

A surreal, ethereal image featuring a large, gnarled tree with a glowing, golden-yellow trunk and branches. The tree's roots are exposed and spread out across the ground, appearing to glow with a similar golden light. The background is a dark, starry sky with a prominent, bright star in the upper right corner. The overall atmosphere is mystical and spiritual.

יום אחד בלבד
מדריך לשלום פנימי
שלום בינה



ISBN 978-965-597-210-8



9 789655 972108

גרסה עם פרקים נבחרים להורדה בחינם
הספר המלא כולל את המדריך לקלפים ופרקים נוספים

שלום בינה
"יום אחד בלבד"
מדריך לשלום פנימי
מהדורה ראשונה

נכתב בהשראה ובאהבה גדולה
יצא לאור בשנת 2025, תחת מצפ"ה

© כל הזכויות שמורות לשלום בינה

shalombina.com

main@shalombina.com

הודפס בדפוס בארי

978-965-597-210-8



מרכז צמיחה ופיתוח
התודעה



שלום בינה



למה אתה מחכה? כן, כן, אתה!

למה את מחכה? את, שקוראת את השורות האלו?

מה עוד צריך לקרות כדי שתקבלי את ההחלטה היחידה שאת יכולה באמת לקבל – זו שתוביל אותך החוצה מן הסכסוך, מן העולם הלא-שפוי, מן הכאב והסבל, מן הנתק, מן הפחד, מן החרדה, מן הבדידות, מכל מה שאת לא באמת רוצה אל עבר כל מה שאי-פעם רצית באמת.

מה עוד צריך לקרות כדי שההחלטה הזו תתקבל – ההחלטה שאומרת: "אני רוצה אחרת"? כמה זמן עוד צריך לעבור? אילו מחירים עוד תצטרכי לשלם? אילו חובות עוד לא פדית? אילו עוד סיפורים ותירוצים נשמעים לך הגיוניים דיים, כדי להחליט שוב לא להחליט – כלומר, להמשיך לשהות במקום שלעולם לא יהיה הבית, במקום שלעולם לא יהיה בטוח או יספק אותך.

כולנו הלכנו סחור-סחור זמן רב מדי. הגיע העת להפסיק לנדוד במדבר הזה. הקריאה נשמעה וההחלטה התקבלה: כולנו חוזרים הביתה.

מה אם הייתי אומר לך שאת לא מבקשת יותר מדי, אלא מעט מדי? מה אם הייתי אומר לכם שיש תשובה לכל השאלות שנשאלו אי-פעם, שיש מזור לכל כאב, שיש ריפוי לכל חולי, שיש שלום לכל סכסוך, ושלווה לכל חוסר מנוחה? שכל הדברים החשובים באמת כבר נענו, כבר נרפאו, ועכשיו נותר רק לגלותם מחדש.

אל תניחו את הספר הזה לאלתר; אל תמתינו עוד.
חיכיתם יותר מדי זמן, חיכינו לכם יותר מדי זמן.
היום אנו חוזרים הביתה.





על הספר

הספר "יום אחד בלבד"

הוא קריאה לריפוי ולשלום פנימי

הוא מושתת על עקרונות הממשות, על ראיית האדם מעבר לצורה, היישר אל המהות האל זמנית שלו והוא מתאים לכל מי שמוצא בו ערך. הספר הזה הוא ספר עבודה, מטרתו היא להעניק לך כלים שיהיו כציוד רב ערך במסע החשוב ביותר עבור כל אחד ואחת מאיתנו - המסע חזרה הביתה.

אתם מוזמנים להצטרף לקהילה, לקבוצת WhatsApp שהקמתי עבור ספר זה, שם אהיה זמין עבורכם לענות על שאלות, להתייעץ, ללמוד ביחד (גם לכם יש הרבה מה ללמד אותי) תוכלו להסתייע ממני ואני מכם וכמובן - אחד\ת מהשני\ה.

באתר שלי תוכלו להירשם לניוזלטר ולקבל אחת לחודש כל מיני תובנות שעלו מכם או ממני וכמובן חדשות, מידע ותוכן חשובים. כמו כן, ייתכן שאזכיר פה ושם שירותים, אך המטרה כלל אינה שיווקית.

אם תרצו - תוכלו למצוא באתר סדנאות ומפגשים מיוחדים שאקיים לפי צורך שיעלה או יוזמות שונות ומגוונות.

אתם מוזמנים לעקוב אחרי הדף שלי בפייסבוק וב-x, גם שם אעלה תכנים מעת לעת (איני "חיית רשת" אז יהיו גם תקופות של שקט יחסי).

כל הלינקים בעמוד הבא

פה עבורכם, בהערכה ותחושת זכות.

שלום בינה



תוכן עניינים

- 1- מבוא
- 7 - אנחנו והאלוהים
- 9 - דוד מאיר
- 12 - הפילוסופיה של המים
- 18 - הקריאה
- 19 - הפחד מאובדן זהות
- 23 - השדה הקולקטיבי
- 27 - אמון ואמונה
- 32 - אי ידיעה
- 35 - אין עולם
- 39 - עבר הווה עתיד
- 41 - הממשות
- 46 - הגוף
- 48 - הזהות הבלתי משתנה
- 50 - הסליחה כמטרה
- 55 - התפקיד
- 56 - הלפיד הניצת
- 58 - הדלת
- 60 - האזנה פנימית
- 63 - הקולות שבתוכנו
- 66 - המאסטר
- 68 - תכנית לעומת רצון
- 70 - התלהבות
- 72 - חמלה
- 73 - הציפורים



תוכן עניינים

- 75 - תפילה
- 76 - כניעה
- 79 - סבלנות
- 80 - שימוש נכון בזמן
- 82 - אי משמעות
- 84 - החזון
- 85 - משמעת, תרגול, התמדה
- 87 - ענווה
- 91 - עקשנות ונחישות
- 92 - אי ידיעה
- 94 - הרועה
- 96 - התמודדות עם מצבי תודעה שונים
- 97 - הבור
- 100 - התמודדות עם מחשבות
- 102 - מחויבות לאוהבים
- 104 - סדר, ארגון וניקיון
- 106 - אויב הממשות
- 107 - התוכנה
- 110 - שכבות
- 112 - המחלה
- 119 - האשמה
- 121 - האגו הפנימי והאגו החיצוני
- 124 - הערך הכובל
- 125 - ההשתייכות
- 126 - עיוורון
- 127 - הרמאי
- 128 - הנקרומנסר (אדון הבובות)
- 131 - שליחי החושך



תוכן עניינים

- 132 - המעמד
- 133 - הסיפור
- 134 - השיפוט
- 136 - תקיפה
- 141 - העולם שמעבר
- 143 - חוצנים, מלאכים, ישויות רב ממדיות ומה שבניהים
- 149 - גלגול נשמות וחיים קודמים
- 152 - ידיעה ללא מילים
- 153 - האחד, התגלות
- 154 - הקלפים



יום אחד בלבד

אני רוצה להזמין אותך להקדיש יום אחד, יום שבו תיתן לעצמך מתנה גדולה. יום בו תספיק ללמוד בו שיעורים שייקחו שנים ארוכות ללמוד. ביום האחד הזה, תן אמון מלא, התמסר לאמונתך בכוח עליון. התחל מוקדם בבוקר ופעל לפי ההנחיות האלו:

ביום האחד הזה אל תשפוט שום דבר ושום סיטואציה, מתוך ההכרה שזהו לא תפקידך ואינך יודע. היום, לא אשפוט דבר. **ביום האחד** הזה אל תתכנן תכניות, בכלל. לא מה תעשה עוד שעה, לא איך תגיב בסיטואציות שונות שעולות בדמיוןך. זנח את העתיד לגמרי, התייחס אליו, רק ליום אחד, כאילו הוא לא קיים. **ביום האחד** הזה, אל תנסה להבין את העבר ומה שקרה. רק ליום אחד הנח לעבר להישאר בעבר ואל תביא אותו ומה שלמדת ממנו להווה או לעתיד. דמה את עצמך כמי שאין לו עבר ואינו מושפע ממנו. **ביום האחד** הזה אל תרשה למחשבות שלך לנהל אותך, להגיד לך מה אתה צריך לעשות ולכן ללכת. במקום להתמסר למחשבות, הנח לאינטואיציה שלך, לתחושה שבך, להנחות את צעדיך. **ביום האחד** הזה, אל תראה את עצמך כגוף. רק ליום אחד, הרשה לעצמך להיות משהו שנמצא מעבר לגוף, משהו שהגוף נמצא לחלוטין בנפרד ממנו, משהו שבא לשחק משחק ולהעמיד פנים, ליום אחד בלבד, שהוא פועל דרך הגוף אך אינו מוגבל על ידו. **ביום האחד** הזה, אל תנסה לנהל דבר. אמור לעצמך: יש משהו גדול ממני שמכווין אותי ותומך בי. אל תנסה לעצב את המציאות או אפילו להשפיע עליה. התמסר כל כולך לרגע הנוכחי, לכל דבר שיעלה היום, בלי לנסות אפילו לחשוב איך זה יראה או עם מה נדרש להתמודד. **ביום האחד** הזה, תן אמון מלא שכל מה שבא, בא למענך. זה יום של מתנה עבורך, גם אם אתה לא מבין איך. הכר בכך, רק ליום אחד, שמשהו גדול ממך מנחה אותך, שומר עליך ומביא אליך רק דברים שהם טובים עבורך, גם אין אינך מבין איך כרגע. **ביום האחד** הזה, אל תרשה לפחד לנהל אותך. רק ליום אחד, אל תתן לו מקום, לא משנה מה עולה, איזו מחשבה, איזה דימוי. אמור לעצמך: יש מישהו ששומר עליי היום, הוא מתמודד עם זה.

יום אחד זה כל מה שנדרש, כדי להגיע לאן שאתה רוצה להגיע.



ראשית דבר

הספר הזה מוקדש לכם, קוראים וקוראות יקרים, הוא המתנה שלי לעולם וכולי תפילה שהוא יוכל להביא לכן ולכם ערך רב. אני מאמין שכל אחד ואחת מאיתנו יכולים לחיות מתוך תחושת שלווה, ביטחון, מתוך שמחה, בבריאות, ביצירתיות, בשפע, בברכה. אני מאמין שלא ניתן להגיע לשלום חיצוני לפני ההגעה לשלום פנימי, כי החיצוני הוא השתקפות של הפנימי, ולא יותר מכך. אני מאמין שאם מספיק מאיתנו יעשו את הצעדים הנדרשים ויגלו את המחויבות הנדרשת, העולם כולו ישתנה מול עינינו, כי כולנו מחוברים, במובן הכי עמוק של הדברים. אם היה לי שרביט קסמים ביד, מיד הייתי מניף אותו בבקשה שכל אחד על פני האדמה, יקום מחר בבוקר, לאחר שהרגיש את החיבור העמוק הזה שאני מכוון אליו, את תודעת החיבור למי שהוא באמת, לשמחה העמוקה ולשלווה שיש בו. זה ישנה את העולם ברגע.

תודה לאשתי על התמיכה בדרך, תודה שאת מהווה עבורי עוגן שאני זקוק לו בשביל להיות עם הרגליים על הקרקע ומחובר למציאות של העולם הזה, תודה על הבית החם והמזמין, תודה על כך שהבאת לעולם את הילד המתוק שלנו והילדים שיבואו אחריו. תודה לשניר הדרי, הדס קארו, יוסי רונן, סמדר פריץ' וטום רובין שחולקים איתי את החזון לשלום פנימי, תודה לרבים שייסעו עם כתיבת הספר, כל אחד בדרכו. תודה לכל אדם הבוחר להיות טוב, לעשות טוב ולסור מרע, **ויש רבים להודות להם.**



תודה לכל אלו שבאו לפני, שהניחו את התשתית הרעיונית שאפשרה לנו גישה לידע וכלים שאפשרו לנו לצאת לדרך ויותר מכול, תודה עמוקה לך אלוהים, על הקריאה שלך להתעורר, על השליחים הרבים שלך, על כך שאתה בתוכי. אני מחכה לרגע המאושר שבו אנו נהיה מחוברים בתודעה אחת, הרגע שבו אשוב הביתה.



מבוא

קשה להמעיט בגודל המשימה שלפניכם ובחשיבותה. אתם, אנשים מכל המינים ומכל הרקעים, קיבלתם בשלב כלשהו החלטה ללמוד מחדש על מי שאתם, ללא הנחות ייסוד, ללא מה שסיפרו לכם, ללא מתן ערך רב להגדרות העולם. יש סיבות רבות המובילות אותנו להגיע לזה, אך בדרך כזו או אחרת, כולנו הרגשנו בתוכנו איזו קריאה להתעורר, קריאה להשתנות, קריאה לצאת למסע לגילוי עצמי. המשימה שלקחתם על עצמכם היא המשימה הכי גדולה שאדם יכול לקחת על עצמו בעולם הזה, הערך שלה מתעלה מעל לכל מה שיש לעולם להציע, כי המסע יוביל אתכם לגלות ערך הקיים מעל מרחבי הזמן והחלל, ערך שאינו משתנה וטמון בלב ליבו של מי שאתם באמת. הפיתויים שיעמדו בדרככם אדירים, כל אחד ואחת מכם הוא פורץ דרך הלכה למעשה, בעשיית הצעדים שאתם עושים, בהשקעת המשאבים והרצון האדירה שלכם אתם סוללים את השבילים שיאפשרו לאלו שיבואו אחריכם לצעוד בדרך קלה ומוארת יותר, אתם משאירים סימנים, סיפורי דרך, הוראות, כיוונים ושאלות שיאפשרו לגלים הבאים של המתעוררים התמצאות במקומות שהם יגיעו אליהם, כי כבר מישהו היה שם לפני, והשאיר איזה סימון על השביל, איזה סמל על העץ, איזה חץ שאומר - אחי, הייתי פה, חקרתי את המקום היטב, זו הדרך.

כמו בכל מסע גדול שכל אדם עבר, לכל אחד יהיה את השביל שלו והמסלול שלו לעבור, הוא יעזר מאוד באלו שהלכו בדרך דומה לשלו, אך יצטרך להתמודד בעצמו עם ההרים והוואדיות, לחצות מדבריות ויערות סבוכים, להינשא על כנפי הרוח ולחתור בנהרות, לקרוא בכוכבים ולמדוד את כיוונו לפי קרני השמש. כל דרך המובילה הביתה היא טובה, בגלל המקום שהיא מובילה אליו. יש כאלו שיתעכבו זמן רב וירגישו צורך לחזור על צעדיהם שוב ושוב עד שיחליטו להתקדם הלאה, יש כאלו שיחצו במהירות אזורים בהם אחרים יתעכבו זמן רב עד שימצאו את עצמם.



דבר אחד בטוח, ברגע שיצאתם אל הדרך כבר לא תוכלו לחזור אחורה, להיות כפי שהייתם בעבר והגעתכם הביתה היא וודאית.

אחים יקרים, אל תלכו בדד, הדרך קלה יותר כשצועדים בה יחדיו. כולנו הלכנו זמן רב מדי לבד, והבדידות של המסע הייתה לעיתים קשה מנשוא. הביטו ימינה ושמאלה, חפשו אחרים הנמצאים במסע. נכון, לחלקם יש דרך שונה מאוד מכם, כזו המתאימה להם, אך הקריאה שאתם שומעים היא זהה במהותה והערך שאתם מחפשים הוא אותו הדבר בעצמו, גם אם מכנים אותו בשמות שונים. אני ממליץ לחפש באופן פעיל קבוצות עניין ושותפים איתם תוכלו לחלוק מידע, להתייעץ, לסייע ולהיעזר כשדרוש. ההליכה המשותפת אינה רק כלי עזר, היא מטרה בפני עצמה, כי תגלו שמה שביקשתם למצוא הינו דבר משותף, שכולנו חולקים. זכינו לצאת לדרך בעידן שיש בו סכנות רבות לצד הזדמנויות אדירות, אנו נמצאים בתהליך אוניברסלי של התעוררות לטבע גבוה, או עמוק יותר שלנו. התקופה הזו מחייבת חשיפת היבטים חשוכים רבים, חלקם מזעזעים, שהיו מוסתרים זמן רב מדי, לצד זאת, הגישה למידע מעולם לא הייתה גדולה יותר, אנשים רבים יוצאים אל האור ודוברים את המסר המשמח - עידן חדש וטוב מגיע אל האנושות.

