

נתיב של אור

התקבל בתקשור שנערך בתל אביב ב-20.9.25

אם כך, שלום.

אם כך, אנו מתחילים. מפגש נוסף, הזדמנות נוספת לעסוק במתרחש בעולם זה של בני אדם; לעסוק באופן שבו הכול נקרע, ומדוע יש צורך לעבור דרך הקרע, לחוות אותו מחדש.

נתחיל ונאמר שהאופן שבו עולם זה התנהל בהרבה מאוד מובנים אינו אפשרי עוד. במשך זמן רב הייתה מראית עין של שיתוף פעולה, אשר הסתירה מחלוקות וקרעים. מראית העין אינה יכולה להימשך עוד. מה שהסתתר חייב להיות גלוי. גם כאשר מה שהסתתר קרוע, גם אם הוא שבור, גם אם הגילוי יוצר שבר נוסף, מה שהסתתר חייב להיות גלוי.

חשיפה הופכת את הכול לחד-משמעי, ברור יותר. החוויה שלכם את המציאות הופכת להיות בהתאם יותר חדה ויותר ברורה. הקרע הופך להיות חד-משמעי, ויש כאן עניין כפול. מצד אחד, זה אותו הקרע, אבל החוויה שונה. מצד שני, השינוי של החוויה מעמיק את הקרע.

אובדן קשר עם המציאות

אלו הם פני הדברים, וזו הדינמיקה שמתרחשת כעת. היא מתרחשת במקומות שונים בעולם. היא יוצרת מצבים שונים, היא יוצרת מצבים מגוונים. לעיתים התוצאה היא מלחמות, במקרים יותר מועטים התוצאה דווקא שהיא שיתוף פעולה. לעיתים, דווקא מתוך הקרע, יש בני אדם שמתעוררים ואינם מוכנים עוד. אבל מרבית בני אדם מאמינים לחוויה שלהם, והחוויה הופכת להיות מוחלטת.

כאשר בני אדם מאמינים לחוויה מוחלטת, הם מאבדים קשר במידה מסוימת עם המציאות, כלומר עם היבטים נוספים של המציאות. התוצאה היא אמונה יוקדת אשר מביאה פעמים רבות למלחמה יוקדת לא פחות.

החוויה מוחלטת - בני אדם מאמינים שהם רואים נכון, שהם צודקים, שמה שהם מרגישים ומה שהם חושבים הוא האמת. המוחלטות יוצרת הסתגרות, ההסתגרות מעמיקה את הקרע, וזה מה שקורה.

איננו מציעים לכם בזמן הזה לצפות לשינוי. אנו לא מציעים לכם לוותר על רצון בשינוי, אבל אנו לא מציעים לצפות לו. הקרע הזה אינו יכול להתאחות. בני אדם יוצרים קרע בעודם מאמינים שהם מחוברים, כאשר מבחינתם הם יודעים שהם מחוברים. כאשר החוויה מוחלטת, כאשר הידיעה או הפרשנות מוחלטת, אתם נמצאים יותר ויותר בתוך מציאות שבה אין לכם עם מי לדבר. זה יוצר יותר ויותר מצבים של חוסר אמון, יותר ויותר מצבים של ייאוש, יותר ויותר מצבים של דיכאון, לעיתים יותר ויותר מצבים של מלחמתיות.

מלחמה, כל מלחמה, אינה מביאה לשינוי. גם אם אלו אשר נלחמים מחזיקים במה שאפילו אנו יכולים להגדיר בתור אמת יותר רחבה, יותר הוליסטית, יותר נכונה, גם הם אינם יכולים ליצור שינוי.

מגמה של הקצנה

ישנו קרע אשר תמיד היה, והוא גלוי וחשוף בעת הזו. אתם אינכם נמצאים במגמה שבה ישנו גשר ההולך ונבנה. המגמה לעת עתה היא מגמה של הקצנה. לכן אנו אומרים, לכן אנו מציעים, שלא תצפו שייבנה כעת גשר, שיהיה כעת שינוי.

