

ההדרכה החודשית: ארבעת השיעורים של טוהר

יוני 2025

אם כך, שלום.

אם כך, אנו מתחילים. מפגש נוסף בדרך זו כדי לעסוק בחודש זה של שנת הבחירה, חודש יוני, החודש השישי. חודש שבו מהלכים שונים יוצאים לדרך, כמו תנועה אשר הולכת ומתגלגלת. מהלכים שונים ודרכים שונות, חלקן מובילות לפריחה, חלקן מובילות לאובדן.

החודש הזה הוא חודש של תנועה, והבחירה שלכם, בני אדם, היא זו הקובעת באיזה נתיב הדברים מתגלגלים. מי אתם בוחרים להיות עבור עצמכם בזמן זה? האם אתם מסכימים להעמיק את החברות שלכם עם עצמכם? האם אתם ממשיכים לאחוז בניכור, בהפניית העורף והגב שלכם לעצמכם? האם אתם נאחזים בביקורת? האם אתם מסכימים לתת קצת יותר מקום לאפשרות שאתם בסדר כפי שאתם?

שתי אפשרויות שיש לבחור ביניהן, והאמת הזו יכולה להביא להתנגשות של ממש בתוכם, שכן אתם עשויים לחוות דווקא את ההתגברות של הדבר שאתם מבקשים לא לממש.

אתם עשויים לחוות את ההתגברות של הפניית העורף והגב, את ההתגברות של הביקורת. זה עשוי להבהיל אתכם, במיוחד כאשר אתם שומעים את מה שאנו מוסרים, שדברים יכולים להביא לפריחה והם יכולים להביא לאובדן. כאשר אתם שומעים את זה, אתם עשויים לרצות לצמצם כמה שיותר את מה שיכול להביא לפגיעה, אבל דווקא בחודש זה הדבר עשוי להתגבר עוד יותר.

אם זה מה שקורה, אינכם צריכים להרגיש לא בסדר עם הדברים, אינכם צריכים לתפוס את המציאות כשגויה. אנו נסביר מדוע זה כך. בינתיים נאמר שהבחירה לא תתממש באופן ישיר ומיידי במציאות. כלומר, אתם עשויים לבחור לתת יותר מקום לתפיסה שאומרת שהכל בסדר, אבל לא לחוות את זה, לא לזהות את זה בתוכם. לפעמים גם במציאות שלכם יהיו התנגשויות כאלה ואחרות.

זה עשוי לקרות באופן הזה ועשוי שלא. אתם עשויים לחוות פריחה בזמן הזה, התחלות חדשות. אתם עשויים לחוות שמחה, מידה כזו או אחרת של התרגשות. אתם עשויים לחוות את עצמכם באופן שאתם אינכם רגילים לחוות, באופן שיש בו יותר מלאות, שיש בו יותר חיוביות, שיש בו יותר ממה שיכול להיות עבורכם. חלקכם עשויים לחוות את ההתחזקות של שמחת החיים, ואת התנועה של החיים המניעה לרעיונות חדשים, ליצירה חדשה, לפעולה חדשה.

חלקכם, למרות הבחירה, עשויים לחוות התנגשות גדולה יותר, מלחמה עמוקה יותר. יותר ביקורת, יותר הפניית גב, כמו מאבדים אתם קשרים וקרבה ואינטימיות שבניתם ויצרתם ביניכם לבין עצמכם. אתם עשויים לחוות מהומה יותר מאשר חברות, קרבה או הסכמה.

אם זה קורה, אנו מזכירים לכם לאפשר מקום לכל זה להיות, ולגלות כיצד אתם מקבלים תמיכה בתוך זמן זה של מלחמה פנימית.