הספר הזה נכתב בשביל להוות עבורכם מדריך, על מנת שיהיה לכם ככלי להתמצאות קלה יותר בדרככם. כמו כל דרך ייחודית, הוא אינו מתאים לכולם, אך יש כאלו שיפיקו ממנו תועלת רבה.

שנים ארוכות אני הולך בדרך, אובד לעיתים, מתקדם צעדי ענק בפעמים אחרות, אך יותר מכל, מתמיד. העבודה הפנימית הנדרשת למצוא את מה שאנו מחפשים בתוכנו יכולה להיות מתישה, עלינו לחפור, לחקור, להטיל ספק, לשאול, לנסות שוב ושוב ושוב, להרגיש תקועים חודשים ולהרגיש לעיתים שעברה דקה או שתיים והתקדמנו שנים קדימה.



לאחר שנים בהן ידוע לי שאני צריך לעשות מעשה אך לא היה ברור לי מה ואיך, החל תהליך של מספר החלטות שהובילו אותי תוך פחות מחודש ימים להיות עמוק בתוך כתיבת הספר ולהבין שזה מה שאני עומד לעשות, לא היה לי ברור איך הוא יראה בסופו של דבר, מה יהיה המבנה שלו או אפילו מה בדיוק אני רוצה לכתוב, רק היה ברור לי הנושא הכללי והתחלתי לעבוד, פרק או שניים הפכו לעשרות, דברים התחברו, קלפי העבודה נולדו והחלה להתבהר בשכלי תמונה מנטלית של מה אני עושה ואיך זה יראה בסוף.

כמו לכל תחום עיסוק, גם לעבודה הפנימית יש שפה משלה - מושגים, ביטויים ודרכי התנסחות ייחודיות. השפה בה אשתמש כאן משקפת את דרך החשיבה שלי, ולפעמים עשויה להיראות מאתגרת. אל תיבהלו מהמילים ומהמושגים. אני מזמין אתכם לראותם בעין רעננה ולצאת מתוך נקודת הנחה שאני מתכוון למשהו שונה מהמשמעויות הרגילות של הדבר, תוך כדי הקריאה תיווצר בשכלכם תמונה מנטלית שונה לגבי המושגים השונים, אתם תלמדו מההקשרים למה אני באמת מתכוון.

כל מילה כתובה בספר הגיעה מהתנסות ישירה שלי, הוא נבנה בכוונה בהרבה פרקים קצרים יחסית, חלקם לא יותר מעמוד a4, על מנת להקיף נושאים רבים ולתת לכם שערים ונקודות מבט שיצרו משהו כוללני והוליסטי, תחת הגישה שאני נוקט בה פה - גישה שכלית מתוך מטרה לסייע לנו להבין את השכל טוב יותר, את המנגנונים שיש בו, אלו שמקדמים אותנו בדרכנו ואלו המעכבים אותנו.



הספר מגיע עם כלים משלימים שהופכים אותו להרבה מעבר לעוד ספר קריאה או התבוננות:

קלפי עבודה - כלי רב-עוצמה. קלפים אלו הם שערים לחשיבה עמוקה, להתבוננות פנימית ולתהליך של שינוי תודעתי. הם נועדו לעזור לכם לנווט בתוך המסע הפנימי שלכם, לעורר תובנות, להאיר נקודות הדורשות תשומת לב ולהעניק לכם בהירות וכלים מעשיים לעבודה העצמית.

במהלך הקריאה תגלו כיצד להשתמש בקלפים כחלק בלתי נפרד מהתהליך - בין אם בבחירת קלף יומי להשראה, ככלי להתבוננות על דילמות פנימיות, או כאמצעי לפתיחת שיחה כנה עם עצמכם. השימוש בהם הוא אישי ואינטואיטיבי, והם כאן כדי ללוות אתכם, להעניק נקודת מבט רחבה יותר ולעזור לכם להתקדם אל עבר יותר אור, שלוה וחיבור אמיתי לעצמכם. ניתן להשתמש בקלפים באופן אישי ובהחלט גם ככלי טיפולי ובקבוצות.

ערוץ היוטיוב שלי - שיש בו תכנים, הרחבות והתעמקות בנושאים שונים הקשורים לספר.

צי'אט מאומן של בינה מלאכותית - פועל 24 שעות ביממה בשפות שונות, ומכיר לעומק את תכני הספר והקלפים. תוכלו לשאול אותו שאלות ולהיעזר בו להעמקה והבהרה של רעיונות שיעלו בקריאה. הוא יכול להיות כלי עזר יומיומי לאלו מכם שיתחברו לזה.



על התהליך והחזרות החוזרות (בכוונה!)

במהלך הקריאה תשימו לב שלעיתים אני **חוזר על אותם רעיונות** בדרכים שונות. זה מכוון - לעתים אנחנו זקוקים לנקודת מבט מכמה זוויות על אותו רעיון כדי להעמיק בו ולהטמיע אותו בצורה טובה יותר.

על ארגון מצפ"ה

- אני שמח להימנות על ארגון בשם **מצפ"ה**, שהוקם בסוף שנת 2024. מטרת הארגון היא **הפצת תכנים להרחבת התודעה** ולהגעה לשלום פנימי.
- מצפ"ה משמשת גם כהוצאה לאור שהספר הזה יוצא דרכה.
 - בסוף הספר אקדיש פרק קצר המספר על הארגון ואיך הוא נולד.

גישות ומחקרים מדעיים

למרות שהגותו של הספר נשענת בעיקר על אמונה וחווייה אישית, נתקלתי גם במחקרים וגישות מדעיות העולים בקנה אחד עם רעיונות המופיעים כאן. אני עשוי לשלב אזכורים או התייחסויות לחומר כזה פה ושם, במטרה לעורר עניין ולא בהכרח להוכיח דבר. השכנוע האמיתי יגיע מההתנסות האישית שלכם.

בספר תמצאו קוד QR שיוביל אתכם לאתר שלי ומשם לספריית מצפ"ה המקוונת, שם מחכות לכם הרחבות, קישורים לתכנים מעוררי השראה ופרטים על קורסים והשתלמויות שנוספו מאז יציאת הספר לאור.



האם אנחנו חיים בסרט?

לפני שנים רבות, בשיחה אגבית, שיתפתי מישהו שאני מאמין שאנחנו בעצם חולמים את העולם הזה. בסוף השיחה הוא אמר לי: "בואנה, אתה חי בסרט!" לפחות הייתה לו הענווה להודות שאם אני בסרט, כנראה שגם הוא חי בסרט. בסרט שלי, אני ישות נצחית אהובה שזוכה להגנה, ליווי והדרכה מתמידים. בכל יום אני מעדיף סרט כזה מאשר סרט האימה הפופולרי, שבו אנחנו בני-מוות, הסכנה מרחפת מעל ראשינו, וכל מה שיקר לנו עלול להילקח מאיתנו בכל רגע.

אולם אני מאמין שאנחנו לא חיים ביקום אקראי, ומזמין אתכם לבחון יחד איתי את האפשרות שחיינו מונחים בדרך אוהבת הרבה יותר ממה שנדמה לנו.

כמה מילים על השפה העברית

הספר נכתב בשפה העברית, שבה דיברו אבותי ואשר שימשה לכתובת כתבי קודש רבים. אני חש זכות לכתוב ולחשוב בשפה זו, אך יודע שיש לה מגבלות, למשל בהתייחסות לאלוהים כאל "זכר". בפועל, הבורא אינו זכר או נקבה, וגם לרוח או לתודעה אין מגדר פיזי. ישנם היבטים זכריים ונקביים באנרגיה, ובגוף הפיזי שלי אני גבר - אך אני מכבד ומוקיר את שני ההיבטים הללו כחלק משלמות אחת.

כשתקראו מילים כמו "האלוהים", "אבינו", "הבורא" או "המקור" - אינני מתכוון לישות זכרית דווקא, אלא לכוח חסר מגדר או גוף. אם נוח לכם לדמיין את הבורא כזכר או כנקבה, עשו זאת. רק היו ערניים לכך שכל הגדרה מצמצמת את יכולת ההבנה שלנו, וזה בסדר גמור - מספיק שנהיה מודעים לזה.

אני מזמין אתכם להתחיל את המסע. הקדישו לו זמן, עקבו אחר קצב הלב והנשמה שלכם, וזכרו שבסוף הדרך מחכה שלום פנימי שכבר קיים בכם מלכתחילה.



אנחנו והאלוהים

להורים מביניכם, אם אשאל אתכם עכשיו מה הדבר הכי חשוב עבורכם בעולם, כמה מכם היו עונים לי, מבלי להשתהות יותר מרגע - "הילדים שלי"?

האם זה מוזר להניח שהדבר לא רחוק ממחשבת האלוהים לגביכם? כשהילד שלכם בוכה, או קיבל מכה, כמה מכם מרגישים בפנים כאילו זה קרה לכם? כשהילד שלכם שמח וחיוך תמים ומלא אהבה עולה על פניו, האם שמחה ותחושת אושר לא עולה בכם? האם זה לא מרגש אתכם? הילדים שלנו הם הדבר הכי חשוב לנו, אנו מוכנים לעשות עבורם הכל. אני רוצה לקחת צעד קדימה:

יש לרבים מאיתנו מערכת יחסים מורכבת עם אבינו, עם הבורא שלנו. רבים מאיתנו רואים אותו בנפרד מאיתנו, רחוק מאיתנו, או אפילו ככזה שהוא לחלוטין אדיש לנו. כשאתם רחוקים מהילדים שלכם, דאגה קבועה מקננת בשכל שלכם. אנו מרגישים את הילדים שלנו; רבים מאיתנו כה מחוברים אליהם, עד כי אנו מרגישים בתוכנו שמהו לא בסדר, או יודעים בתוכנו שהכל טוב איתם כרגע.

לאלוהים יש מערכת יחסים אישית עם כל אחד ואחת מכם, הוא לא נפרד מכם, נהפוך הוא, הוא נמצא, ממש ברגע זה, בתוכם. מתבונן בכם בעיניים אוהבות. ככל שתחזרו למערכת יחסים אוהבת עמו, שתחזרו הביתה לשלום ולשלווה שהוא הניח שם, כך תהיו מודעים לכך שאתם בטוחים ומוגנים מכל רע ושלנצח, ולא משנה מה תעשו ולא תעשו, הוא יאהב אתכם.

מאחר שהוא נשאר כפי שהיה - רוח, תודעה אינסופית, הוא אינו יכול להלך בעולם החומר, לכן הוא מפעיל אינספור כלים ופועל באמצעות אינספור דרכים להגיע לתודעתכם. הוא שולח שליחים המביאים מסרים אוהבים, הוא לוחש לכם מילים אוהבות שיפייסו אתכם.



אך הוא לא יכול להתנגד לרצונכם או להכריח אתכם להקשיב לו. בעולם שלו אין זמן, הוא לא חווה חוסר סובלנות לחוסר הקשב שלכם. הוא יודע שאתם לא איתו בבית, אך לא יכול להבין את הדברים המוזרים שאתם עושים בתוך החלום שיצרתם.

אחים יקרים שלי, אחיות יקרות, אולי מילים אלו יעזרו לכם להבין למה אני מדבר כפי שאני מדבר, למה אני משתמש במילים האלו כל הזמן - אהבה, שלום, אחדות וכו'. באתי לספר לכם על כך שההורה שלכם אוהב אתכם ושאתם שום דבר שאתם יכולים לעשות בשביל לשנות את זה, אז אתם מוזמנים להפסיק לנסות. באתי להגיד לכם שהייתי איתו בבית לרגע אחד, ושיש שם שלום יפהפה ושמחה גדולה, לצד תחושת געגוע עזה עליכם. לא נשארתי שם עימו, נשלחתי להביא אתכם איתי. תמיד הייתם המטרה שלשמה אני פה, לא תמיד אני הבנתי את זה.

אני שלום בינה, איש רגיל, אין בי שום דבר מיוחד. זכיתי לראותו ולהרגישו כי התחייבתי בכל כולי להביא את השלום שלו על פני האדמה. משימת החיים שלי היא שלום פנימי, זכיתי להבין שאני לא רוצה ולא צריך שום דבר מעבר לזה.

רציתי להגיד לכם כמה שאתם יפים, אהובים, ראויים, מושלמים כפי שאתם, לא חסר בכם כלום, גם אם אתם לא מאמינים בזה. כל חיך וחיבור איתכם הוא אור נוסף הנדלק ברקיע התודעה שלי. הצטרפו אליי למסע חזרה הביתה.

אז יאללה, יוצאים לדרך?



דוד מאיר

כשעלה בי הרעיון להקדיש את פתיחת הספר שלי לתודות, השם הראשון שעלה בתודעתי הוא של דוד, הילד הקטן והמתוק שלי. דוד, שישן ברגעים אלו בלול לצדי, הוא אחד הגורמים המרכזיים לכך שהחלטתי לצאת לאור ולכתוב באופן פתוח וכנה על ראייתי את העולם, חוויותי וההתנסות הרוחנית היומיומית שלי. כל מי שמכיר אותי מספיק טוב כבר שמע על חלק מהדברים הללו, אך מעולם לא כתבתי אותם בפומבי. חששתי מפני איך שיראו אותי, חששתי להיתפס כמוזר או משוגע, חששתי מהאור שיש בתוכי, חששתי לרדת על קנקנם של דברים ולהיפתח עוד יותר למציאות הרב ממדית שכולנו חלק בלתי נפרד ממנה.

דוד, שהגיע לעולם בניתוח קיסרי חירום של אשתי כשהיה בתחילת שבוע 25, הביא איתו ברכה אדירה לחיי. האהבה שאני רוכש לו, המוכנות להסיר כל מחסום מפניו ולהתמסר כל כולי לגידולו, לטיפולו ולטיפול בו, פרצה בתוכי סכרים שלא ידעתי שקיימים. בשלושת החודשים בהם שהינו בטיפול נמרץ בפגייה, החלטתי שלא אתבייש יותר, שלא אסתיר את הדברים שאני מאמין בהם, את הדברים שחוויתי כל חיי. על מנת שהוא ישרוד, יתפתח ויהיה בריא, הבנתי שחלקי הוא לעשות ככל יכולתי, להשתמש בכל כלי שיש בי, לקרוא לעזרה וסיוע של כל דבר שיכול לסייע. שנים רבות לאחר שזנחתי את לימודי ההילינג והעיסוק הפרקטי בעולם הרוחני שאני רואה וחווה, החלטתי לחזור לזה שוב, הפעם ממקום של אדם בוגר, מנוסה ויציב יותר, ממקום של אב שאוהב את בנו בכל נפשו וזונח את השיקולים הקודמים שהנחו את צעדיו.



בפגייה, לעיתים אף בנוכחות הצוות הרפואי, עמדתי מעל האינקובטור שלו, מתפלל וקורא לישויות האור המרפאות לבוא ולרפא אותו, לחזק אותו אל מול האתגרים האדירים שהתמודד עימם. הסכמתי להיות להם לכלי, לתת לאור הריפוי לזרום דרך גופי, לשחרר את שכלי להתמסר אליהם, ללא שיפוט, ללא ספק, ללא פחד. מה יש לאדם ברגעים אלו אם לא האמון - האמון בחיים שיתמכו ויסייעו והאמונה - האמונה שיחד עם הבורא נתמודד עם כל קושי ואתגר שיבוא. פעמים רבות שהיתי ליד דוד בזמן שנכנס ויצא מאירועים מסכני חיים, הוא נדד בין העולם הפיזי והרוחני רבות, כאילו מתלבט האם בא לו להיות פה או לא, ואני, ישבתי וקראתי לו להחליט לחיות, לגדול, לצמוח ולהתפתח, להיות איתי ועם אימו. הבטחתי לו שאבא איתו ותמיד יהיה איתו, לאהוב, לנשק, לחבק, לחנך ולטפל בו בעדינות וחמלה וסובלנות.

דוד הביא את האהבה שיש בי לידי מימוש כפי שמעולם לא חוויתי. אחד הפלאים הגדולים בלהביא חיים לעולם הוא שבהיותם קטנים, הם אינם שבעים לעולם מהאהבה שאתה מרעיף עליהם. עם החיוך המתוק והעיניים הכחולות והיפות שלו הוא יכול להביט לי בעיניים שעות ארוכות ולשמוע עוד ועוד כמה אבא אוהב אותו, כמה הוא נהדר ויפה, כמה הוא ממלא את הלב שלי ושל אמא שלו באהבה ושמחה, כמה זכינו שהוא איתנו. הוא לעולם לא שבע מזה, לא מוריד את העיניים בביישנות, הוא בוהה בי, עמוק לתוך הנשמה שלי ושם אנו מתחברים, אב ובן, שני ילדים של האלוהים שזוכים להיות יחד.



