

# ההדרכה החודשית: ארבעת השיעורים של טוהר

## נובמבר 2025

אם כך, שלום.

אם כך, אנו מתחילים. אנו נפגשים בפעם זו כדי לעסוק באנרגיה של חודש נובמבר. לעסוק באופן שבו דברים מתחילים לחזור למקומם, לאופן שבו הדברים מתחילים להתייצב מעט.

איננו יכולים לומר שהשקט החיצוני הוא יציב. איננו יכולים לומר שאין מהומות או שלא יהיו מהומות. עם זאת, אנו כן יכולים לומר שישנו שקט מסוים. אנו יכולים לומר שדברים חוזרים במידת מה למקומם. כך שאתם גם יכולים בזמן זה כמו לחזור פנימה לתוך עצמכם. לחזור אתם למקומכם פנימה. לחזור, כמו לשבת בתוכם על כס המלכות ולבחון מתוך עמדה פנימית זו מהי האמת שלכם, מה אתם רוצים עבור עצמכם.

כס המלכות זו עמדה שונה מזו שאתם לרוב נוטים להיות בה. ישנן עמדות שונות שבני אדם נמצאים בהן ביום יום שלהם. כס המלכות היא אחת מהעמדות שהשימוש בהן הוא הנדיר ביותר.

עם זאת, אנו מציעים בחודש זה במיוחד לחזור פנימה לשבת על כס המלכות. אנו מציעים שתחזרו ותתחברו לאנרגיה של מלכותיות. כזו שלמעשה מחברת את האנושי עם האלוהי, את הנשגב עם הזמני. זו המשמעות של מלכותיות - מה שנוצר כאשר ההפכים לכאורה מתחברים מחדש, מתמזגים זה עם זה.

כאשר אתם נמצאים בצד האנושי בלבד, אתם עשויים להיטלטל בין רגשות ובין צרכים, בין דפוסי התנהגות ומצבים מאתגרים. אתם עשויים למצוא את עצמכם בעיקר בעמדה של קורבנות, בתגובתיות, נאבקים על מה שאתם צריכים ורוצים, רבים, מתווכחים וכן הלאה וכן הלאה.

כאשר אתם נמצאים בעמדה האלוהית בלבד, אתם עשויים למצוא את עצמכם בחוויה רגשית יותר קלה - יותר אווריריים, יותר קלים. עם זאת, מנותקים במידה רבה מחוויות אנושיות שהן כה חשובות. מנותקים מרגשות, מצרכים ורצונות, ולמעשה באופן הזה לא חווים התפתחות. אתם עשויים אולי להרגיש יותר טוב, אבל למעשה אין התפתחות, והניתוק הופך בשלב מסוים לבור בפני עצמו, כזה שאתם עלולים ליפול אל תוכו ולהתקשות עד מאוד לצאת ממנו.

המלכותיות היא מה שנוצר כאשר האלוהי והאנושי מתחברים ומתמזגים. אז אין ניתוק, אבל גם יש פחות ופחות מהתגובתיות, פחות ופחות מהקורבנות. ישנה אחריות, ישנו כבוד עצמי, ישנה כנות, ישנה פתיחות, ישנה ידיעה פנימית שאתם יכולים להיות, שאתם יכולים להיות כפי שאתם רוצים.

האנרגיה המלכותית היא זו השולטת בממלכת הכל בסדר. אם הייתה ממלכה כזו, אז המלכותיות היא האנרגיה השלטת בה.

בחודש זה אנו מציעים לכם מלחזור פנימה ולשבת על כס המלכות הפנימי. להתחבר לעמדה שאתם לרוב נמנעים מלהתחבר אליה, או כלל לא יודעים על קיומה. כלומר להכיר במה שאתם צריכים ורוצים, במה שאתם מרגישים, ובו זמנית לדעת שאתם יכולים יותר מכפי שאתם מבינים. כלומר, לחזק את הידיעה הפנימית שאתם יכולים להיות חופשיים בעולמכם, שאתם יכולים לממש את עצמכם, בהחלט. זו המלכותיות, ואל המלכותיות אנו מציעים לכם להתחבר.

אתם יכולים לעשות זאת במדיטציה, להביע כוונה ולהתחבר למלכותיות. אתם יכולים לעשות זאת דרך הבעת כוונה ביום יום. אתם יכולים, אם אתם רוצים, לחזור ולבקר בארמונות, ללכת לצפות בתערוכות שיש בהן אמצעים, חפצים ומרחבים מלכותיים. זו גם יכולה להיות דרך להתחבר למלכותיות.