אתם זקוקים לתמיכה בתוך ההתנגשות שאתם עשויים לחוות, כדי לאפשר להתנגשות להסתיים יותר מהר, ולעצמכם להיפתח יותר בקלות. זכרו את מה שאנו מוסרים, אתם זקוקים לתמיכה. אל תתבודדו, אל תישארו לבד בתוך המלחמה, משום שאז אתם עשויים להעמיק אותה, להאריך אותה ולהגדיל את הסבל שלכם. זאת, במיוחד אם אתם מתבלבלים לחשוב שזה אומר עליכם משהו שלילי, כאילו אתם נסוגים לאחור.

שוב, אנו מציעים לכם לזכור שאין כאן נסיגה ואין כאן בעיה. אתם אינכם באמת לא בסדר כפי שאתם. עליכם למצות פעם נוספת, ברובד חדש, את המלחמה שאתם מכירים. עליכם למצות פעם נוספת, ברובד חדש, את הביקורת שאתם מכירים. לחוות מחדש, למצות, לנקז מעצמכם דינמיקה שאתם מכירים עד שתגיעו לסוג של עייפות.

העייפות היא השער לתפיסה חדשה. כאשר אין לכם כוח עוד להיות צודקים להוכיח את עצמכם, לגעור בעצמכם, לנסות לשנות את עצמכם, להילחם בעצמכם, כאשר אין לכם עוד כוח, אז מה שאתם יכולים לעשות יותר בקלות זה להרים ידיים. אתם עייפים והעייפות מאפשרת שינוי חדש.

אם אתם בתוך מלחמה, תילחמו עד שתתעייפו. אם אתם בביקורת, תבקרו עד שתתעייפו. כאמור, אל תישארו בזה לבד, זה יקצר את התהליך. דעו שישנה העייפות אשר תגיע, שהיא זו שאתם צריכים כדי להיפתח מחדש. להיפתח לאפשרות שאתם בסדר, להיפתח לאפשרות שיכול להיות אחרת, להיפתח לאפשרות שאתם בסדר כפי שאתם. אפשרות שאפשר לממש אותה בפשטות.

אם אתם בסדר כפי שאתם, אז אתם יכולים לשאול את עצמכם מחדש, "מה באמת אני צריכ/ה? מה באמת נכון לי? מה כדאי שיהיה לי?". אם האדם בסדר אז אפשר לשאול שאלות, אפשר לבחור בחירות מחדש.

גם אם מדובר בתחומים שבהם לכאורה אתם כבר יודעים מה אתם צריכים, תשאלו מחדש, תבדקו מחדש, תזהו את עצמכם מחדש.

זה חשוב לשאול שאלות מחדש, משום שאתם אינכם כפי שהייתם. משום שכן, השתנתם. הדפוסים אולי ממשיכים להתקיים, והביקורת ממשיכה להתקיים, ואתם ממשיכים להאמין שאתם יודעים מה אתם צריכים, אבל אתם השתנתם, זאת האמת.

אתם אינכם אותו דבר, וזאת האמת. אם אינכם אותו דבר, אז מה אתם צריכים היום? מה נכון לכם היום? אלה השאלות שכדאי לשאול. אל תסתפקו במה שאתם יודעים. הסכימו לגלות מחדש מה אתם צריכים, מה אתם רוצים, מהי האמת שלכם. מתוך זה יכולה להיווצר תנועה חדשה. מתוך זה אתם יכולים להביא את עצמכם לכדי פריחה. מתוך זה אתם יכולים למצוא את עצמכם בנתיב חדש. נתיב של יצירה, נתיב של הגשמה. נתיב של התפתחות, שלעיתים יכול להיות מפתיע.

חודש זה, כאמור, הוא חודש של תנועה. הוא גם חודש שמביא איתו מידה של התנגשות. הוא מביא איתו הזדמנות ליצור הקשבה חדשה, ומתוך זה להעמיק חברות ושיתוף פעולה. אתם ניצבים בחודש זה בפני בחירה.