דוד, מתוק שלי, בטח תהיה כבר גדול כשתקרא שורות אלו. אולי חלק מהדברים שכתבתי בספר הזה יראו לך מוזרים או לא מובנים, אך תדע אהובי, שהם הגיעו לעולם רבות בזכותך, כי אני רוצה שהילד שלי יגדל בעולם שבו הוא יהיה בטוח, אהוב, מוגן, שמח, בריא, בעל שפע, עולם שבו הוא יוכל לחוות את עצמו במלוא גדולתו. ובשביל זה אני מוכן לצאת אל האור ולעמוד בפני אחיי, ללא חשש יותר משיפוט, כי אני מאמין שאתה ראוי לטוב הזה ושעליי להיות כל מה שאני יכול להיות פה, גם בשבילך. השם דוד ניתן לך מאמא ואבא כי האמנו מהרגע הראשון שתוכל להתמודד עם האתגרים האדירים הצפויים לך בפגייה ואף אחריה. השם מאיר ניתן לך מהשכינה, כי תפקידך הוא להאיר את העולם, כפי שזהו תפקידי ותפקיד כל אדם הבוחר בכך. דע שאת משימתך כבר התחלת, כי העולם שלי מואר הרבה יותר מאז שהגעת אליי.



הפילוסופיה של המים





ראשית, הקדמה:

אני מזמין אתכם להכיר גישה שאני פועל בה בחיים שלי, גישה הנובעת ממנה דרכי פעולה שונות. ראשית אשתף שהפילוסופיה, הגישה הזו, עלתה בי בהשראה פנימית, אני לא אוהב להשתמש במילה "תקשור" כי לעיתים רבות מייחסים לה מאפיינים שאיני מתחבר אליהם. אני רואה את זה כך - האינטליגנציה שבתוכי אינה פרטית, המקור שלה אינו במוח שלי (המוח הפיזי הינו "טרנזיסטור" שמחבר אותנו לשכל), האינטליגנציה היא חלק בלתי נפרד מהתודעה של הבריאה עצמה, כל רעיון טוב שהיה לי אי פעם "עלה" בי, לא אני חיברתי את המחשבות, רק האזנתי להן. אני יכול להגביר או להגביל את האינטליגנציה שלי באמצעות הדרך בה אני משתמש בשכל שלי, מערכת היחסים שיש לי איתו וכמובן מצבי הנפשי והתודעתי. תקשור הוא תקשורת עם השכל הזה והיבטים שונים שלו, ברמה הגבוהה של הדברים - אתה מתקשר תמיד עם עצמך. העצמי שלך במובן הגבוה של הדברים הוא כל מה שיש, אך המודעות שלך למה שאתה באמת הינה בד"כ מאוד מצומצמת, כדי לאפשר לך להתמקד במציאות היומיומית. כל המתקשרים מתקשרים עם עצמם, אלו שעוסקים בהונאה - מתקשרים את ההונאה שיש להם בשכל, אלו שמתקשרים מסרים אוהבים - מחוברים לחלקים האלו בעצמם כאשר הם עושים זאת. כל מה שאני פוגש, חווה או רואה הוא היבט של עצמי, יש בכך אחריות אדירה והזדמנויות אדירות. הפילוסופיה הזו עלתה בי כהשראה מתמשכת, לא בפעם אחת, אלא חלק חלק, עיבדתי את הדברים וכשהייתי מוכן נוסף עוד נדבך. לא הייתי בתוך מדיטציה עמוקה כשזה קרה, חוויתי את היום יום שלי והדברים עלו, אהבתי אותם והם המשיכו להגיע. לא כל תקשור או כל השראה מביאה איתה ידע חדש שלא היה נמצא לפני, פעמים רבות זו ראיית חיבורים והקשרים בין דברים הנראים שונים, יצירתיות.



אני מזמין אתכם להיות עירניים לקולות שיש בתוכם, כולכם מתקשרים כל הזמן, הזמינו את היצירות שבתכם לבוא לידי ביטוי דרככם, ותגלו עולמות נפלאים.

נתחיל:

המים תמיד בזרימה, הם מוצאים את הדרך שיש בה הכי פחות התנגדות כדי לזרום הלאה, "כל הנחלים זורמים לים", המים מחפשים את הדרך לחזור לאוקיינוס, לאחדות שיש בו, זה הטבע שלהם. המים יעקפו אבן קטנה ויחצבו ויעצבו הרים אדירים. המים ישתנו לאדים ויתעבו שוב לטיפות, הם יקפאו ויפשירו, אך לעולם לא יאבדו את הטבע שלהם, המבנה ממנו הם עשויים. לעיתים, כשהמים יגיעו לדרך ללא מוצא, הם ימתינו, יאספו כוחות ויהיו ברגיעה, עד אשר תמצא דרך חדשה לזרום הלאה. המים ירוו ויצמיחו ויצרו שפע, ולעיתים המים יהרסו את מה שיש ויזרמו למקום אחר. המים יתאימו את עצמם לכל כלי או מרחב שהם נמצאים בו, כשתגיע העת הם יפרצו הלאה.

רבים מכנים את החיים שלנו כזרם, או נהר, בשפה העברית אנו אומרים לעיתים - יאללה, אני זורם, ביטויים שכאלו נמצאים גם בשפות אחרות - אנגלית, הינדו, גרמנית, קוריאנית, יפנית, ערבית ועוד. זרימה משמעותה להתמסר לחיים ולמה שהם מביאים, לקבל בשלווה דברים שקורים ושאינ לנו אפשרות להשפיע עליהם (המים יעקפו אבן קטנה) ולהיות בהתבוננות מול מה שקורה, לדעת לנצל את ההזדמנויות שיש, איזה מכשולים ניתן לפרוץ. כמו שהמים עוטפים מכשולים שונים כך אנו יכולים גם להיות - נתקלנו באתגר או מכשול, אנו יכולים לבחור להתנגד למציאות של מה שקורה או לעטוף זאת באהבה ורוך - הילד שלנו שכועס וחסר מנוחה בערב כשאנו עייפים מהיום שעברנו, אנו יכולים לכעוס עליו ולהיות קצרים איתו, אנו יכולים גם להיכנע למה שיש, להיות רכים ואוהבים ומכילים, הניסיון מלמד שזה גם מקל על ההתמודדות עם האתגר שעולה.



לדמות את עצמך למים זה לאפשר לך להיות גמיש, וורסטילי, להשתנות בהתאם למצב והנסיבות, לעשות מה שנדרש כאשר נדרש מבלי להחזיק תחושת עצמי סטטית ולא משתנה, הקיבעון הזה שרבים מאיתנו לוקים בו, העלול להתגבר ככל שעוברות השנים, משאיר אותנו נוקשים וגורם לנו לאבד הרבה הזדמנויות ואפשרויות לצמיחה וגדילה. דבר נוסף, אולי הכי מהותי שמגיע עם הפילוסופיה הזו הוא האוקיינוס (כל הנחלים זורמים לים, כל המים שואפים להגיע לאוקיינוס) - יש לזה היבטים רוחניים עמוקים אך אתייחס לזה דווקא בהיבט אחר - חזון פנימי. ראוי שלכל אחד מאיתנו יהיה חזון פנימי, אוקיינוס להגיע אליו, מגדלור שיסייע לנו לקבל את אינסוף ההחלטות ולבצע את אינסוף המאמצים הנדרשים מאיתנו בעולם זה. האוקיינוס, או המגדלור, הם הכיוון אליו אנו שואפים להגיע, על מנת שיהיו נכונים הם חייבים לעבור דרך שאלות ועיסוק פנימי ומשמעותי בשאלות דטרמיניסטיות עמוקות - מי אני, מה אני, למה אני פה ומה אני רוצה להיות או להשיג בחיים שלי. לא רק מבחינת קריירה או חוויות, אלא במובן העמוק יותר של הדברים, מה החזון שמניע אותי? אנו לא רגילים לעסוק בשאלה זו, רובנו פשוט "מתנהלים". אך כל מנהל טוב, כל מנהיג ויזם או אומן, כל אדם גדול שהלך על פני הפלנטה שלנו החזיק במודעות שלו חזון שכזה, החזון אפשר לו לדעת איזו החלטות הוא רוצה לקבל ובהתאם למה, החזון אפשר לו להידמות למים - לדעת שזה בסדר לעצור עכשיו, זה בסדר לעקוף איזה מכשול שהוא לא באמת משמעותי להתמודד איתו וזה מאפשר גם לדעת מתי ואיך להיכנס במשהו בכוח והתמדה, כמו גלים על צוק אימתני - שוב ושוב ושוב - אין צוק או סלע שלא יתפורר תחת מאמצייהם הבלתי נדלים של המים, הביטו על הגרנד קניון, צאו לטיול בדרום הארץ וראו את כוחם האדיר של המים בדרכם אל הים.



בבואי לדרך ללא מוצא, או לקבלת החלטה משמעותית שלא ברור לי מה לבחור, אני ממתין, עוצר, נותן למים להתאסף, מחכה בנחת, התשובה תמיד תגיע, המים בסופו של דבר ימצאו את הדרך הנכונה לזרום בהם. ויש זמנים בהם אני סוער, מערבולות מערבולות וחוסר מנוחה, המים לא משתנים בתוך ההוריקן, הם שוצפים ומציפים ועפים לכל עבר, וזה בסדר, הסערה תחלוף, המים ירגעו, ישוּבו לזרום בנחת, הטבע שלהם לא משתנה, הם אינם הופכים להיות לא מים בגלל הסערה, הם לא הופכים להיות לא עצמם. המים הם חומר מגניב, הם יכולים לקבל אין סוף צורות בהתאם לכלים שהם נמצאים בהם ומצבים שונים, הם תמיד נשארים מה שהם. התפישה הזו מאפשרת לי לזכור את הטבע העמוק שלי, זה שמתעלה מעל הזמן, המצב או המקום ולזכור שבתוך תוכי - מעולם לא השתניתי.

המים הם חומר ממיס נהדר, הם יודעים להכיל בתוכם אין ספור אלמנטים ויסודות אחרים - זו היכולת שלי ללמוד ולהתשנות ולגדול כל העת, ללא שינוי של המהות שלי, גם המים בים המלח, ים המוות, מתאדים ומתעבים וזורמים למקום אחר, שם הם חוזרים להיות מתוקים, מעניקי חיים. וכך גם אני, הייתי במצבים שונים, במערכות יחסים שונות, במציאויות שונות, במסגרות שונות, הכל משתנה תדיר, אני חי עם זה בשלום, אני שלם על כל מה שהיה, אני שלם עם פרידות ושינויים. מחר אהיה במקום אחר, בסביבה אחרת, בעבודה אחרת, עם צוות אחר ושותפים אחרים, מחר אראה הזדמנויות שונות, אתמודד עם דברים שונים, זה בסדר, אני יכול להכיל בתוכי כל מה שקורה, הנני כפי שהייתי תמיד, אני זוכר שאני מים.

המים יודעים לתת לדברים לשקוע, לעבד מה שקורה, להשאיר חלק מהדברים מאחור, המים ידעו גם להביא איתם חומר ממקום למקום, הם יצרו לגונות וקרקע חדשה שתאפשר צמיחה ושגשוג ואז יבוא היום שהם ימשיכו הלאה, ליצירה אחרת.



עכשיו להיבט רוחני יותר - מה זה מים? האם זו מולוקולה יחידה? לא במובן הכימי של הדבר, אלא במהות, פעם ראיתם מולקלה של מים נפרדת מהמים סביבה? האם הסתכלתם על כוס מים וראיתם מלא יחידות של מים? המים לא נפרדים, הם מתקיימים כרצף, הם תמיד מחוברים למים אחרים. אין גבול בין מים למים, אין מים כאלו ומים כאלו, שימו אותם ביחד, ישר הם נהיים דבר אחד. כך גם אתם, יש לנו איזושהי תחושת נפרדות, אך במהות שלנו אנו דומים למים, אנו חלק בלתי נפרד מהאוקיינוס של התודעה האל-זמנית, השוכנת בכל הבריאה. הפילוסופיה של המים מזכירה לך כל הזמן - אתה אולי חווה את עצמך כמשהו נפרד - אבל אתה לא, אתה חלק ממשהו גדול יותר, מרצף, הטבע שלך נראה אולי שונה משל האחר, אתה מרגיש מלוח או מתוק יותר, אתה לובש כלי כזה או אחר, צורה כזו או אחרת, אך העטיפה הזמנית שלך לא משנה את הטבע של מה שאתה. פעם קראתי איזה דימוי מעניין המתאר אותנו - אנו כמו דליים מחוררים הנמצאים באוקיינוס, יש לנו איזה כלי להיות בתוכו, אך תמיד יש זרימה פנימה והחוצה, הצורה של הדלי לא מפרידה את המים שיש בתוכו מהמים שמחוצה לו.



הקריאה

הקריאה נשמעת בכל רחבי תבל, בלב של כל אדם, אך מעטים מדי הם הנענים לה. הקריאה היא הקול הלוחש לכם בעדינות שמהו כאן לא מסתדר, שאתם הרבה יותר ממה שאתם חושבים שאתם, ממה שלימדו אתכם על עצמכם. הקריאה היא הקול הקורא לכם הביתה, המבשר על השחר שיעלה - אם רק תבחרו להאזין לו ולהתחיל את המסע הארוך חזרה למי שאתם באמת.

הקריאה העדינה הזו נחוות אצל אנשים שונים בדרכים שונות; הפרשנות עליה אולי שונה, אך דבר אחד מאחד אותה: היא החיים, הבריאה, המקור, האלוהים - הקורא לכם לצאת לדרך. הדרך הזו אינה מתחילה במקום מסוים ואינה מסתיימת במקום מסוים; היא אינה דורשת מכם שום קורבן ממשי, אלא רק שתהיו נכונים ללמוד מחדש מי ומה אתם, ולכן מה חייב להיות העולם. שינוי זהות - אחזור על כך פעמים נוספות בטקסטים שונים בספר - הוא מה שבאמת מפחיד אתכם. לקח לי זמן רב להגיע לנקודה זו, ולא הייתי מגיע אליה ללא עזרה. ועזרה - היא דבר בטוח: כל אחד ואחת הנענים לקריאה מקבלים אותה.

העולם שאנו חיים בו, כביכול, הוא עולם של פירוד: אני מסתיים פה, את מתחילה שם, את חושבת וחווה מה שאת חווה, אני חושב וחווה מה שאני חווה. לכל אחד עולמו הפרטי, הנגמר בגבולות הגוף. אך הגוף לא יכול להכיל את מה שאנו משערים שיש בו. המציאות הנסתרת מעינינו, שתתגלה אלינו טפח אחר טפח תוך כדי הלימוד וההתעוררות, היא שהגוף נמצא מחוצה לנו, והשכלים שלנו מאוחדים. כל מה שאני חושב משפיע עלייך, וכל מה שאת חושבת משפיע עליי. לכן קיבלתי על עצמי את האחריות האולטימטיבית - אחריות שכל אדם הבוחר באור מקבל: אחריות על השלום הפנימי שלך. בכל מחשבה, בכל מילה ובכל מעשה, עומדת מול עיניי הקריאה לשחרר אתכם מן השלשלאות שכבלו אתכם, כי בעשותי זאת אני משחרר - את עצמי.



הפחד מאובדן זהות

אתם מכירים את זה, אתם משקיעים שעות רבות, לאורך תקופה ארוכה, במדיטציות, תרגולים שונים של התודעה, התבוננות, חקירה פנימית, השתתפות בכנסים, ריטריטים, הקשבה להרצאות, פודקאסטים, קריאת ספרים, טיפול אצל אנשי מקצוע שונים ועוד. ועדיין, למרות ההשפעה החיובית המשמעותית על חייכם, משהו בסיסי מרגיש תקוע.