שימו לב שהמלכותיות שאתם מכירים בעולם זה של בני אדם, שונה מזו שאנו מדברים עליה. במלכותיות האנושית יש מידה לא מבוטלת של ניצול. יש בה מידה לא מבוטלת של שליטה, אפילו של הכחדה. המלכותיות שאתם מכירים בעולם זה של בני אדם שללה חופש. המלכותיות שאנו מדברים עליה, שאנו מכוונים אליה, היא זו הנותנת חופש, היא זו הנוצרת מתוך חופש, בהחלט.

בו זמנית כדאי לכם לשים לב בחודש זה האם אתם נמצאים בקצוות המנוגדים. האם אתם לפעמים מחוברים לאנושי בלבד, נסחפים אחר מציאות, אחר רגשות וצרכים מבלי לבחון מה מתאים לכם ומה לא, מה נכון לכם ומה לא, בלי לבחור, רק מגיבים; אולי מתלוננים אבל רק מגיבים? שימו לב אם אתם מוצאים את עצמכם במצבים אלה.

בו זמנית אנו מציעים שתשימו לב האם אתם מוצאים את עצמכם בצד האלוהי. מרחפים יותר, לא מעורבים, לא מעורבים, לא ממש מרגישים, לא ממש צריכים. לכאורה, זורמים, אבל בפועל, מנותקים. מנותקים מחלקים בעצמכם כשעליכם לקחת אליהם אחריות. חלקים להרגיש, חלקים לבטא, חלקים לממש, בהחלט.

שימו לב מתי אתם נמצאים בקצה זה או בקצה זה. כאשר אתם מזהים זאת, אפשר לבחון ממה אתם נמנעים באותו הזמן. איזו אחריות אתם מסרבים לקחת, אשר משאירה אתכם או בקצה האנושי או בקצה האלוהי.

אפשר לשאול ולבחון מהו החלק בכך שאתם רוצים להתחבר אליו, שכן גם כאשר אתם עמוק באנושי, וגם כאשר אתם עמוק באלוהי, ישנו היבט שאינכם לוקחים עליו אחריות. אתם יכולים לשאול ולהתחיל לברר את מה אינכם רוצים לפגוש, על מה אתם לא לוקחים אחריות, מי אתם באמת.

אנו מציעים בחודש זה לשים לב ביתר שאל למה שקורה סביבכם. שימו לב לאנשים. שימו לב למצבים. שימו לב להזדמנויות. שימו לב לסימנים.

אל תמהרו לדעת מה נכון ומה לא. אל תמהרו לדעת מה אתם צריכים ומה לא. אל תמהרו לדעת מה אפשרי ומה לא. היו בתשומת לב גדולה יותר מכפי שאתם רגילים.

סימנים יכולים לנווט אתכם בדרככם. אנשים יכולים להציע לכם דברים שאולי לא יתאימו לכם, אבל הם בדיוק מה שמתאים. הזדמנויות ביום-יום יכולות להראות לא רלוונטיות

לכם, עשויות בהחלט להיות בדיוק מה שאתם מחפשים, אם תהיו בתשומת לב גדולה יותר, אם לא תמהרו לדעת, להחליט, לסגור או לפתוח, בהחלט.

אנו מציעים שתשימו לב. ישנה תחושה של ביטחון שאתם יכולים לקבל מתוך מה שאתם יודעים. אבל הביטחון הזה חוסם אתכם מלהתפתח. אנו לא מציעים לכם לחזור לחוסר ביטחון, כמו שאנו מציעים לכם לזכור שאתם אינכם יודעים הכל או רואים הכל, כך שתישארו פתוחים.

חוסר ביטחון הוא אינו מצב של פתיחות. גם המקום שבו אתם יודעים הכל, גם הוא אין בו פתיחות. אנו מציעים שתישארו פתוחים. היו בהקשבה, היו בתשומת לב, שימו לב. מה מציעים לכם? מה רוצים מכם? מה אתם צריכים? מה אתם מרגישים? מה קורה במציאות?

ההקשבה חשובה, בהחלט. הקשיבו וגלו פעם אחר פעם מה באמת נכון, מה באמת מתאים, מה באמת אפשרי.

אנו מציעים לכם לזכור שמלכותיות אינה אומרת לדעת הכל תמיד. זו עשויה להיות התפיסה שנובעת מהמלכותיות שאתם רגילים אליה בעולם זה של בני אדם, אבל במלכותיות שאנו מתייחסים אליה יש פתיחות. היא אינה סגורה, היא פתוחה, ולכן יש התפתחות.

שימו לב. שימו לב לרגשות, שימו לב לסימנים, שימו לב לאנשים ואירועים. היו פתוחים לגילויים חדשים, למה שאפשרי עבורכם, למה שאתם באמת רוצים.

בנוסף אנו יכולים לומר שחודש זה מביא איתו מידה של הקצנה. אנשים עשויים להיות תפוסים יותר בדעות שלהם. הם עשויים להיות יותר נחושים ויותר להוטים ביחס לאמת שהם רואים.