כן, זה תמיד נכון שישנה הזדמנות לבחור. כן, זה נכון ששנה זו מביאה איתה את העניין של בחירה באופן מודגש ומובהק. כן, זה נכון שאתם יכולים לחיות אחרת. כן, זה נכון שעליכם לקחת אחריות. כן, זה בסדר שאתם אינכם יודעים בדיוק מה מתאים ומה נכון. כן, זה בסדר אם אתם מרגישים שאתם צריכים שמישהו יבחר בשבילכם, שמישהו יגיד לכם. כן, זה בסדר שאין מי שיעשה זאת עבורכם, ובו זמנית אנו אומרים שזה בסדר שאתם מרגישים שאתם צריכים את זה.

כאמור, איננו מציעים לכם להתמודד לבד או להסתדר לבד. אנו מציעים לכם לחזור להיפתח, לקבל עזרה, להתייעץ אם צריך, כדי שתדעו שאתם מקבלים החלטות נכונות, אבל גם כדי שתוכלו להרפות.

חלקכם תרגישו צורך לפרוק מעליכם מתח גדול ואחריות. חלקכם תרגישו שאתם פשוט צריכים לנוח לזמן מה, בלי לדאוג ובלי לעסוק במחויבות. אם אתם מרגישים את זה בחודש הזה אז תנו לעצמכם ככל שאתם יכולים את האפשרות להרגיש כך ולפעול בהתאם. כלומר להרפות, להניח בצד. כן, הרשו לעצמכם לנוח. כן, הרשו לעצמכם לקבל תמיכה ואף יותר מכך. הרשו לעצמכם להרפות מהמושכות.

זה אינו קל, מה שאנו מציעים, משום שזה עשוי יהיה להעמיד אתכם אל מול האמונה אשר אומרת שאתם יכולים לסמוך רק על עצמכם, שאיש לא ידאג לכם, שאי אפשר לסמוך על אחרים. זה עשוי להעמיד אתכם למבחן, ואנו מציעים לכם לעמוד בו.

אנו מציעים לכם להיפתח. אנו מציעים לכם לגלות שאתם יכולים להרפות, שיש מי שאוהב אתכם, בין אם זה בני אדם ובין אם זה הרוח עצמה. אתם אינכם צריכים להישאר לבד. אתם אינכם חייבים להתמודד לבד. אתם יכולים לחיות אחרת, גם בזמן זה, שיש בו מהומה כה גדולה, עד שנדמה שאי אפשר לסמוך על אף אחד. גם בזמן זה, במיוחד בזמן זה, אתם יכולים להיפתח. אתם יכולים לתת יותר אמונה מכפי שאתם רגילים לתת.

חודש זה מביא איתו התעצמות של תהליכים אנרגטיים, אשר משפיעים באופנים שתיארנו עד כה, והם משפיעים גם באופנים אחרים. תדאגו לגוף שלכם בחודש זה יותר מכפי שאתם רגילים. תדאגו לנפש שלכם יותר מכפי שאתם רגילים. אל תיבהלו מתנועות ותנודות, משינויים לא צפויים.

עולם זה תופס מחדש את מקומו בתרבות הכוללת. קשרים נשזרים מחדש בין התרבות האנושית לבין תרבויות אחרות. חלקכם חווים זאת באופן אינדיבידואלי. כאבי ראש לא מוסברים, פעילות יתר בעין השלישית. אתם עשויים להרגיש צורך עמוק יותר להתחבר לאדמה, ולעיתים להרגיש בו זמנית נתק יותר גדול ממנה.

החיבורים נשזרים ואתם נפתחים יותר ויותר. הפתיחה יכולה לבוא לידי ביטוי באופנים שונים, לא בהכרח בקשר ישיר עם תרבות כזו או אחרת מכובד כזה או אחר. אתם נפתחים כך או אחרת.