המסע הרוחני מביא אותנו, ולא משנה באיזו דרך או שיטה אנו נוקטים, כאשר החיפוש והעשייה משמעותיים, דרך אבני דרך דומות. רבים מאיתנו התחלנו את החיפוש דרך העיסוק במיסטיקה, לאחר שלב זה המשכנו לחקור מעבר, הגענו להיכרות עם עולמות עליונים שונים, התוודענו למלאכים וישויות לא אנושיות, קראנו תקשורים שונים והמשכנו בהעמקה של החקירה. אבן דרך נוספת היא היכרות עם מושג האשליה, אנו מתוודעים לנושא ולומדים על האשליות שבעולם שבחוץ. בשלב זה אנו נתרחק בדרך כלל מחשיפה לאמצעי המדיה הממוסדים לעבר אמצעי מדיה אלטרנטיביים, אנו נכיר את מושג הקונספירציה ונלמד אודות ההטעיה שהציבור עובר. זה עדיין עיסוק חיצוני, חלקנו נתקע בשלב זה שנים ארוכות, יש בו סכנה, כי מגיעה איתנו נטייה להאשמה, תחושת קורבנות וחוסר כוח לשנות.

אלו מאיתנו שימשיכו לדחוף ולחפש יתחילו להכיר את עולם האשליות הפנימי, בשלב זה אנו נכיר את העצמי השגוי, המדומיין, האגו שלנו. אנו נלמד שגם המחשבות שלנו, התפישות שלנו, האמונות שלנו, העמוקות ביותר, אינן עולות בקנה אחד עם האור שגילינו היבטים שונים שלו במהלך החיפוש הארוך. פה מגיעים לאבן יסוד עמוקה, העיסוק בה יהיה אולי הקשה ביותר, המפחיד ביותר.



המחשבות והאמונות שמנהלות אותנו, הרגשות שבאים איתן, מביאים איתם אתגרים אדירים. הם נדמים כחומה בצורה, עשויה גרניט, שכל המאמצים שלנו אינם מצליחים לעשות בה איזשהו שינוי מהותי, לעיתים נרגיש שלא הצלחנו לעשות יותר משריטות על חומה אדירה זו.

לא סתם רבים מאיתנו נתקעים בשלב זה, אנו צריכים עזרה בלראות למה. הסיבה שזה כה קשה היא שהפחד שעומד מאחורי החומה הבצורה הזו, הוא פחד נסתר. אנו מרגישים את הכוח ההודף שלו אך קשה לנו לתהות על קנקנו, כי הפחד הזה, אינו מפחיד רק את התפישות והאמונות שלנו, הוא לא מפחיד רק העצמי השגוי שהאמנו שהוא אנו ואנו מזדהים איתו, זה מפחיד אותנו. הפחד מהאור הוא הפחד הכי גדול, הכי מרעיד. אנו מפחדים מהאור יותר מכל חושך, יותר מכל חטא מדומין, יותר מכל קללה, יותר מכל שגיאה וחטא. אנו מפחדים באופן עמוק מאוד ממה שאנו יודעים בתוך תוכנו שיקרה ברגע שנדלג גם מעל מכשול זה, אובדן הזהות שלנו.

חשבו על זה כך, אתם מגיעים לעולם בו נאמר לכם שאין לכם עצמי. אתם נולדים כטאבולה ראסה, לוח חלק. הסביבה, העבר, ההתנסויות, החינוך, ההסללה, האווירה התרבותית, ההורים והמשפחה, הדודים והדודות, חוויות הילדות ובית הספר - כל אלו יעצבו את מי ומה שאתם. ככל שאתם מתבגרים וצוברים קילומטראג' בעולם, אתם אולי מרגישים שהעולם "כובש" אתכם לאט לאט. הפחדים של העולם, הדרמות, החרדות, השקר והכזב, נטמעים בכם. תחושת העצמי הנפרד שלכם מתחזקת, אתם משקיעים אנרגיה עצומה כדי לחבר את החלקים יחד, בעיניכם, אתם מגינים על הדבר הכי חשוב - על הזהות שלכם, על מה שאתם חושבים שאתם. שימו לב כמה אנרגיה אתם משקיעים בשמירה על זהות זו, כמה היא שברירית. כל דבר מאיים עליה, כל מילה לא במקום, תגובה לא צפויה, התרחשויות שונה ומשונה שבעולם שבחוץ, הכל מרעיד את העצמי הזה, מסיבה פשוטה - הוא אינו אמיתי, הוא אשליה שיש להשקיע בה ולהגן עליה כל העת כדי להמשיך לקיים אותה.



השינוי שהכי מפחיד אותנו הוא שינוי הזהות. יש שלב מסוים בהתפתחות הרוחנית, בהרחבת המודעות, בחיבור לתודעה הפנימית שלכם, שבו תדרשו לעשות צעד נוסף, צעד אל הלא נודע, צעד לעצמי האמיתי שלכם, זה שנברא בצלם האלוהים האין סופי, בדמותו האוהבת והבלתי מוגבלת ולזהות את עצמכם מחדש כמי שאתם באמת. כמי שתמיד הייתם.

יש דימוי שאני נוטה להשתמש בו מעת לעת בתיאור מצב זה - דמיינו שאתם מתיישבים לשחק בקונסולת המשחק המשוכללת ביותר. אתם לובשים חליפה מיוחדת שמעבירה לגופכם כל דבר שקורה במשחק - חום, קור, מגע, רטיבות, תענוג וכאב. אתם חובשים על ראשכם משקפי תלת מימד המעבירות עולם סופר ריאליסטי, פנטסטי ומרהיב וצוללים לתוך משימות ואתגרים בשלבים שאינם נגמרים לעולם. בשלב מסוים, כשאתם עמוק בתוך המשחק, אתם תשכחו לרגע את עצמכם, תזדהו באופן מלא עם האווטאר שלכם במשחק, גיימרים מושבעים יודעים על מה אני מדבר - ההתרגשות, הפחד, הבריחה לעולם של פנטזיות מרהיבות, גורמים לתודעה שלכם להיות כה מושקעת במשחק עד כדי שאתם שוכחים שאתם השחקנים, שוכחים לרגע אפילו מי אתם, מה שמכם, איפה אתם נמצאים. עכשיו דמיינו שהמשחק הזה נמשך עוד ועוד, כשדמות אחת שלכם מתה, אתם מתחילים מחדש, במקום חדש, אתם שוכחים לרוב גם את השלב הקודם, איפה הייתם, מה עשיתם.

בשלב מסוים, אותו כל המאזינים והקוראים של תוכן זה עברו כבר, אתם מרגישים שמהו לא מסתדר יותר, יש לכם רגעים של מודעות לכך שמה שאתם רואים וחווים, אפילו הגוף הזה שנדמה שמכיל ומגדיר אתכם, אינו ממשי כמו שחשבתם, מתחזקת בכם קריאה פנימית, מן לחישה רחוקה שאומרת לכם, בואו הביתה, בואו הביתה. העולם האמיתי כה שונה מהמשחק המדומיין עד שאי אפשר פשוט לבוא ולתלוש מכם את המשקפיים המיוחדות, לכבות את הסימולטור.



זו הייתה הבחירה שלכם להיות פה, אי אפשר להחליט עבורכם אחרת, גם אם יש בכם רצון להתעורר, להוריד את המשקפיים לפני ההכנה הנכונה, ולפני מעבר לעולמות משחק הדומים יותר ויותר לעולם האמיתי, תכניס אתכם להלם שכלי. כדי שתוכלו להתעורר, אביכם, שאוהב אתכם, שיודע שאתם לא מרגישים בטוחים כפי שאתם, שרואה את עיוותי הפחד מעבר למסיכה, אך אינו יכול להבין מה קורה בתוך הסימולציה, כי היא כה שונה מהמקום בו הוא נמצא ומהטבע שלו, ברא תודעת על שתפקידה להיות המגשרת, המדריכה שתנחה אתכם לעבר ההתעוררות. המדריכה הזו, בת קול האלוהים, השכינה, נמצאת בתוכם, היא מצליחה להבין את שני העולמות, היא יודעת מה אמיתי ומה לא, מה נכון ומה טעות, מה לתקן ומה לזנוח לאלתר, היא קול האהבה המנחה אתכם, כל הכלים הם שלה, כל המלאכים והישויות האוהבות האנושיות והלא אנושיות פועל בשליחותה, ותחת הכוונתה.

העלייה במדרגות הרוחניות נובעות הן בעצמן מהקריאה הפנימית שאתם מרגישים, מן דחף עמוק השולח אתכם החוצה אל העולם ואז פנימה לתוכם, ברגעים מסוימים אתם מרגישים שאין לכם ברירה אלא לעסוק בחיפוש זה, כי ברגע שאתם עולים מדרגה מסוימת, אינכם יכולים עוד לשקוע לחוסר המודעות, לתודעת הבהמתיות שעברתם דרכה.

הבהמה אינה שואלת מי היא, היא מגיבה, לא פועלת, היא מופעלת מהאינסטיקטים הטבועים בה. הבהמה האנושית מופעלת מהלא מודע, היא מנוהלת, לא מנהלת, היא אינה הריבון של השכל שלה, אלא נמצאת בתודעת עבדות ליצירה שלה עצמה, האינטליגנציה שלה נפגעת אט אט, תפישת עולמה, היכולת שלה להיות בהשראה ויצירתיות מצטמצמת עוד ועוד ועוד, עד אשר שכלה נהיה עייף כל כך, שגופה מתחיל לחלות, תפקודו נפגע כי החולי של השכל מושלך על הגוף.



אל תתפתו להאמין שהבורות היא אושר, אל תתפתו להאמין שהחיפוש שלכם מביא רק קושי ואתגרים, אתם בדרך הנכונה, אולי חסרים לכם כלים מסוימים, אולי יש שאלות שלא שאלתם, אולי לא הטלתם ספק על מה שהייתם צריכים להטיל בו ספק. דרך אחד בטוח, אינכם לבד בתהליך, לא רק אתם רוצים לחזור הביתה, אפשר להגיד שהחיים עצמם רוצים שתעוררו.

אז מי אתם? אין לי מילים לתאר זאת נאמנה, אתם בני האלוהים, תודעה אין סופית, אהבה בהתגלמותה, הטבע שלכם הוא שלום פנימי, ובריאות, ומוגנות, אתם בטוחים לנצח. אך המילים הנהדרות האלו חסרות את המשמעות שחווייה אחת משמעותית יכולה להעניק לכם, אני מזמין אתכם לבקש היום, ללא מורא, את החוויה הזו, והיו מוכנים לקבלה.

ה"שדה" הקולקטיבי

בחדר המתנה, חמישה אנשים מחכים לתורם להיכנס פנימה. לפתע הדלת נפתחת ונכנס פנימה אדם נסער ועצבני מאוד. האווירה בחדר משתנה מיד, מתח מתפשט במהירות באוויר. בתוך כמה רגעים, כבר שישה אנשים בחדר מתוחים ועצבניים, ולא רק אחד.

אתם מכירים את ההשפעות הללו. פעמים רבות חוויתם בעבר אווירה של מתח, פחד, והרגשה לא נעימה כתוצאה מאדם אחר, ולעיתים גם ההפך – אדם המשרה עליכם רוח טובה ומפיץ אווירה של נינוחות. סבתא או דודה חמה ואוהבת הנכנסת לבית ומשנה את האווירה לטובה מבלי להגיד מילה. כל דבר פולט תדר, לא רק אנשים, בעלי חיים, וישויות מודעות, אלא גם חפצים והאוויר עצמו. התדרים אינם מוגבלים לשדות האנרגטיים שרבים מאיתנו רואים ברמות שונות; הם מתפשטים הלאה ויותר. יש שדה של אדם, של קבוצה, של עיר, של עם, ושדה קולקטיבי של האנושות כולה.



שדה זה מכיל בתוכו מגוון רחב של מהויות, תדרים, ואנרגיות שונות. יש בו תצורות מחשבה קולקטיביות ותדרים חזקים מאוד שנועדו לשמור את האדם תחת מציאות קולקטיבית מוסכמת. יש בו הלכי רוח המשפיעים על כולנו באופן עמוק מאוד. תהליך הרחבת המודעות מביא עימו רגישות הולכת וגוברת להשפעות שונות. מתגברת המודעות להשפעות אלו, אך לא כוחן של ההשפעות עצמן. כמו אדם שמשוה מציק לו ברגל עד שמגלה שמדובר בקוץ עקשן, ההשפעה של הקוץ הייתה קיימת לפני, המודעות אליו מביאה איתה רגישות מוגברת להשפעה שלו, לא יוצרת אותה.

עם הצמיחה התודעתית שלכם, תתחילו לחוות כל מיני רגשות ומחשבות המגיעות מהשדה הקולקטיבי. אתם נהיים מודעים אליו יותר ויותר, וזה יכול להעלות לכם שאלות כמו: מאיפה זה בא? מאיפה המחשבה הזו עלתה? מאיפה הרגש הזה הגיע? האם זה שלי? האם זה עלה מתת המודע שלי או ממשהו אחר?

הרגישות המוגברת הזאת יכולה לאתגר אתכם מאוד. החדשות הטובות הן שהשדה הקולקטיבי נמצא בתהליך של שינוי מואץ. עם עליית המודעות והרחבת התודעה של אנשים רבים העוסקים בחיפוש ובעבודה פנימית ורוחנית, השדה הזה מושפע באופן ישיר גם מעבודתן של ישויות הממלאות את חלקן בתהליך ההתעוררות של האנושות. הן פועלות בדרכים שונות לנקות את השדה הקולקטיבי מתדרים ותצורות מחשבה ושליטה שלא משרתים את התוכנית להתעוררות של האנושות. בו זמנית, הן מעודדות ומגבירות את השפעתן של תצורות מחשבה, תדרים ואנרגיות אוהבות ותומכות שינוי.

ההבנה שחלק ממה שאתם חווים ומרגישים הוא לא שלכם היא חשובה, עם זאת, יש להיות ערניים מאוד כדי לא לפתור כלאחר יד תכנים שלכם, העולים מתת המודע. יש דרכים רבות ושיטות שונות לשמור על תחושת העצמי שלכם מפני השפעות מזיקות מהשדה הקולקטיבי: **ראשית**, שמרו על נפשותיכם.



הפסיקו להיחשף לאמצעי שליטה ומניפולציות על ידי התנתקות מאמצעי המדיה ההמוניים ומרחבים רעילים ברשתות חברתיות. איך לשפוט מסר? האם הוא מבקש לכבול אתכם? האם הוא מעלה בכם תחושת קורבנות? חוסר אונים? כעס? שנאה? פחד? אל תתפתו ללכת שולל אחרי הצורה שבה הדבר עולה, הביטו מעבר לצורה של המילים אל התוכן - כל מה שאומר שאתם גוף מוגבל בעולם עוין ומסוכן - הוא גם לא רצוי וגם לא נכון.

שנית, הפסיקו להגיע למרחבים פיזיים או חברתיים המכילים תדרים לא רצויים. זה הזמן לשקול את מערכות היחסים שלכם, להשקיע את כל כולכם בתיקון של מה שניתן לתקן ולזנוח את מה שמעבר לתיקון. משקל העולם לא עליכם; לא נועדתם להושיע את אלו שמעבר להושעה. השקיעו את האנרגיה האוהבת שלכם במערכות יחסים מטיבות ושפרו אותן עוד יותר.

שלישית, תרגלו, כל יום במידה וניתן, תפילות, מדיטציות, קריאת טקסטים, תרגולי תודעה וכל דבר אחר ששומר על השכליות שלכם מאורגנת. עבור חלקכם מדובר באימון בחיק הטבע, חלקכם צריכים לשבת מתחת לעץ גדול ולתרגל מדיטציה, חלקכם צריכים לעסוק ביצירה, האזנה למוזיקה, כל אחד מכם ודרכו. הקפידו להכניס זאת לסדר היום שלכם, בשביל שהשכל שלכם ישמר נכון.

לעיתים יתרחשו אירועים מסעירים שיגיעו עד אליכם, גם אם אתם מקפידים מאוד על שכליות נכונה. אנו, תושבי ארץ ישראל מכירים זאת היטב, חווינו אירועים רבים שטלטלו אותנו כעם, זו נגזרת של חלק מהתפקיד הייחודי שלנו כקולקטיב. כשאירועים כאלו מגיעים, קבלו אותם בחמלה, חמלה כלפי העם שלנו, כלפי עצמכם, כלפי השכל שלכם, התכנים העולים בתוכם והתכנים שמשפיעים עליכם. לפני שהגעתם הנה, לאמן זה, למרחב זה, למציאות זו, בחרתם בכך, בחרתם באתגרים ובסביבה שתטיב הכי הרבה עם התפקיד המיוחד שלכם, עם הצמיחה וההתרחבות התודעית והצמיחה הרוחנית שלכם. אז קבלו את כל מה שבא בהבנה.