דווקא משום כך אנו מעודדים אתכם להישאר פתוחים. ההקצנה, האחיזה בדעות, יכולה להיות מפתה. היא זו הנותנת תחושה של ביטחון. אבל היא גם יכולה להביא לעוד מאבקים ועוד מלחמות.

אנו בהחלט יכולים לומר שאינכם צריכים זאת, את המאבקים והמלחמות. יכולים אתם להיות כפי שאתם בעולם זה של בני אדם. היו אתם כפי שאתם.

הסכימו להתפתח, הסכימו ללמוד, הסכימו לגלות דברים חדשים. אל תיבהלו מהקצנה. האדמה של בני אדם היא כל כך לא יציבה, עד שהם מקצינים בדעות שלהם כדי לספק לעצמם תחושה של ביטחון. המגמה הזו יכולה לעורר פחד ולהגדיל את ההרגשה שהאדמה אינה יציבה, וכך אתם עושים להתפתחות עוד יותר לאחיזה בדעות, להיות יותר קיצוניים עם האמת שלכם.

גלו כיצד אתם יכולים לתת לעצמכם תחושה של יציבות, ובו זמנית להישאר פתוחים לגילויים והתפתחויות.

זכרו שאינכם רואים הכל, שאינכם יודעים הכל, ושזה בסדר להיות באופן הזה. הביטחון, היציבות, יכולים לנבוע מדרכים אחרות.

כעת, אנו מבקשים להציע ארבעה שיעורים לתרגל בחודש זה.

## השיעור הראשון: להתחבר לקומדיה

אנו מציעים לכם להכניס למציאות שלכם אלמנטים קומיים. אתם יכולים לצפות במה שאתם מגדירים כקומי וכך להתחבר אל האנרגיה הזו, אל הסידור הזה של מציאות, באופן שמערער את ההיגיון ומעורר צחוק.

המציאות אינה יציבה, והחיבור לקומדיה יכול לעזור לכם ליהנות גם במצבים כשהמציאות אינה מסודרת כפי שאולי הייתם רוצים. הצחוק חשוב, הוא יכול להביא איתו מרווח חדש של נשימה וחופש להיות. זה השיעור הראשון.

## השיעור השני: לחזק תחושת ביטחון

השיעור השני קשור בתחושת הביטחון שאליה התייחסנו קודם לכן. מצאו את הדרכים שלכם לחזק לעצמכם תחושה של ביטחון. מה שאנו יכולים להציע בהקשר זה הוא שתחזקו בתוך עצמכם את ההכרה, את ההבנה שאתם ראויים לטוב ביותר.

הרבה מהפחד שלכם, מחוסר הביטחון שלכם, נובע מהתפיסה או מההבנה שאתם לא ראויים לטוב ביותר, שעליכם להתפשר. לכן הפחד גדל, ואתם כמו מכינים את עצמכם לפשרה, למכה, להפסד, לאובדן. חזקו בתוך עצמכם את ההכרה שאתם ראויים לטוב ביותר. זה יכול להרגיע פחדים, לחזק תחושה של יציבות ולעזור לעצמכם להיפתח בכיוונים שנכונים לכם ביותר.

## השיעור השלישי: לעבוד עם מים

גם הפעם אנו מציעים לכם לעבוד עם מים. עשו זאת בכל דרך שאתם מתחברים אליה, בכל אמצעי. היו בנוכחות מודעת בתוך מים - זה חשוב מאוד. המים מחזירים לכם את ההכרה שאתם יכולים לנוע בחופשיות. הם יוצרים תנועה בגוף ומעודדים אתכם לנוע באופן תודעתי. כלומר, הם האמצעי שיכול לסייע לכם להשתחרר מקיבעונות, מאחיזות מיותרות, מדעות שאתם בטוחים שהן האמת, אבל הן במקרה הטוב רק אמת חלקית. התחברו למים, עבדו איתם גם בחודש זה.

## השיעור הרביעי: לעשות יותר ממה שאוהבים

השיעור הרביעי שאנו מציעים לכם הוא לעשות עוד מהדברים שאתם אוהבים. בתוך המציאות, בתוך היום יום, בתוך הנסיבות השונות - מה אתם אוהבים? מה נכון לכם? מה מתאים לכם?

עשו עוד מהדברים שאתם אוהבים. עשו לעצמכם יותר טוב. אפילו אם אלו דברים קטנים לכאורה, כאלה שלוקחים מעט זמן מהיום יום או משאבים מועטים, עשו עוד מהטוב הזה עבור עצמכם. זה חשוב עד מאוד.

אלו הן המילים שלנו, אלו הם ארבעת השיעורים שלנו לפעם זו.

שמחנו,  
אם כך, שלום.  
טוהר.