שינוי יוכל לקרות, אבל זה יקרה עוד בהמשך, בעתיד יותר רחוק. צריך שבני אדם יתעייפו מהמוחלטות של עצמם. התחושה שאומרת אני צודק/ת נותנת כוח. היא מעוררת אדרנלין, מרחיקה את העייפות. בני אדם צריכים להתעייף כדי להיפתח לאפשרות אחרת, כדי להסכים להקשיב מחדש. זוהי עת של קרע, זוהי איננה עת של הקשבה.

למרות שאלו הם פני הדברים, אנו מציעים לכם ככל האפשר לשמור על מרווח של ביטחון. במילים אחרות, תקדישו תשומת לב ואנרגיה כדי להעמיק את שיתוף הפעולה ביניכם לבין עצמכם. דרך ההתפתחות האישית שלכם יכולים אתם ליצור בידול הולך וגדל ביחס למגמה שעולם זה נמצא בה. גם אם מרבית בני אדם מעמיקים קרע, אתם יכולים להעמיק את החיבור. אתם אומנם מושפעים מהמתרחב, אבל אינכם חסרי אונים או חסרי השפעה כפי שאתם עשויים להרגיש. בהחלט לא.

יכולים אתם להשפיע יותר מכפי שאתם תופסים זאת, יותר מכפי שאתם מבינים. אתם לא תשפיעו כל כך על מה שמתרחש בחדשות, אבל אתם יכולים להשפיע על האופן שבו אתם מבינים את מה שקורה או נאמר בחדשות, על האופן שבו אתם מיישמים בחייכם את האמת שנכונה לכם.

להכיר את הקרע הפנימי

אנו מציעים בעת הזו, בפתחה של שנה חדשה, לחזור פנימה ולהכיר את הקרע שמתקיים בתוכם.

לדבר על הקרע יהיה זהה לדיבור על הפרדה או על הדחקה. הבדלה בין מודע לתת-מודע, בין האנושי לאלוהי, זו רק דרך נוספת לתאר את מה שאנו מתארים בתור קרע. אנו משתמשים במילה הזו במכוון, משום שהיא מעוררת רגשות ומתארת יותר בבהירות את החוויה שיש לאנשים רבים בעת הזו.

כדי לעבוד עם הקרע בתוכם, עליכם להסכים לאפשרות שאתם אינכם רואים נכון את המציאות. ההסכמה להודות בטעות, להודות באי-הבנה, היא הדבר הראשון בתהליך של ריפוי ושינוי.

כדי ליצור שיתוף פעולה יש צורך בהקשבה. כדי לחזק הקשבה יש צורך לחזק את ההסכמה שאינכם רואים את מלוא התמונה, שאולי אתם בכלל טועים, שאולי הדרך שאתם הולכים בה היא אינה נכונה, ועליכם ללכת בדרך אחרת. בהחלט. זה הדבר הראשון שאנו מציעים לכם לשנה החדשה.

מה לא בסדר?

הסכימו ללמוד. הסכימו להסתכל על דברים מחדש, גם אם אתם בטוחים שאתם יודעים. אנו מציעים ליישם את ההצעה הזו באופן ממוקד ביחס למה שאתם מרגישים לא בסדר לגביו.

מהם הדברים שעליהם אתם מרגישים אשמה, שאותם אתם מבקרים? מהם ההיבטים בכם שאתם בטוחים שעושים אתכם ללא ראויים, ללא בסדר? שימו לב עד כמה אתם בטוחים שאתם צודקים כאשר אתם מרגישים לא בסדר. שימו לב כמה אתם בטוחים כאשר אתם כועסים על עצמכם, שאתם כועסים בצדק. שימו לב כמה אתם מוחלטים בתוך עצמכם באותם הרגעים. שימו לב. שימו לב ותסכימו אם אפשר, אפילו לרגע קצר, להסתכל על הדברים אחרת.

האם יכול להיות שמה שאתם מזהים בתור בעיה או חיסרון הוא אינו נכון? האם יכול להיות שאתם בסדר כפי שאתם, כפי שאתם עכשיו, ולא אחרת? האם זה אפשרי? זה הדבר העיקרי שאנו מציעים לכם לתחילתה של שנה זו.