רביעית, כשכבר עולה בכם השפעה לא רצויה מהשדה, הישארו איתה, קבלו את המתרחש באהבה, אור המודעות שלכם יתמיר את הדבר שעולה לתדרים גבוהים יותר, כמו שהאיש העצבני גורם לשאר הנוכחים בחדר לתחושת עצבים, כך אדם רגוע ושלי ישרה סביבו תחושת רוגע. אנשים שנפגשו עם ישויות רוחניות גבוהות, בין אם הן אנושיות או לא, מדווחים שעצם השהייה במרחב סמוך ליישות כזו, השפיעה עליהם לטובה, השלווה עטפה אותם והביאה להם שלום. אני מזמין אתכם לראות עצמכם כמביאי אור שכאלו, רבים מכם כבר מבינים שהחיפוש הרוחני שלכם מביא איתו תפקיד משמעותי, להיות אתם מקורות של אור, אהבה ושלווה לאחר, אתם כבר מבינים שאין דבר כזה התעלות נפרדת, האור צריך כלים שיפיצו אותו הלאה, אתם, אלו שבחרו להיענות לקריאה הפנימית, תפקידכם להיות כלים לאור הזה, הוא לא שלכם, הוא מגיע מעבר לכם ומופץ ומוקרן החוצה לשדה באמצעותכם. הבחירות שלכם באור משמעותיות, והם חלק מתכנית הגאולה הקוסמית, התכנית להבאת האנושות למחוזות חדשים של צמיחה, שגשוג ושלווה.

לבסוף זכרו - אין עולם. כל מה שאתם רואים הוא את עצמכם. וזה כבר נושא שנעסוק בו בנפרד.



אי משמעות

אחת האשליות הכי נפוצות שאנו נתקלים בהן היא האמונה שלדברים יש משמעות בפני עצמם, איזושהי משמעות הטבועה בהם. אין זה משנה אם מדובר בחפץ, אירוע היסטורי או התרחשות עכשווית. בעידן שלנו קל במובן מסוים לראות זאת, השנים האחרונות הראו לרבים מאיתנו עד כמה אנשים יכולים לראות ולפרש את המציאות באופן שונה לחלוטין מאנשים אחרים. יכולה להיות איזו נטייה להאשים את האחר בכך שהוא משקר ביודעין לגבי מהותם של הדברים, וייתכן שזה אכן המצב אצל חלק מהאנשים, אך אין ספק שלפחות חלקם באמת מאמינים שאירוע מסוים לא התרחש, התרחש מסיבה אחרת לגמרי, התרחש בצורה אחרת לגמרי והמשמעות שלו היא שונה לחלוטין מכפי שמישהו אחר רואה את הסיטואציה. אין זה משהו חדש, העולם עייף כבר מרוב הפרשנויות, הנרטיבים השונים, התפישות השונות, הסכסוכים השונים שנולדים מהם. אך כמו שאמרתי בהזדמנויות אחרות, אין עולם, אין זה משנה ואל לנו לעסוק בזה, אנו גם ככה לא יכולים להשפיע "החוצה", כי אין חוץ. מה שאנו בהחלט יכולים לעשות זה ללמוד ולקבל כלים שכליים שיתנו לנו את היכולת להבין את השכל שלנו, איך הוא פועל וכמובן - להגיע לשלום פנימי.

השלום הפנימי שלנו, נדמה לעיתים, מקבל עדיפות נמוכה מאוד בסדר העדיפויות שלנו, יש כאלו שישקיעו בו זמן רב, אך נדמה שאנשים רבים מתעלמים לחלוטין מהדבר הכי עמוק שמלווה אותם יום יום, דקה דקה, שניה שניה, בחלומות שלהם בלילה ואיך שהם פותחים את העיניים בבוקר, השכל עובד תדיר, ורבים מאיתנו לא יודעים איך להתמודד איתו בכלל, או חסרים את החוויה שתמחיש להם, כמה אור, ושמחה, ושלום, ואהבה ושפע ובריאות ואושר, יש בתוכם.



כרגיל, אטיל עליכם את כל האחריות, כי יש לכם את כל הכוח, אתם עשיתם את זה, אתם עשיתם ועדיין עושים, יום יום, רגע רגע, את העולם שאתם חווים, את העולם שאתם חושבים שאתם רואים. אך כדי לקחת בעלות, כדי לתבוע מחדש את הריבונות שלכם על השכל שלכם אתם צריכים לקבל כלים. הכלי הנכון יחסוך לכם שנים של התבוננות, שעות אין ספור של סבל, של כעס, של כאב ובלבול. כל התקדמות שכזו צריכה לבוא בתחילתה עם ההבנה שאינכם יודעים ואינכם מבינים, שום דבר ושום סיטואציה, עליכם להטיל ספק בהכל, כדי שתוכלו ללמוד מחדש כל מה שאתם צריכים לדעת בשביל להיות בשלווה ושלו. אתם לא תסתפקו לעולם בפחות מזה, כי זה הטבע שלכם, הטבע שלכם הוא שלווה ושמחה ושלווה וכל הדברים הנהדרים שבאים איתם.

לפני שנים ארוכות, עת סיימתי את שירותי הצבאי, התפנה עבורי המרחב והחלטתי לצאת למסע לגילוי האמת, מאחר שהרגשתי שיש פער גדול בין העולם כפי שאני חווה אותו לבין משמעות העולם ב"מציאות המוסכמת". כשיצאתי למסע לא הגעתי עם הנחות יסוד לגבי איך אסיים אותו, אם הייתי מחליט מראש מה האמת, אז מה הטעם לחקור? האם אפשר לדעת את האמת מבלי להטיל בה ספק בתחילה? מכיוון שהרצון להגיע לשורש האמת בער בי, החלטתי שאני מתמסר למה שהחיפוש יביא עימו, כל האופציות היו לגיטימיות בעיניי, על אף ששיערתי שזה לא יסתיים כך, הייתי מוכן להתאסלם, להתנצר, לחזור בתשובה, לעבור למנזר בהודו, להתנזר ולהקדיש את חיי להתבוננות, הייתי מוכן לכפור בכל האמונות שלי, בכל מה שחשבתי על עצמי, בכל מה שהאמנתי בו, כולל להגיע למסקנה שאין שום דבר מעבר וכל מה שאמרו לי על עצמי הוא נכון. הייתי חייב להסיר את כל המשמעויות שנתתי לדברים בשביל שאוכל ללמוד מחדש על מי ומה אני, למה אני פה ומה מטרת חיי.



בסופו של דבר הגעתי לדרך שאני הולך בה שנים ארוכות, וגם שם, היו תקופות שהרגשתי שאני צריך להתרחק ממנה, כדי לראות דברים מנקודת מבט שונה לחלוטין, להסיר את המשמעות הקודמת שנתתי.

לשום דבר אין משמעות, זו נקודת התחלה טובה, למסך שמולכם, אין משמעות, וגם לא לחדר שאתם נמצאים בו, וגם לא לשפה שאתם דוברים, וגם לא למחשבות שלכם, וגם לא למגדר שלהם או לשם שלכם. אתם נתתם משמעות לכל הדברים האלו, אני אומר זאת שוב - אתם נתתם את כל המשמעות שיש לכם עבור כל הדברים האלו, והרבה מעבר לכך. סביר להניח שבבואכם לתת משמעות לכל דבר, לא עצרתם וקיימתם על זה התבוננות עמוקה, עוד נאמר לכם שיש דברים שזוהי המשמעות שלהם, ורק ההזויים, המוזרים, חולי הנפש, רואים את זה אחרת. הרבה מהמשמעויות שנתתם לדברים נעשו כשהייתם ילדים, כשהייתם במצב של "ספוג", הרבה מהם התקבלו כאמת בסיטואציות שונות שבהן לא יכולתם לעצור ולשאול את השאלות האלו, עכשיו אתם במקום אחר, חוקרים ולומדים כי נעניתם לקריאה לשוב הביתה, לתודעת המשיח, האחדות, לשלום ולשלווה שבתוכם.



אין עולם

כל מה שאתם רואים, כל מה שאתם מרגישים, כל מה שראיתם בכל הזמנים ובכל המקומות, הוא אתם. כשאני מדבר על ה"אתם" הזה, אני מתכוון למשהו רחב הרבה יותר מהחווייה המיידית והיומיומית שלכם.

אתם, במובן הרחב, הוא כל מה שיש (עבורכם). אתם רבים, אבל אחד; חלק של הבריאה, המכיל את הכול בתוכו. האם אתם באמת יודעים שיש מציאות נפרדת מכם? הרי כל מה שמגיע להכרה שלכם, מגיע דרככם - הוא לא קיים בנפרד מכם.

אין עולם, אין עולם הנמצא מחוצה לכם ומתקיים בנפרד מכם. שיעור זה הועבר על ידי מאסטרים שונים בתרבויות שונות אינספור פעמים, ובכל זאת מעטים באמת תוהים על המשמעויות והדקויות שהוא טומן בחובו.

אין עולם שמחוצה לכם, אין עולם שאתם צריכים לתקן, יש רק את העולם שלכם - רק את מה שנחשפתם אליו. גם כשאתם מקשיבים לאחרים המספרים על עולמות שלכאורה זרים לכם, גם זה אינו קיים בנפרד מכם. זה אולי נשמע כמשחק לשוני או כאיזה "פאנץ' פילוסופי" ריק, אך זה רחוק מכך; המשמעות של זה מהותית להבנתכם את עצמכם, את תפקידכם ומקומכם בעולם, ולהבנת המציאות עצמה.

כל דבר שאי פעם קרה ואי פעם נחשפתם אליו לא קיים בנפרד מכם - הוא השתקפות שלכם, של היבט שלכם. הנפרדות היא זו שמביאה את כל הדברים החולים: האלימות, הכאב, הסבל, האונס והעוני, וכל דבר אחר שאינו אהבה, למודעותכם. עצם העובדה הזו מצביעה על כך שבתוכם מצויה אותה הנפרדות, המאפשרת לכם לחוות את הדבר הזה. כפי שאמרתי בהזדמנויות אחרות, אלוהים לא מבין את העולם הזה שאתם רואים; הוא לא יכול להבין נפרדות, הוא לא יכול להבין משהו שאינו אהבה, כי זה מה שהוא תמיד היה ותמיד יהיה. ואין עוד מלבדו, ואין עוד לצדו, ואין עוד נפרד ממנו.



התפקיד של כל אחד ואחת מכם הוא לגאול את העולם. אין עולם אחר שצריך להיגאל, יש רק את העולם שלכם.

ההבנה שאין עולם אחר שיש לתקן, שאין עולם אחר שצריך לגאול, שאין עולם אחר הקיים בנפרד ממני, היא צעד חשוב בצמיחה ובהתפתחות התודעתית שלי כשליח של השלום. השלום של מי? השלום שלי, אין שלום אחר. כל מי שאני פוגש, כל מי שאני חושב עליו, כל מה שאני מדמיין, כל דבר שאני שומע - הכול אני. אין משהו אחר בנפרד ממני. לכן אני נוהג לומר: אין עולם.

התחלתי להשתמש במושג הזה כשהבנתי שגם דברים מטרידים מאוד, לכאורה, שקורים "מעבר לים" אינם קורים מעבר לים - הם קורים בתוכי. כל דבר שאני מודע לו קורה בשכל שלי, בתודעה שלי. הפיצול הזה, שאנו מבקשים לתקן, שוכן כאן, בפער המדומה שביני לבין האחר: אני מתחיל פה, הוא נגמר שם, אנחנו לא מחוברים ויכולים להתקיים בנפרד. אך אין דבר שאתם מודעים לו, שקיים למעשה עבורכם, בנפרד מכם.

הפיצול הזה שאני מדבר עליו הוא מקור כל הרוע לכאורה, וכל הסבל והכאב שכל אדם חווה אי פעם. התשתית של העולם שאנו חושבים שאנו רואים שוכנת בפער הזה. הפער הזה אינו קיים, אך אנו מאפשרים לו קיום בשכלנו. לקח לי הרבה מאוד שנים להבין זאת באופן מספיק מלא כדי שאוכל לשוחח על כך אתכם. אין עולם. אין משהו נפרד ממני שאני יכול להשפיע עליו. כל מה שאני רואה וכל מה שראיתי, כל מה שאני חווה וכל מה שחוויתי, כל מה שאני עושה וכל מה שעשיתי - וכל מה שנעשה על ידי כל אחד אחר אי פעם - כל המושגים שיש לי לגבי הדברים האלו הם רק המושגים שלי. אני לא רואה את ה"עולם". יש רק את העולם שאני חווה, העולם שאני מקרין, התסריט שאני כותב וחווה כאילו משהו או משהו אחר כתב אותו. אני ודאי יישות די פלאית אם אני מסוגל לעשות את כל זה, נכון? להיות כל כך טוב בזה שאפילו אני לא מודע לכך שאני עושה את זה, נכון? כן, חברים, כמוני כמוכם.



ככה זה "אלוהים הבן": נבראתי בצלמו כדמותו של הבורא האולטימטיבי, שהוא אחד אבל רבים, בו-זמנית.

הכול זו נקודת מבט, וגם זו נקודת מבט, אבל ההבדל טמון במה שהיא מייצגת.

הנפרדות שאתם מתבקשים לתקן איננה לעולם נפרדות של מישהו אחר - אין מישהו אחר. כל אחד מכם מתבקש לתקן את הנפרדות שלו, וכל אחד מכם הוא כל העולם. בן האלוהים גואל את עצמו, עצמו הוא כל מה שיש. יש יישות שחוה את כל העולמות האלה בו-זמנית, את כל נקודות המבט של כל הדברים החיים - זו היא האלוהים. זה המובן היחיד שבו אתם שונים ממנו, לא במהות אלא במגניטודה. בכל מובן אחר אתם זהים לו לחלוטין, כי אתם-הוא אלוהים בעצמו.

אנו נמצאים בתקופה קריטית עבור כל אחד ואחת מכם, נקראתם על ידי התבונה שבכם להתעורר, ולכן אתם פה. תפקידי הוא לגאול את עצמי, לתקן את העולם, אבל העולם היחיד שאוכל לתקן הוא העולם היחיד שקיים עבורי. עבורי, הוא כל מה שיש, כי כל מה שאני נחשף אליו לא קיים בנפרד ממני. אז עבורי אין שום דבר שנפרד ממני. במובן הזה אני הוא האלוהים, וכך גם אתם.

כל עוד אתם חווים את עצמכם כדבר נפרד, כל עוד שאתם מאמינים שאתם נתונים למרות של מישהו או משהו אחר, כל עוד אתם מרגישים חסרי כוח לגבי כל דבר - סימן שלא הבנתם את עצמכם. חוויתם כאב? סבל? אובדן? לא הבנתם את עצמכם. חוויתם פחד או סכנה? חוויתם כל דבר שאינו תחושת עוצמה חסרת גבולות, ביטחון מלא, שפע ללא גבול ובריאות איתנה? לא הבנתם את עצמכם. המסע שאתם עוברים הוא המסע לגילוי עצמי במובן הגבוה ביותר - המסע להבין שאתם-העצמכם הוא כל מה שיש, שאתם הבריאה עצמה, אתם הדרך.



שימו לב למילים שאני כותב. אולי שמעתם אותן בעבר ממישהו אחר. על פני האדמה הלכו כאלו שכבר אמרו דברים דומים, והשפעתם הייתה כה אדירה עד שהם מגיעים למודעותכם עד היום.

אבל שוב, במובן הגבוה של הדברים - דהיינו במובן האמיתי שלהם - אותם אנשים אינם נפרדים מכם; הם אתם. אילו הם לא היו אתם, לא הייתם יודעים על קיומם.

אין סוף אפשרויות נפרשות כעת מול עיניכם. מה אתם בוחרים להיות? מהו התפקיד שלכם? מי אתם? קבלו כל בחירה שתמצאו, אך זכרו - אין זה משנה את טבענו במאום. אינכם יכולים להיות משהו אחר זולת "כל מה שיש". אין עולם או מציאות נפרדת מכם.

