עם פחד שאומר שהחופש ייקח את הביטחון. הפחד הזה מביא איתו אינספור זיכרונות. אם תסתכלו על הדברים ברובד האנרגטי, תוכלו לראות שעם הבחירה בחופש, מגיע בבת אחת שיטפון של זיכרונות מאינספור מצבים ותקופות חיים, שלכולם יש מכנה משותף אחד: החופש שאתם רוצים לתת לעצמכם כדי לחיות בשלום בתוכם, יאפשר תנועה וביטוי של חלקים בכך שעלולים לפגוע בתחושת הביטחון, לשים אתכם בסכנה, ולרוב להביא אתכם עד לכדי מוות.

התעוררות של הפחד

הפחד הזה מתעורר, והוא יעשה כל שביכולתו כדי להניא אתכם מהבחירה בחופש. הוא יעשה כל שביכולתו כדי להרחיק אתכם. כך אתם עשויים למצוא את עצמכם מתנדנדים בין מצבים פנימיים של שקט, של מנוחה, של קבלה עצמית, לבין מצבים של ביקורת, של אשמה, של בושה, של כעס על עצמכם, של ענישה עצמית כזו או אחרת.

לעיתים זה קורה לכם מבלי שאתם מבינים מדוע. זה לעיתים קורה כמו מתוך עצמו, גם כאשר הכוונה המודעת היא ליצור שלום. זה קורה כאשר הפחד מתעורר. פעמים רבות

אתם לא מרגישים את הפחד, אבל אתם מושפעים מהיצירות שלו – מהביקורת, מהכעס, מהאשמה, מהבושה, ומהענשה העצמית. אתם מושפעים ממנו.

הפחד הזה מתעורר, כפי שאמרנו, כאשר אתם מבקשים על ידי עצמכם לתת לעצמכם חופש גדול יותר ממה שהיה לכם עד כה.

לחופש הזה יש פנים שונות. הוא עשוי להופיע כחופש להרגיש משהו מסוים או לרצות משהו מסוים, כחופש להשתוקק או לחלום, ובעיקר כחופש להגשים, לממש, לבטא, להיות יותר ביומיום שלכם כפי שאתם יכולים להיות. החופש תמיד מביא אתכם להיות יותר, ולהיות יותר זו סכנה מנקודת המבט של הפחד בתוכם. מנקודת המבט של הפחד, החופש הפנימי הוא מקור של סכנה, ולכן אתם מוצאים את עצמכם מתנדנדים בין שתי נקודות מבט אלו, פעם כאן ופעם כאן.

מה אתם רוצים? מי אתם רוצים להיות? מהי הבחירה? ככל שהבחירה היא בשלום, ככל שאתם מסכימים לשחרר את עצמכם לחופשי, כך כדאי להעמיק את המפגש ואת הריפוי של אותו הפחד על שלל יצירותיו.

השקר של הפחד

כל זה איננו חדש לכם, בדרך שלכם. למרות זאת, אנו מוסרים את הדברים בזמן הזה, משום שכל זה יכול להתעצם. הפחד יכול להתעצם משום שהחופש שאתם יכולים לתת לעצמכם יכול לגדול.

אתם יכולים, ואף מתבקשים על ידי עצמכם, להיות יותר ממה שאתם. לבטא יותר, לממש יותר, את מי שאתם ואת מי שאתם רוצים להיות. בו בעת, הפחד מתעורר. הוא מזהיר, הוא בולט לפתע, והוא משתמש בכלים השונים שלו. הוא עושה זאת תמיד, אבל בזמן הזה הוא עשוי לעשות זאת באופן מוגבר.

שימו לב, שהפחד תמיד יציע לכם את אותה העצה. הפחד תמיד יציע להצטמצם, להסתתר, להיזהר, לא להראות ולא להיראות. הוא יאמר שמסוכן שם בחוץ, כדי שתסתירו את מה שנמצא בפנים.

אנו מציעים שתקשיבו לפחד, ותשימו לב במצבים השונים שבהם הוא מתבטא. שימו לב לכך, ותזכרו שישנו שקר מהותי בסיפור שהפחד מספר לכם.

החופש הוא זכות מולדת

לא משנה כמה מסוכן או לא מסוכן שם בחוץ, אין סיבה שתשללו מעצמכם חופש פנימי. זו זכותכם, מעצם היותכם, להיות חופשיים. זו זכותכם המולדת, נקרא לזה כך – חופש להרגיש, חופש ליהנות, חופש לרצות, חופש לבטא ולהגשים, חופש להשתנות. זו הזכות שלכם, ואין סיבה לוותר עליה.

באיזה אופן תבטאו את הדברים ותחשפו אותם בעולם וביומיום? אתם יכולים לבחור. אתם לא תמיד צריכים להציג את כל התמונה לכל אחד, אבל גם אם אתם בוחרים בקפידה את מה שתחשפו בעולם, עדיין תנו לעצמכם את החופש הגדול ביותר שאתם יכולים לתת – חופש להרגיש, חופש לרצות, חופש להשתוקק או לחלום.

זה בניגוד לפחד שאומר שמסוכן שם בחוץ, ולכן כדאי להסתיר את מה שיש בפנים, לדכא את מה שיש בפנים, להשמיד את מה שיש בפנים. זו תמיד העצה של הפחד, וזה תמיד השקר שלו. לפעמים אתם לא מבינים איך אפשר לא לפחד. אנו מציעים שבמקום לנסות לא לפחד, תזהו את השקר של הפחד ותפעלו הפוך ממנו. אם הפחד אומר להשמיד את מה שיש בפנים כי מסוכן שם בחוץ, תנו לעצמכם יותר חופש. מתוך זה תוכלו לבחור יותר בחוכמה – מה אתם מבטאים, איך אתם מממשים את עצמכם, מי אתם ביומיום שלכם.

הפחד הזה שאנו מתארים אינו חדש. המנגנון אינו חדש, ההשפעה אינה חדשה. כל זה יכול להתעצם ולהתבהר ולהיחשף עוד יותר בזמן הזה. שימו לב לכך – זהו הפחד. תנו לעצמכם יותר חופש. באופן הזה, אם הכול ולמרות הכול, אתם יכולים ליצור לעצמכם יותר שלום. להיפרד עוד ועוד מהמלחמה שאתם רגילים לחיות בה, ולחיות אחרת מכפי שאתם מכירים.

אלה הדברים שלנו לפעם זו.

שמחנו,
אם כך שלום.

טוהר.