על פניו זו אינה הצעה חדשה, מה שאנו מדברים עליו אינו חדש. דינמיקה זו במערכת יחסים פנימית מוכרת וידועה, וזו בהחלט לא תהיה הפעם הראשונה שאתם תתמודדו עם רגשות וקולות אלה בתוכם. למרות זאת, אנו מציעים את הדברים פעם נוספת, ואנו מבקשים לומר שכאשר אתם מתמודדים בתוך עצמכם עם קולות ורגשות אלה, בקשו באופן מודע ומכוון לראות את האמת.

לראות את הדברים כפי שהם

כאשר אתם מוצאים את עצמכם מסתבכים בתוך רגשי אשמה או בתוך ביקורת עצמית, ברגע מסוים עצרו את המחשבה או ההרגשה, את המאבק הפנימי, והביעו כוונה - בקשו לראות את הדברים כפי שהם. בקשו לראות את האמת, זה הדבר העיקרי שאנו מציעים בפעם זו. זו הבחירה שאתם יכולים לבחור.

זו כידוע שנת הבחירה, וכאשר מדובר בהתמודדות עם מנגנונים אוטומטיים מהסוג הזה, פעמים רבות כל מה שיש בו צורך זה בהבעת כוונה. הבעת הכוונה פותחת דלת לריפוי. היא לא זו שתביא את הבעיות הרגשיות לסופן, היא לא תפתור אתכם באופן מוחלט מביקורת או אשמה, אבל הבעת הכוונה תיצור שינוי.

כאשר אתם מביעים כוונה לריפוי, כאשר אתם מביעים כוונה לראות את האמת, אתם יוצרים באותו הרגע מרחק ביניכם לבין המלחמה הפנימית. למעשה באותו רגע שבו אתם מביעים כוונה לחוויה חדשה, אתם מתחילים לחוות את החוויה החדשה, גם אם ההשפעה של החוויה החדשה עדיין תהיה מינימלית עד כדי בלתי מורגשת.

באותו רגע של הבעת הכוונה אתם יוצרים גשר בין החוויה העכשווית לבין פוטנציאל עתידי. משום כך הבעת הכוונה היא עניין כה משמעותי. אין זה מספיק להתנהל עם עצמכם; הכוונה שלכם, כלומר הבחירה שלכם, קובעת.

כאשר אתם נמצאים במצב מסוים, בהתמודדות מסוימת, דעו שיש לדברים את האפשרות לנוע בכיוונים שונים. ישנם פוטנציאלים שונים שיכולים להתממש. הכוונה היא זו אשר מגדילה את האפשרות שפוטנציאל מסוים יהפוך למציאות.

מהי הכוונה שלכם? במה אתם בוחרים? אם הכוונה היא לראות אמת כפי שהיא, אז אמת יכולה להתגלות. אם הכוונה היא להפסיק מלחמה פנימית, ולאחות את הקרעים, אז זה מה שמתחיל לקרות.

כאשר האדם מביע כוונה לאהוב את עצמו, הוא מתחיל לחוש אהבה מהי. כאמור, הבעת הכוונה מחברת אתכם באופן מידי לדבר שאותו אתם רוצים לעצמכם. זה כמו לתקוע יתד בעתיד אפשרי, יתד המחובר למי שאתם בהווה. ככה אתם מתחילים ליצור חיבור, ככה אתם מתחילים ליצור מימוש, ככה אתם מתחילים לשנות מציאות.

ההשפעה של הבעת הכוונה

ישנם דברים שונים שמתרחשים בעולם זה. רבים מהם עשויים להכביד על הלבבות שלכם. ישנם דברים שונים בחייכם האישיים שגם הם יכולים להכביד על הלבבות. לרגעים יהיה לכם קל להתיימש. הדברים שמסרנו בתחילתו של מפגש זה בהחלט עשויים לעזור ייאוש.