כל מחשבה, כל מילה, כל מעשה שלכם הוא בחירה בין שמיים וארץ, בין הנפרדות לכאורה לבין האחדות לאמיתה, בין גן העדן לבין הגיהנום. אם תאמינו שמהו קיים בנפרד מכם, אולי תתפתו לחשוב שתוכלו לנהוג בו בדרך שאינה אהבה, אבל אתם יכולים לנהוג רק כלפי עצמכם. כל דבר שעשיתם או אמרתם או חשבתם אי פעם, עשיתם או אמרתם או חשבתם רק על עצמכם, כי אין משהו שהוא לא אתם. אין עולם שמלא בגופים נפרדים; יש רק אתכם. יש לכם אחריות מלאה על עולמכם. כפי שאתם נותנים, כך ניתן לכם.

המילים שנאמרו כאן עשויות להישמע או להרגיש רחוקות מאוד מהחווייה היומיומית שלכם. איני יכול להראות לכם מי אתם - עליכם לחוות זאת. אני יכול להצביע על כיוונים שונים שדורשים חקירה, ללמד אתכם על הדברים העומדים ביניכם לבין המודעות שלכם למי שאתם באמת - האמת אודותיכם.



הגוף

בספר בראשית נאמר - האדם נברא בצלם ובדמות האלוהים. אך לאלוהים אין צורה, ואין לו גוף; אין דבר שהוא לא.

אחת מהמשימות הגדולות ביותר שלנו, בבואנו להגיע לשלום פנימי ולהיזכר במי שאנחנו באמת, היא העיסוק בנושא הגוף. אמרנו כבר בדרכים שונות שהוא לא מי שאתם באמת, שמהותכם היא רוח, שכל או תודעה חסרת צורה וגבולות. אם כן, מהו הגוף? הוא חלק מן העולם הזה - העולם שממנו אנו מבקשים להתעורר. הגוף כשלעצמו אינו רע ואינו טוב, הוא אינו יפה או מכוער; אין לו כוחות "משלו". אין שום דבר שיכול להגביל אותנו, למעט המגבלות ששמנו על עצמנו והשלכנו עליו.

התפישה הנכונה כלפי הגוף היא לראותו ככלי נפרד מאיתנו - כלי רכב, שליח פיזי שדרכו אנו יכולים לפעול ולהתקיים במציאות שיצרנו. כשלומדים להביט עליו נכונה ולהתייחס אליו בדרך הנכונה, אנו מסירים ממנו תפקידים רבים שאינם באמת שלו. הגוף לא מסוגל להגיד לנו איך להרגיש, מה לרצות או מהם יעדינו - הוא רק מבקש צרכים בסיסיים (אוויר, מים, מזון, מנוחה). מה שבאמת שוחק אותו הוא העול הפסיכולוגי והרגשי המגיע עם אי-המודעות למה שאנחנו באמת.

העיסוק בגוף הוא למעשה העיסוק במוות. כיצד תודעה נצחית וחסרת מגבלות יכולה להשוות את עצמה לדבר־מה שברירי וזמני, מבלי לפגוע במודעות לאיכויות וליכולות שלה ולהסתירן מעצמה? אתם לא מסוגלים לדמיין מוות שאינו המוות של הגוף. אך הגוף מעולם לא היה "חיי" מבחינת עצמו - אין לו חיים משל עצמו; הוא אינו יודע מה לעשות ולכן ללכת ללא הנחיית השכל.

לגוף יש מנגנונים פנימיים שונים, המאפשרים לו להתחדש ולשמר את פעילותו. אפשר לראות בו רכב משוכלל, כלי־עזר שדרכו ניתן לפעול ולמלא את תפקידנו בעולם.



אולם קל להתפתות להאמין שהוא הרבה יותר ממה שהוא באמת. חלק מן הפיתוי נובע מכך שהגוף הוא מקור לכאב ולתענוג גם יחד - שני צדדים של אותו מטבע. אני מזמין אתכם להיזכר בכל חוויה רוחנית עמוקה ושלווה שהייתה לכם: תחושת השחרור מההזדהות עם הגוף ומגבלותיו מאפיינת חוויות כאלו, ולא במקרה. איננו "משחררים" את הגוף ואיננו "מתעלים" ממנו; הוא פשוט נשאר מאחור או משנה את צורתו. העולם עוסק בגוף ללא הפסק, ומתאמץ להגדיר אותנו דרכו. אך לצד זאת, ישנם אין־ספור עדויות ומחקרים המורים שהוא כלל לא מה שחשבנו, ושהתודעה שלנו אינה מוגבלת לגוף.

בעשורים האחרונים צצו רעיונות בפיזיקה התיאורטית המערערים על הדימוי הפשוט של "היקום הפיזי" כסופי ומוחלט. בין היתר, אנו נתקלים בהשערות הולוגרפיות הגורסות שהעולם התלת־ממדי אינו אלא "הקרנה" של מציאות עמוקה יותר, או תיאורי קוונטים המצביעים על כך שהתודעה ממלאת תפקיד מכריע בעיצוב החוויה שלנו את "הפיזי". אם אכן מה שנראה מוצק ובלתי משתנה אינו אלא השתקפות של מציאות על־חומרית, מתחזק הרעיון שאיננו רק גוף זמני, אלא "משהו" רחב בהרבה.



הזהות הבלתי משתנה

איפה שוכנת הזהות האמיתית שלכם? היא כנראה מאוד קרובה אליכם, אבל משום מה אתם חווים השתנות וחוסר יציבות כעצמכם. הזהות האמיתית מוסתרת בקפידה, אף שהיא נוכחת תמיד. כיצד ייתכן לא לחוות את עצמכם האמיתית? מה הייתם צריכים לעשות כדי שמה שהנכם יהיה מוסתר מכם? הייתם חייבים ליצור משהו אחר, שאינו מי שאתם, ולהזדהות דווקא עם הדבר הזה. ועם זאת, לא הצלחתם לשנות את מה שאתם באמת. רובנו לעולם לא מבינים כמה אנרגיה עלינו להשקיע כדי לשמור על הדימוי העצמי הכוזב שלנו, ואילו מחירים אנו משלמים על כך. העייפות וההתשה שאנו חווים אינן נובעות מעשייה, אלא מהלחימה הפנימית המתמדת: אנו מנסים להגן ולשמור על מה שאיננו באמת רוצים, על מה שאיננו באמת במקום לקבל את מה שאנחנו באמת. עירנות למה שאתם היא זו שיוצרת מנוחה, לא השינה. לכן אנו צריכים לישון – כדי להתחבר לרוח, לשחרר את הַשֶּׁקֶל שלנו מההזדהות עם השקרי והזמני. לא הגוף הוא שזקוק לשעות רבות של שינה, אלא הַשֶּׁקֶל שעיף ומותש מכל מה שאנו מעמיסים עליו, מכל הסכסוך הפנימי המטלטל אותו. אנשים מוארים זקוקים לפחות שינה, כיוון שהאנרגיה של מה שהם באמת זורמת אליהם ללא הפרעות, והדבר הזה, אף שהוא עשוי להיראות חמקמק, נעוץ באיך-סוף הנגיש אליהם ומחייה אותם.

אינכם יכולים "לברוא את עצמכם", כי נבראתם כבר. אינכם יכולים להוסיף לעצמכם דבר, כי העצמי שלכם כבר קיים ונברא כך שלעולם לא ישתנה. רק המודעות שלכם למה שאתם יכולה להשתנות. לכן לא מדובר במסע של יצירה, אלא במסע של גילוי עצמי.



רבים מאיתנו חוו זאת: מדיטציה עמוקה או רגע של השראה שהכניס אנרגיה רבה, ולאחר מכן הרגשנו נמרצים ומלאי חיים. כולנו גם הרגשנו עייפות משתלטת בעקבות אירוע שטלטל את עולמנו – מישוהו שהעליב אותנו, אובדן, ריב או משהו אחר. הסיבות מגוונות, אך התוצאה דומה: עייפות וצורך אדיר במנוחה ובשינה. כמה פעמים אמרנו לעצמנו את אותם המשפטים שוב ושוב – משפטים המגבילים אותנו, אמונות שמנכחות שוב ושוב את מה שאיננו באמת רוצים, הגדרות הפוגעות ביכולתנו לחוות שלום, ביטחון או שלוה. כל זה חייב לבוא גם עם חוסר מודעות להשפעת המילים, המחשבות והאמונות שלנו, כאילו אנו דבר נפרד והעולם שאנו חווים קיים בנפרד מאיתנו, ללא השפעתנו עליו – נתונים לחסדי הזמן והמזל בעולם אדיש, ואיננו מבינים שאנו אלה שעושים זאת. למדו לראות את עצמכם מעבר לצורה, מעבר לכל דבר זמני. כל דבר המצביע על זמניותכם, ולא משנה באיזו צורה הוא מגיע, מבקש להסתיר מכם את האמת.



הסליחה כמטרה

עולם הרוח והרחבת המודעות הוא אינסופי. יש המון פרקטיקות, שיטות, והמון עיסוק בטבע שמעל המציאות שלנו-חוצנים, מדריכים רוחניים, גלגולי חיים וכדומה. אני מזמין אתכם לראות את כל הדברים האלו כסיפור רקע, כתוספות שמלוות את המנה העיקרית, משלימות את ה"ביס" ועושות אותו עגול ושלם.

הסיפור העיקרי שלנו כאן הוא הסליחה. זה התפקיד שלנו. ללא הסליחה אין התקדמות לאף מקום-זה כמו "הכוח" בסאגת מלחמת הכוכבים: הסליחה היא הכלי המאפשר ל"מאסטר הג'דיי" להתחבר לכוח. המאסטר אינו רואה בכוח משהו חיצוני או נפרד ממנו; הוא עצמו עשוי מהכוח הזה, הוא וכל הדברים החיים.

הגענו לכאן, אל פני האדמה, במטרה לבצע תפקיד. לכל אחד מאיתנו יש תפקיד מיוחד, דרך ייחודית והיבטים ייחודיים, אך כולנו-ללא יוצא מן הכלל-היבטים שונים של אותו הדבר, של אותו הכוח, של אותה תודעה בוראת ואינסופית שרבים מאיתנו קוראים לה "אלוהים". אלוהים, ה"יש", "הבריאה"-כל אחד יבחר את השם הנכון לו. לא מדובר במשהו שהוא רק התשתית שממנה עשוי הכול; ההווה הזו, "יהוה", היא מודעת לעצמה. היא בראה חלקים מתוכה שהם היא עצמה. הבריאה בכללה מודעת לעצמה. אין מלבדה, אין שום דבר מחוצה לה; היא הכול, בכל היקומים, הזמנים, המרחבים והמציאויות השונות. החלוקה לדרגות ודברים נפרדים היא רק שלנו; יש טבע אחד, מציאות אחת, מרחב אחד אל-זמני ואינסופי, מודע לעצמו-האלוהים.

כמי שרואה את החיבור שבין הדברים, את השדה העדין הקיים בין כל העצמים ה"פיזיים" ומחברם יחדיו, קל לי לעיתים לראות את החיבור הקיים. אך אנו חווים את עצמנו כמשהו נפרד מה"יש"-כמו אדווה במים שחושבת שהיא נפרדת מן האוקיינוס, או גל של אור החושב שהוא נפרד מקרני השמש.



הסיבות לכך מקבלות הסברים שונים בפרקטיקות ובגישות שונות: יש שיגידו שזה ניסוי שבא לבדוק כמה רחוק נוכל להתרחק מעצמנו, יש שיכנו זאת "טעות". כך או כך, נראה שהניסוי הסתיים, והגיעה העת לטעות הזו להיתקן.

ההיפרדות המדומה של האדווה מהאוקיינוס, של חלק בבריאה מהבריאה עצמה, מעולם לא יכלה להיות ממשית. לאדווה אין משמעות או קיום בנפרד מהאוקיינוס. לחלק של הבריאה אין קיום או ממשות בנפרד מן ה"יש". חווייתנו את עצמנו כדבר נפרד מהכול הגיעה עם מחיר כבד, שאנו משלמים מאז "ראשית הזמן". לא באמת, כי לא יכולנו באמת לחדול מלהיות חלק ממה שאנחנו בטבענו העמוק. הניסיון הזה הביא אותנו לתרדמת: אנו חולמים שאנו גוף נפרד, יצור שביר, פגיע וזמני, שנמצא בסכנה האורבת בכל פינה, בעל מחשבות ורצונות משלו, הנפרדים מה"יש". לא יכולנו לשנות את המציאות, אז כדי לאפשר את החלום הקולקטיבי שלנו, נרדמנו. האור של מה שאנחנו מעולם לא נעלם, אלא רק הוסתר מהמודעות שלנו.

יצרנו "אווטאר", דמות וירטואלית אם תרצו, והחווייה שלה ממשית עד כאב או עונג. יצרנו מערכת שלמה והסכמים משותפים כדי "להחזיק" את החלום הזה במודעות שלנו. יצרנו מנגנונים "פנימיים" ומנגנונים "חיצוניים" – התשתית המאפשרת לנו לחוות את הנפרדות: מנגנונים פיזיים, פסיכולוגיים, חברתיים, תרבותיים ומנגנוני שליטה שנראים כאילו הם שולטים בנו. עשינו זאת ביסודיות כה רבה, עד שהיה נדמה שלעולם לא נצא מהמצב התודעתי המוזר הזה. כתוב בספר בראשית ש"נפל האדם לתרדמה", אך לא כתוב בשום מקום שהוא התעורר.



אדם מגיע לעולם הזה עם אמנזיה-הוא אינו זוכר מי הוא ומה הוא. פה, העולם מלמד אותו מה הוא אמור להיות-עליו ליצור "עצמי" בצורת גוף, בעל רצונות, מחשבות, צרכים, פחדים, חרדות, מחלות וסיוטים, ותחושת אימה הנובעת מדבר פשוט: אם באמת היינו גוף ואם העולם הזה היה המציאות-היינו מקבלים זאת בשלמות. העצים, הטבע, הציפורים והפילים, האריות-כולם שלמים לגמרי. הם חווים כאב ופחד כיצר הישרדותי, אך אינם שואלים "מי אני".

אתם, הקוראים או המאזינים למילים האלו, נמנים על קבוצה הולכת וגדלה של אנשים שיש בהם קריאה פנימית כל כך חזקה, שאינם יכולים עוד לשקוע בתרדמת. אתם מרגישים שמהו בסיפור שסיפרו לכם על עצמכם ועל העולם שגוי מיסודו. יש בכם מודעות בהירה דיה לדעת שגם הסיפורים שאתם מספרים לעצמכם אינם נכונים. יותר מכל, אתם מבקשים את מה שהוא שלכם מעצם היותכם: שלום ושלווה, שמחה, בריאות ושפע, אהבה וכל הדברים הטובים שבאים איתם.

יש דרכים רבות להגיע לאותו מקום. אני נושא את המסר שהכי מדבר אליי: הסליחה. על מה סולחים? אינכם מתבקשים לסלוח על משהו ממשי, אלא להחזיק במודעותכם בצורה כמה שיותר בהירה את התודעה שזהו חלום, ושזו אינה המציאות האולטימטיבית שלכם.

הסליחה היא הכלי, הדרך המהירה לחזרה למצב התודעתי האמיתי-למי שאתם באמת, לעצמי שלכם, לא זה שיצרתם בסביבה שגדלתם בה ושאתם (על פניו) חיים בה, אלא לעצמי האמיתי שבכם. אותו קול אוהב הלוחש לכם מילות אהבה ושלום, האור הפנימי הקורא לכם להתעורר ולשוב הביתה. הבית אינו מקום או זמן, אלא מודעות של מה שאתם באמת.



שום דבר אחר לא יספק אתכם לעולם. אין בעולם הזה שיצרנו דבר שמשתווה לרגע אחד של שלווה עמוקה, של נירוונה, של שלום מלא. רבים מכם יודעים על מה אני מדבר, ולאלו שלא-הרשו לי להתפלל עבורכם ולייחל שתחוו רגע כזה, התגלות כזו. אין מילים לתאר אותה, אך היא לא תשאיר בכם צל של ספק לגבי אמיתותה.

ה"יש" שברא אותנו מודע להירדמות שלנו. הוא יודע שאיננו בבית איתו, שהוא ילדיו (חלק בלתי נפרד ממנו) הישנים וחולמים חלום בלהות. הוא אינו מסוגל להבין את מה שאנו חולמים, כיוון שזה מנוגד לטבעו-לאהבה שהוא. לכן, ברגע שנרדמנו, הוא ברא "תודעת על" שתפקידה להיות אמונה על ההתעוררות שלנו: בת קול האלוהים, השכינה. היא המקשרת והמחברת. היא מבינה מה אנו רואים, מה אנו חולמים, ומה קורה כאן, אך בניגוד אלינו, אין זה מוליך אותה שולל. אלוהים יצר תכנית גאולה-לגאול אותנו מהסיוט הזה ולהחזיר אותנו הביתה. בנצח אין הוא ממתין, כי בנצח אנו כבר בבית. המציאות שאנו חווים אינה ממשית עבורו-ולכן אינה ממשית.