תדאגו לעצמכם בחודש הזה. תתמכו בעצמכם בחודש הזה. דעו שחיבורים אלה נוצרים כדי שתיזכרו יותר בקלות בעצמכם, ביכולות שלכם, במקום שלכם, במעמד שלכם; שתיזכרו יותר בקלות בעובדה שאתם ראויים לטוב ביותר, ותחיו בהתאם.

מתוך כל זה אנו מציעים ארבעה שיעורים להתמקד בהם בחודש זה.

השיעור הראשון: לדאוג לגוף

השיעור הראשון כאמור הוא לדאוג לגוף. גם אם הגוף אינו מתפקד כרגיל, גם אם אתם ישנים פחות או יותר, אוכלים פחות או יותר – תדאגו לגוף. זה שיעור חשוב מאין כמוהו, ובמיוחד בחודש זה, בו תהליכים אנרגטיים מתעצמים עוד יותר. תדאגו לעצמכם. היו עדינים עם עצמכם. אולי זה לא הזמן לדיאטה. אולי זה לא הזמן להטמיע הרגלים חדשים. אבל זה כן הזמן להקשבה עמוקה יותר, לעדינות גדולה יותר, לחיבור יותר גדול ביניכם לבין גופכם. זה השיעור הראשון.

השיעור השני: לרפא חוסר אמון

השיעור השני הוא להביא מודעות וריפוי לחוסר האמון שיש בכם. חוסר אמון באהבה, חוסר אמון בבני אדם. להביא מודעות וריפוי בכל דרך שבה אתם מוצאים לנכון. תשימו לב לחוסר האמון – כיצד הוא מניע אתכם, כיצד הוא משפיע על ההחלטות, על התגובות, כיצד הוא מזין את הפחדים, את המאמץ להשיג, את הניסיון להסתדר לבד, וכיצד כל אלה מגדילים מצוקה. תביאו מודעות וריפוי לחוסר האמון שלכם כדי לחיות אחרת.

השיעור השלישי: לעבוד עם מים

השיעור השלישי קשור במים. אנו מחזירים אתכם לעסוק במים, להתחבר למים, לתת להם לשטוף אתכם, לנחם אתכם, להרגיע אתכם. הם יכולים להיות חשובים עד מאוד אם אתם מרגישים עומס אנרגטי. אם אתם זקוקים לתמיכה, אם אתם מרגישים שהכול קורס ואין לכם מושג איך להניע את הכול – אז חזרו למים. שבו בתוכם. תשחו בתוכם. תנו למים להחזיק אתכם ככל שאתם יכולים, והם יביאו לכם מידה ממה שאתם צריכים.

השיעור הרביעי: לעבוד עם אור

השיעור הרביעי שאנו מציעים לכם לתרגל הוא עבודה עם אור. אנחנו מציעים שתשתמשו במדיטציה כדי להתחבר לאור אשר יכול לסייע לכם בתהליך שאתם עוברים. אתם לא צריכים לדעת בדיוק איזה אור, אלא רק לבקש את האור שיכול לסייע לכם בתהליך שאתם עוברים. היכנסו למדיטציה, התחברו לאור, בקשו את האור המתאים לכם, ואפשרו לאור הזה לעשות את שלו.

מה שאנו מציעים כעת זה למעשה להצטרף באופן מודע ואקטיבי להתעצמות של התהליכים האנרגטיים. זה לפעמים יכול להרגיש לכם הרבה מאוד, אז אל תעמיסו על עצמכם יתר על המידה. לעיתים אולי תספיק מדיטציה אחת. לעיתים אפילו רק לחשוב על זה יספיק. לעיתים תרצו לעשות אותה כל יום. אין כאן המלצה גורפת – כל אחד כדאי שיקשיב לעצמו, למינון שמתאים לו. אם אתם רוצים, הביאו את האור הזה באופן מודע, כדי להעמיק את התהליך שבו אתם נמצאים.

אלו הן המילים שלנו לפעם זאת.

שמחנו,
אם כך, שלום.

טוהר.