אנו מבקשים להדגיש בפעם זו את ההשפעה הגדולה שיש להבעת הכוונה שלכם. זהו כוח שאינכם משתמשים בו במלואו, ואינכם מבינים באופן מלא את ההשפעה שלו. דמיינו שזה מנוע שאתם מפעילים רק חצי מכוחו. אמנם אתם לומדים לנוע עם הדברים, להתמסר לחוויות, למצבים כאלה ואחרים, אבל כדי שההתמסרות תביא לטרנספורמציה ולא תיצור עמידה במקום, במין ביצה, יש צורך להתמסר מתוך כוונה.

הכוונה מחברת אתכם מעבר לחוויה עכשווית, מעבר לתפיסה הנוכחית. היא מחברת אתכם לאמת עמוקה יותר, לשינוי שאתם רוצים לעצמכם. הכוונה מחברת אתכם מעכשיו, מההווה, אל עתיד אפשרי.

זהו כלי כה פשוט, כה ידוע. פעמים אתם משתמשים בו, פעמים לא. אבל הוא כה משמעותי. הבעת כוונה לא בהכרח באופן מידי פותרת אתגר נוכחי. היא לא באופן מידי משנה חוויה. אם תצפו שהשינוי יהיה מידי, אתם עשויים לחוות תסכול נוסף, שהמלחמה הפנימית העמיקה.

הכוונה היא כמו אור שאתם שולחים למרומים כדי שיאיר את הדרך. היא לא מה שמביא אתכם לסוף הדרך, בהחלט לא, אבל היא חשובה עד מאוד, משום שאם לא תדליקו אור במרומים, איך תדעו מהי הדרך? איך תדעו לאן ללכת?

אם אתם מביעים כוונה לראות את האמת כפי שהיא, אז ההתמודדות שלכם בהווה עם אשמה או ביקורת, לדוגמה, יכולה להיות יותר אפקטיבית, יותר מוצלחת. יהיה לכם יותר קל לזהות מדוע אתם נאבקים בעצמכם. יהיה לכם יותר קל לזהות רגשות ואמונות אשר יוצרים את המאבק. יהיה לכם מתוך זה יותר קל להעביר ריפוי למה שיש לרפא.

עת של בחירה

אתם יכולים לומר שזוהי עת של קרע, אבל אנו מוסרים - זוהי עת של בחירה. זו שנה של בחירה. והכוונה היא כה חשובה. מי אתם רוצים להיות? כיצד אתם רוצים לחיות? אנו חוזרים ושואלים את השאלות הללו שוב ושוב, משום שהתשובות לשאלות הללו הן הכוונות, והכוונות הן כה משמעותיות.

אנו מציעים לכן בעת הזו לתרגל באופן אקטיבי את העבודה עם כוונה, להכיר יותר את ההשפעה של התרגיל הזה, של הכלי הזה, של חופש הבחירה. לחוות את הדברים כפי שהם, כדי לאפשר לעצמכם את ההתפתחות הרצויה.

מהי הכוונה שלכם בעת הזו עבור עצמכם? אתם לא יכולים להביע כוונה עבור אחרים. אתם אינכם יכולים להביע כוונה עבור מדינה, לא אם אתם מבקשים חוויה של שינוי בהישג יד.

לאנשים אחרים ישנו המסע שלהם. למדינה המורכבת מאנשים רבים ישנו מסע שאפשר להגדירו כיותר מורכב. קל להיאחז באפשרות להביע כוונה למען אחרים או למען מדינה, אבל אנו לא מציעים לכם להתמקד בזה. זה אינו התרגול העיקרי.

השתמשו בהבעה של הכוונה עבור עצמכם. האם אתם רוצים לראות את האמת, את מה שיש מעבר לאשמה, מעבר לביקורת, את מי שאתם? זו דוגמה אחת לכוונה אחת. דוגמה שאנו נותנים משום שהיא רלוונטית מאוד לעת הזו, אבל זו רק דוגמה אחת.

כאשר אתם מכירים בכוונות שלכם וחוזרים אליהן בהתאם לצורך, אתם יכולים להמשיך וליצור לעצמכם נתיב של אור גם בעולם שיש בו חושך.

אלו הן המילים שלנו לפעם זו.

שמחנו,
אם כך, שלום.

טוהר.