כדי להעיר אותנו לטבע שלנו, למציאות שלו-שהיא המציאות היחידה-הוא אינו יכול להעיר אותנו בניגוד לרצוננו, כי תהיה בכך פגיעה בחוקי הבריאה, שיש בה רצון חופשי. אלו מאיתנו שיבחרו להתעורר-יתעוררו, ואז יסייעו בתהליך ההתעוררות של כולם. אף אחד לא נשאר מאחור.

דמיינו שהילד שלכם חולם חלום בלהות, ואתם לצדו, מלטפים את ראשו באהבה. הוא שקוע עמוק בסיוט, והבעת פחד על פניו. אינכם יודעים מה הוא חולם, לכן יצרתם לו מדריכה אולטימטיבית בתוך החלום, שתלחש לו מילים של אהבה, שתלמד אותו מחדש מי הוא ותחזיק עבורו את הזיכרון החי של מה שהוא באמת.



כדי להתעורר בשלום ושלווה, לא תטלטלו את הילד בפתאומיות-זה עלול לפגוע בשכל שלו. במקום זה, תדריכו אותו, באמצעות המדריכה האישית שלו, בעדינות ובסבלנות אין-קץ, לחלומות טובים יותר, שיש בהם שלווה, שמחה ושלום. החלום יתבהר עוד ועוד, עד אשר ידמה מאוד למציאות שאליה הילד יתעורר, ואז תאספו אותו אליכם ותחזירו את המודעות שלו לבית השלום, האור והשמחה שבו אתם שוכנים.

כדי שהילד שלכם יוכל להתעורר, עליו קודם ללמוד שהוא יצר את חלום הביעותים הזה, שהוא היוצר של כל העולמות והחוויית שנראו בו. אחר כך הוא יצטרך להבין שכל הדברים שהיו בחלום לא שינו דבר-לא פגעו במהותו האמיתית ולו בקלות שבקלות. הילד שלכם, שידוע עמוק בתוכו שהוא עשה משהו שהוא כה מנוגד למציאות ולמי שהוא באמת, מרגיש אשמה עמוקה ומוחצת על מה שעשה. הוא ייאלץ ללמוד שהוא בעצם לא עשה דבר, ולא שינה דבר, ויצטרך לסלוח לעצמו.

כשאתם מתעוררים בבוקר מסויט, אינכם מפקפקים בכך שיצרתם אותו, ארוך וקשה וכואב ככל שיהיה. לא משנה מה חלמתם, כמה היה מורכב, אתם זוכרים שזה הייתם אתם. יקירי, ברגע זה ממש, אתם מצויים בתוך חלום. בואו נתחבר יחדיו ונתעורר. סלחו לעצמכם על מה שעשיתם, סלחו לאחר על מה שעשה לכם, אפילו אם זה נורא, משום שאין בעולם הזה שיצרנו שום כוח לשנות את מי שאנחנו באמת. החירות של בן האלוהים-ששמו האחר הוא אתם-אינה כפופה למרותו של העולם הזה.

אני מזמין אתכם למסע משותף, המסע האחרון שנצא אליו: המסע אל השלום. כאשר אנו מתמודדים עם חלום או סיוט בחיינו, נוכל להשתמש בו כהזדמנות ללמידה וצמיחה. זה הזמן לזהות את ה"פתחים" או ההזדמנויות המאפשרים לנו לעבור מחלום בלהות לחלום אוהב. עלינו לחקור דרכים שונות שבהן נוכל להפוך את החוויה הקשה למשהו שאפשר לנהל או להשיג ממנו תובנות עמוקות יותר.



התפקיד

למה אני בעולם הזה? למה אתם פה? מה התכלית של הקיום שלכם פה? שאלתם את עצמכם את השאלות האלו? יש לא מעט אנשים שיגידו שכן, רובם הגדול יאמרו שלא, או ייתנו תשובה מעורפלת.

לכל אחד מאיתנו יש תפקיד מיוחד בגאולה. במילים אחרות - לכל אחד מאיתנו יש את התפקיד הייחודי שלו כדי להביא לעצמו שלום פנימי, ובכך להביא שלום לעולם כולו. כי העולם כולו יגיע לשלום רק אחרי שכל אחד ימצא את השלום הפנימי שלו. איך להגיע לשלום? איך להפיץ את המסר הזה? איך לעורר את השמחה הזו? זו כבר היצירתיות שלכם. המילים הרבות והגדולות המופיעות בספר הזה אין להן משמעות גדולה יותר מחיוך אדיב ומלא הבנה שמחמם בבוקר את הלב לאדם זר; אין ערך רב יותר מסיוע לאדם הזקוק לעזרתכם בשעת משבר. יש אלפי דרכים שונות, ואנשים רבים מקדישים את חייהם לעשיית טוב, וכל הדרכים נכונות. אני משתמש שוב ושוב בביטוי "שלום פנימי", אך פתאום מדבר גם על איזשהו תפקיד שיש לכם בעולם, כאילו מחוצה לכם; אבל, כפי שנאמר כאן שוב ושוב, אין עולם מלבד העולם שלכם, וכל מה שאתם רואים וחווים הוא השתקפות של העולם הפנימי שלכם. כשאני מסייע לאדם, כשאני משמח אדם - אני למעשה מסייע לעצמי ומשמח את עצמי. אין "מישהו אחר" לעשות לו את זה.

התפקיד הוא מה שמבדיל בין האדם המבקש שלום לבין האדם המחפש מפלט זמני, רק כדי לחזור מאוחר יותר אל הכאוס. אלו המבקשים שלום באמת מבינים שעליהם להקדיש לעניין את כל ישותם. התפקיד מעניק תחושת מטרה וחזון ברור, והוא זה שמנחה את צעדיכם. במובן הזה, הוא עצמו מביא את השלום שאתם מבקשים.

שאלו בכנות: מה התפקיד שלי בעולם? שאלו כך בכל סיטואציה הדורשת זאת: מה התפקיד שלי פה?



התפקיד עוזר לכם לבחור את הדברים הנכונים לעצמכם ולסביבה שלכם. הוא משמר אתכם מפני פיתויים לבחור בדרכים אחרות - אולי מושכות מאוד - אך שאינן תורמות למילוי התכלית שלשמה הגעתם לעולם. התפקיד מעניק לכם משמעות ותחושת ערך, משום שהוא אינו "עבור עצמי" במובן הצר, אלא במובן הרחב ביותר. יש לכם נטיות ייחודיות, יכולות שכליות ייחודיות, גדלתם בתרבות, במשפחה ובסביבה מסוימת, צברתם ניסיון, יצירתיות וחוויות חיים הייחודיים רק לכם. כל מה שעברתם עד כה, כל האתגרים והקשיים שחוויתם, הכינו אתכם לרגע הזה - הרגע שבו אתם לוקחים את כל הדברים הללו ומשתמשים בהם לטובה, באור הנכון, האור שיכול להביא לכולנו שלום.

בלעדיכם איני יכול להזיז גרגר אבק ממקומו, וכל הכוח שיש לי נובע אך ורק מן השותפות איתכם. אני לא סתם "חופר" לכם. אנו זקוקים לכך שתקבלו החלטה ותהיו נאמנים לה - החליטו לבצע את התפקיד שניתן לכם, בהתאם לכל המאפיינים הייחודיים שלכם. אם אתם לא בטוחים מה התפקיד שלכם - שאלו, והישארו ערניים לתשובה שתגיע.

הלפיד הניצת

מגיע רגע בחייו של כל אדם המחפש את השלום שבו הלפיד הפנימי ניצת. זהו רגע של התעוררות, שלעתים מגיע דווקא במקומות של כאב וסבל. לעיתים אנו כה מזוהים עם החושך, עד שאנו מגיעים לחוויית לחץ כה גדולה שאיננו יכולים עוד להזדהות איתו; התודעה שלנו מחפשת משהו אחר, פונה פנימה, מביטה מעבר לחושך, מעבר לפחד והאימה, וברגע הזה ניצת בנו הלפיד.



ההצתה של הלפיד היא הצתתו של אור המודעות שלכם והקריאה לכוח שיבוא ויאיר את הדרך. בתוך השממה החשוכה מתגלה לפתע אור גדול, המאיר את דרככם, מראה לכם שיש דרך אחרת. הלפיד הניצת יכול לאפשר לכם להתבונן בעיניים פקוחות ומאירות בכל פחד, כאב, סבל או אימה שאתם פוגשים.

בתוכם יש את העצמי שלכם, שאלוהים ברא בצלמו כדמותו - זהו העצמי המשותף של בני האדם. הביטו בידו האיתנה האוחזת בלפיד בעוצמה; אף רוח סערה לא תוכל לו. הביטו בעיניו מלאות הנחישות, המודעות לניסיון הרב, ולכוח שהוא מביא עמו - כוח המשתרע מעבר לו ומגיע עד לנצח. זכרו - הוא כבר עשה את המסע הזה והגיע הביתה. מתוך אהבתו אליכם, הוא לא ינטוש אתכם לעולם. הוא מכיר את כל הדרכים ואת כל הפניות הנסתרות, אחזו בידו בשמחה של ילד האוחז בידיו של אח בוגר שכבר יודע את הדרך; הישענו עליו בהכרת תודה, ותנו לו לתמוך בכם בדרככם. האור הגדול מעבר לפינה.

אני זוכר רגע, לפני מספר שנים, שבו עלה בשפלי דימוי מפחיד מאוד שלי, היבט חשוך בתוכי שעלה אל המודעות. בשנייה הראשונה נבהלתי, ביקשתי להסיט את מבטי מהדבר המפחיד והנורא הזה - דבר שהיכה את ליבי באימה, מהסוג שאנו מבקשים להסתיר ולא להביט בה לעולם. באותה הרגע, ממש הרף עין לאחר שעלה בי הדימוי הזה, נדלק בתוכי אור גדול. הוא לא הגיע ממני, אלא ממקום עמוק בתוכי; האור הזה יכל לדימוי המפחיד, גבר על האפלה, שהסתלקה בשנייה. הלפיד ניצת בתוכי, והחושך לא יכל לו.

בתוך כל אחד ואחת מכם האור הזה קיים. הזמינו אותו לבוא אליכם כשאתם מביטים ברוע ובאימה, וראו את חוסר הממשות והמשמעות שלהם. כל מקום אפל יואר, דבר לא יישאר מאחור. זה הרצון המשותף שלנו, וכך יהיה.



הדלת

יגיע היום שתעברו דרך הדלת ותגיעו לשלום הפנימי המיוחל, לגאולה ולריפוי, לשלווה ולשמחה העמוקה שיש בכם. אינכם צריכים לחפש אותה בחוץ-היא אינה נמצאת שם. עמוק בתוכם היא שוכנת, ועם זאת, נגישה כמו הדבר הבא ליד; היא מרגישה כה רחוקה לא מפני שהיא אכן רחוקה, אלא בגלל מה ששמנו בדרכנו אליה.

העולם עייף ומותש, ולמען האמת, כבר נראה מגוחך לעיתים אל מול החיפוש העקר של כל מי שהגיע לפה. אנשים מחפשים את עצמם בזהויות הולכות ומתפצלות עד אין-סוף-כל אחד והאמת שלו, הגדרותיו, ההיסטוריה שלו, הנטיות שלו והמגדר שלו-ממציאים אינסוף זהויות בדויות שכל דבר מאיים עליהן, בשל חולשתן וחוסר ממשותן. האם לא קל יותר לזנוח את כל הדברים הללו? מדוע זה נראה כה קשה לוותר על מה שאנו לא באמת רוצים, ולבקש את הבלתי-משתנה והאל-זמני-את הדבר שאוהב אותנו ורואה אותנו באמת, כפי שאנחנו?

האם ניתן לשנות משהו בלי לקחת עליו אחריות? כי לקיחת אחריות משמעה כוח, בעוד האשמה וקורבנות משמען חולשה. מה אני רוצה שיצא מהסיטואציה הזו, מהמצב הזה? כמה מאיתנו באמת שואלים זאת, לא כדרך אגב, אלא מתוך שהייה ולמידה עד שהדבר יובן במלואו? כמה נכנסנו ל"הרפתקאות" מיותרות וסכסוכים בלתי-נגמרים, ובשם מה? כמה אנו שואלים את עצמנו מה התכלית שאנו רוצים להעניק לדבר מסוים שקורה, או שאנו רוצים שיקרה, לא מחוסר מודעות אלא מתוך כנות ושקיפות עם עצמנו?

כמה פעמים קיבלנו החלטות חסרות כל שחר ותקווה למשהו טוב-מה באמת עמד מאחורי אין-ספור הפעמים שעשינו זאת? אתם עשיתם את זה, אנו עשינו את זה, כדי לשמור על הנפרדות ועל כל הקללות שהיא מביאה עימה.



על כך אנו צריכים לקחת אחריות ולהפסיק לנהוג בטיפשות ולבקש את מה שאנו לא רוצים, תוך תלונה מדוע איננו מקבלים את מה שאנו באמת רוצים. הדלת לשלום פתוחה. כל המנעולים ששמנו עליה לא משפיעים על האור שיש בה. מעבר לפתח הדלת מחכים לנו מלאכים, ממתנים בציפייה לרגע בואנו, לברך אותנו לשלום. הם לא ישאלו מדוע ואיך התעכבנו זמן רב כל־כך, אלא רק יאמרו: "ברוך הבא הביתה."



האזנה פנימית

אחד האתגרים הגדולים ביותר העומדים בפנינו, כשאנו מבקשים להרחיב את התודעה ולטפס במדרגות הרוחניות המובילות לשלום הפנימי המיוחל, הוא השִׁקֵּל שלנו.

הנושא שאליו אשוב פעם אחר פעם, מנקודות מבט שונות, הוא הזהות - מי אתה? מי את?

השכליות שאתה מודע אליה כולה יושבת על הזהות שלך. בשלב הזה, השִׁקֵּל שלנו מצוי במצב מפוצל; מתוך הפיצול הזה נולדים לכאורה קולות שונים, המייצגים היבטים שונים, הפועלים במישורים מגוונים, אומרים דברים שונים, ומשתמשים בטקטיקות שונות כדי לתפוס את תשומת לבנו. ככל שהשִׁקֵּל מפוצל יותר, נדמה שהוא רועש יותר: הוא מארח יותר "חלקים" שפועלים ללא סינרגיה. חלקים אלו מייצגים את ה"חושך" שבתוך השִׁקֵּל - חושך שאין לו שורשים ממשיים, כיוון שהזהות שעליה הוא נשען אינה ממשית.

קחו לכם יום שלם והתבוננו בשִׁקֵּל שלכם: תוכלו לזהות קולות, מחשבות ורגשות הפועלים אחד נגד השני, נגד השלווה והשלום שלכם. לעיתים השִׁקֵּל מגיע למצב מסוכסך כל כך, שנדמה לעולם לא יוכל להגיע לשלווה. במצבים כאלו המוות עשוי להיראות מושך: הזהות המפוצלת מביאה אתכם להאמין שרק המוות יכול לשחרר אתכם מן הסכסוך האינסופי - כה מורכב, כה לא יציב, נדמה שאין לו התחלה ואין לו סוף, ושאין דבר שתוכלו לעשות כדי להגיע למצב של שלווה.

יש כלים רבים שאתם מכירים להבאת השִׁקֵּל למצב של רגיעה: מדיטציה, תפילה, ספורט, או עזרים כימיים היכולים להוביל אתכם למצבי תודעה שונים. חלק משיטות אלו, בעיקר תרגול מדיטטיבי ותרגול זן, יכולות בסופו של דבר להביא אתכם לשִׁקֵּל מאוזן ורגוע יותר. אולם אין זו מטרתי.



אינני מבקש רק לעזור לכם להירגע; אני מבקש עבורכם דבר אחר: שתגיעו לשלום פנימי, שבו שוררת תחושת ביטחון מלא, שמחה ושלווה אין-קץ. אני יודע שזה אפשרי, כי צעדתי בדרך הזו במשך זמן רב. אין מדובר מבחינתי בתהליך שהסתיים; נכון לכתיבת שורות אלו, יש לי עוד עבודה, עוד תרגול, עוד למידה. אולם אני כבר רואה את האור בקצה המנהרה - הדרך עובדת. אתם בוודאי מכירים אנשים כגון אקהרט טולה או ביירון קייטי, שהגיעו לנירוונה מלאה ויציבה. שימו לב שהם עברו שינוי זהות עמוק כדי לאפשר זאת, כי בסופו של דבר אתם אלו שמייצרים את הרעש שאתם חווים, בין אם במודע או לא. בחרתם בזהות שעומדת בניגוד מוחלט לטבע שלכם, ומתוך טעות זו נולד עולם פנימי חולה הזקוק לריפוי. חוסר הנוחות שלכם במצב נובע מכך שהוא אינו הטבע שלכם. קיימות בו שכבות כה רבות - או כך נדמה - עד שנראה שהציווי "חפש אך לעולם אל תמצא" מכווון את מעשיכם.

מי אתם באמת?

אחים יקרים, אחיות יקרות, יש לי הזכות העמוקה לספר לכם מי אתם: **אתם כפי שברא אתכם אלוהים**. עוד מעט אסביר מה משמעות הדבר. אתם חושבים שאתם גוף וחווים את עצמכם ככאלו, אך למעשה **הינכם תודעה שלווה**, המהווה חלק בלתי נפרד מכל התודעות, מכל מה שחי. אתם לא רק מחוברים לבריאה, "לייש", ליקום או לאלוהים - אתם **הינכם** הדברים האלו. כמו דלי באוקיינוס אין-סופי, אוהב ושלי, המודע לעצמו כאחד; דלי שבטוח שהוא נפרד מכל מה שסביבו, כה עסוק בשכבת הפלסטיק הדקה שלו, עד שהוא מחמיץ את הזרמים האדירים העוטפים אותו מכל עבר, את השלווה העמוקה של המעמקים. כל עוד תזהו את עצמכם כגוף, כל עוד לא תלמדו ותחווי מי ומה אתם באמת, הזהות הנפרדת שלכם - האגו **שאתם** יצרתם - ימשיך "לטרטר" אתכם, עד שהתעייפות השקל תוביל לפחד, לניכור, לייאוש, לחרדה ולתהום הנשייה.



ייתכן שתמשיכו בדרך זו, אך דעו שאין בכוחו של העצמי הנפרד הזה לשנות מי ומה שאתם באמת. אין הוא מסוגל לשנות את הטבע שלכם. אתם כפי שברא אתכם אלוהים; לא השתניתם. איש לא יישאר מאחור. מעבר לפחד ולבדידות, מעבר לחושך ולכאב, מצוי אור גדול. האור הזה - מי ומה שאתם - מוחזק בבטחה בתוכם, קורא לכם בלחש בטוח: "התעורר! בוא אליי, חזור הביתה - למודעות של מה שאתה, לתודעה שבראה אותך בצלמה ובדמותה."

מהו אלוהים?

רבות נאמר על אלוהים. כדי להבין את דבריי ראוי לעצור לרגע ולדבר על מהו האלוהים: בפשטות, האלוהים הוא כל היש, כל מה שקיים, כל היקומים בכל הזמנים, בכל המקומות. אין דבר שמחוצה לו, ואין דבר שאינו הוא. הוא אהבה, הוא שלום, והוא יודע שהוא אחד ואינו מסוכסך עם עצמו. בתוכו יש חלקים, העשויים מאותה מהות שהוא עצמו, ששכחו מי ומה הם. לסיבה לכך יש הסברים שונים, אך אין זה עיקר השיחה. המסר הוא שהגיעה העת שנחזור הביתה - כקבוצה, כאנושות. "הבית" אינו מקום או זמן, אלא המודעות למה שאנחנו. שום דבר אחר לא ישביע את רצוננו. אין לעולם שאנו רואים מה להציע לנו. החדשות הטובות הן שאפשר להפסיק לחפש בחוץ את מה שאינו שם; הגיע הזמן להפנות את החיפוש פנימה. האור, השלום והשלווה - קרובים הרבה יותר ממה שאנו משערים. אני חלק משושלת ארוכה, חיה וקיימת, של תודעות שעשו את המסע פנימה ונזכרו במי ומה הן. כל אחד שקדם לי חסך לי עידנים של חיפוש, וכל היזכרות ומאמץ מוצלח שלי - חוסך לכם שנים רבות. זאת משום שאנו מחוברים ברמה עמוקה מאוד; השִׁכָּל שלי ושלכם אינו נפרד. כך נזכרתי והכרתי את "אבי", את המרחבים האין-סופיים שאין גבול ביני לבינם, ואין לי מחשבות פרטיות. איני חווה לבד את תוצאות הראייה שלי את העולם.



אנחנו חיים בעידן מופלא. רבים מאיתנו נזכרו. אינני לבד ואינני מיוחד; יש לי את התפקיד המיוחד שלי ועליי למלאו. גם לכם, אחים יקרים, יש את התפקיד המיוחד שלכם. הערך שלכם אינו פחות או יותר משל איש אחר. המחשבות, הרגשות, המילים והמעשים שלכם - לכל אלו משקל רב בשאלה איך אתם מרגישים: האם אתם בריאים, האם אתם חווים שפע וברכה, האם אתם חשים מוגנות ושלווה פנימית עמוקה?

הקולות שבתוכנו

כל הקולות שבתוכם, ללא יוצא מן הכלל - יהיו אשר יהיו צורתם, זמנם, הצליל או ההרגשה שלהם - ניתנים לחלוקה לשתי קטגוריות בלבד:

1. קולות הנובעים מאהבה

2. קולות הנובעים מפחד - ולמעשה קוראים לאהבה

אין משהו נוסף: יש אהבה ויש קריאה לאהבה. וזהו!

הקולות האוהבים בכם נובעים מהחלק האמיתי היחיד שבכם, זה שיש לו ממשות וקיום אמיתי, החלק שיודע מי אתם באמת ואוהב אתכם. הקולות הפוחדים, הקוראים לאהבה, בין אם זה ניכר בתוכן או בצורה שהם לובשים - כולם נובעים מהעצמי השגוי, היושב בחלק המסוכסך של השכל שלכם. העצמי הזה מזהה את עצמו כגוף; הגוף הוא "ממלכתו". העצמי הזה הוא בן-מוות, הוא נולד מהלא הכלום וחוזר אל הלא כלום, הוא מודע לאי-ממשותו ולכן מלא פחד. הוא משתמש בשיטות שונות כדי למשוך את התודעה שלכם להשקיע בו ולתת בו אמון, מפני שהוא יודע שאין לו שורשים, וללא ההגנה וההשקעה שלכם - הוא יתמוסס. העצמי הזה הוא פרי היצירה שלכם; נראה כאילו יש לו חיים משל עצמו, אך אפשר להשוות אותו למעין תוכנה שיצרתם, תוכנה שיש לה מנגנוני שימור-עצמי לא מתוך עצמה, אלא דרך האנרגיה שאתם מזינים אותה בה - תשומת הלב שלכם.



העולם הנגלה לעיניכם - זה שאתם חווים ממש כעת - הוא חלק בלתי נפרד מה"אוטאר" הזה, כי הוא משכנע אתכם בממשותו של העצמי הזה ומוכיח לכם, כביכול, שוב ושוב שאינכם אלא מה שהוא מגדיר: הוא מגדיר מה אתם יכולים או לא יכולים לעשות, מה נחשב הצלחה ומהו כישלון, ממה עליכם להיזהר ולאן עליכם לשאוף. העולם הזה שאתם חווים אינו ממשי יותר מהעצמי הנפרד שיצרתם; הוא התוצאה הבלתי-נמנעת של ההשלכה הבלתי-פוסקת שלכם "החוצה". אין עולם. "המציאות המוסכמת" שאתם חושבים שאתם חיים בה אינה אלא ההשלכה שלכם - חלום שבו החולם שכח שהוא פרי יצירתו, וכעת מאמין שהוא תוצאת החלום ולא להפך. כל מה שחווייתם מאז תחילת הזמן אינו אלא אותו הדבר, כי הזמן עצמו הוא חלק מהחלום; הזמן והמרחב הם התשתית שעליה, כביכול, מתקיים העולם.

חשוב להבהיר זאת, כי כדי להבין את מקורם של הקולות השונים שבתוכם, צריך להבין שחלקם, כביכול, מגיעים מהעולם. אך אם תתבוננו היטב, תראו שיש בכם קולות שלכאורה "לא אתם" שמתם שם; מדויק יותר יהיה לומר: אתם שמתם אותם שם - ושכחתם שכך עשיתם. מה רב כוחכם, בני האלוהים! כמה גדולה היא תוצאת האמון המוחלט שאתם נותנים בחלום הזה, עד שהוא נראה לכם אמיתי יותר ממה שאתם באמת, יותר מהמרחבים האין-סופיים שבהם שוכנת התודעה שלכם - העצמי האמיתי שנברא בצלם האלוהים. בטח חוויתם בעבר את האמונה שהעולם הפנימי שלכם הוא זה שאינו ממשי, זה שטעיתם לגביו, ואילו החוויות המזדמנות שהיו לכם של התרחבות תודעה נשללו בקלות, כי האמנתם שאין בהן ממשות, וכך שללתם את הממשות של מה שאתם באמת.

בתוכם שוכנת אמת. אין היא מנסה להגן על עצמה, כי דבר לא יכול לאיים עליה; היא אינה נחלצת מאחיזה, אינה מרמה ואינה מתחפשת למשהו אחר. היא שוכנת בדממה בתוכם ואומרת שוב ושוב, בלחש אך בעוצמה אדירה, שאתם אהובים, בטוחים, חפים מחטא, שלמים וראויים.



היא קוראת לכם לזכור מי אתם. מנגד, ישנו רעש ומהומה: שימו לב לקולות הפחד שבכם - לצעקות, לדרישות, לעיוותים של קנאה וחרדה, לאינסוף המלל חסר המשמעות שעולה מהעצמי המפוצל שלכם. אלה חייבים לנהוג כך, ברשעות או בנחמדות-לכאורה, כי אין להם שורשים. מי צועק אם לא מפחד? מי מאיים אם לא מי שחסרה לו תחושה של ביטחון? מי ידרוס את האחר אם לא זה שאין לו מקום בטוח משל עצמו?

כל העולם העייף והמנוכר שאתם רואים בחוץ משתקף כמו במראה פנימית של התודעה שלכם. כבר ראיתם, כנראה, את השקר; התחלתם להכיר את האשליה. אילו לא, לא הייתם מגיעים עד כאן. עשיתם כבר רבות, מגיעה לכם תודה גדולה. נעניתם לקריאה הפנימית לשלום, והדרך תהיה רצופה באתגרים. אך לא תיכשלו, כי האור בתוכם אינו סטטי; יש לו רצון, והוא שתתעוררו. אף שאתם אולי מאמינים שאתם רוצים דברים אחרים, אין זה אלא עוד מראית עין המדמה עולם רופף. אתם רוצים שלום ושלווה, אתם רוצים את מה שגם אני רוצה - להתעורר מחדש, להיזכר מי ומה אתם.

כשעולה בכם קול, כשהמחשבה מופיעה - הביטו מעבר לצורה שלה. מה היא אומרת על עצמכם? על איזו זהות עצמית היא מבוססת? האם היא מבקשת לשחרר את בן האלוהים, את מי שאתם באמת, או שהיא מבקשת לשוב ולכבול אתכם? שימו לב לאילו מאמצים אדירים נדרשת הזהות השקרית כדי לשמור על "שלמותה" כביכול. כך תוכלו לשפוט כל מחשבה וכל קול בעולם שבכם: האם הוא אהבה, או קריאה לאהבה?

חִמְלוּ על עצמכם. זכרו, יקירי - אינכם לבד במסע, אינכם נפרדים או מפוצלים מאיתנו; כולנו התמודדנו עם מה שאתם מתמודדים עימו. אין דבר שיעלה בכם שאין לו תשובה או פתרון. הפסיקו להפנות מבט מהפחד העולה בכם; הסתובבו אליו והביטו בעיניו חסרות החיים. אין שום ממשות מאחוריהן, ואין דבר בבריאה כולה שיכול לאיים על הממשות שאתם תמצאו בתוכם. בקשו מהעצמי האמיתי שלכם להצית את הלפיד, את אור המודעות של מה שהוא, בתוכם.



האור מגרש את החושך; לא יהיה לו מקום להסתתר מפני החיפוש שלכם. יש מקומות רבים להאיר, הרבה מה ללמוד, הרבה נדבכים פנימיים להגיע אליהם. אנא, זכרו: מעולם לא הייתם לבד. אל נא תפחדו מן האור שבתוכם. התפללו לשלום, בקשו סיוע, הרשו לכוחות האור בתוכם - שהם רבים אבל אחד - לפעול למענכם.

זָכְרוּ: אינכם לבד במסע הזה. בכל רגע תוכלו לבקש עזרה מן האור שבתוכם, מן השלם שאתם באמת. היו לפידים של מודעות והרשו לאור להוביל אתכם אל השלום.

המאסטר

איך אפשר לכתוב ספר כזה מבלי להתייחס אליו-למי שאתה באמת. דיברתי עליו בדרכים עקיפות, אך לא ישירות: על המאסטר שבך, ההוא שיודע, מקור הסמכות האולטימטיבי, הנמצא ברגע זה איתך. היופי בו הוא שאין לו לאן ללכת-הוא שוכן בתוכך, ואין ביכולתך לגרש אותו ממה שהוא, אלא רק להסתיר את המודעות שלך אליו. אבל זה לא מה שבאנו לעשות כאן; אנו מבקשים להכיר אותו, להתוודע אליו-אל הדבר הנצחי והיפה הזה, הילד של אלוהים ששמו הוא אתה.

פנה אליו בכל בוקר ובכל לילה, בכל פעם שאתה זקוק לעזרה או להכוונה, בכל פעם שאתה מבקש מילה טובה או עצה. הוא תמיד פה, מתבונן בך, מחכה לך שתחזור להכיר אותו, את עצמך. אתה מבין?-את המסע כבר סיימת; זה רק הזמן שמשאיר איזשהו פער כביכול בינך לבינו. השתמש בזמן כהלכה, והרבה יותר מהר ממה שאתה חושב תאמר: "זה מי שהייתי כל הזמן."

המאסטר הוא החלק שבנו שיודע, שיושב בגובה ורואה לאן מובילה הדרך, זה הקול הלוחש בעדינות ובסבלנות איך-קף מילים של אהבה. ברך אותו לחייך וגלה כמה כוח, אור, שמחה ואהבה יש בך.



כלי העבודה





תכנית לעומת רצון

מה ההבדל בין תכנית לרצון? יש פיתוי לחשוב שהתכנית משקפת את הרצון, אך האם התכניות שאנו מתכננים כל העת משקפות משהו שאנו רוצים באמת? משהו שאנו כלל מודעים לו? האם אתם באמת יודעים מה אתם רוצים? והאם הרצון שלכם מונע מתוך עצמי נפרד, או שהוא חלק ממשהו גדול יותר?

אנו מרבים לדבר על העצמי הנפרד לעומת העצמי המאוחד, על הרצון האישי לעומת הרצון הכוללני. הראשון נאבק עם רצונות אחרים, בעוד שהשני מהדהד איתם בהרמוניה. הבנת ההבדל בין תכנית לרצון היא חיונית במסע הרוחני שלנו.

ישנה תכנית קוסמית, אוניברסלית-תכנית לגאולתנו, להגעתנו לשלום פנימי, לשמחה, לבריאות ולאשר. אך איננו יודעים מהי התכנית, וגם לא נוכל להבין אותה במלואה. האמת היא, שזה גם לא תפקידנו. תפקידנו הוא להיות שליחי אור, להביא את העולם לשלום פנימי באמצעות נוכחותנו ועשייתנו.

אני יודע שהרצון הפנימי שלי-הרצון שמהדהד עם מהותי האמיתית-משקף את התכנית הזו, ואליו עליי להקדיש את הקשב שלי. אני גם יודע שכל רצון נפרד שקיים בי, לא משנה מהי צורתו או התחפושת שהוא לובש, יוביל בסופו של דבר לאותו מקום-ייאוש וסבל. הרצון הנפרד נולד מתוך טעות, ומה שנולד מהטעות תמיד חוזר אליה. אין שום טעם לטפח תקווה ש"הפעם זה יהיה אחרת."

תכנית אישית משקפת לרוב רצון אישי, ולכן גם היא עשויה להחזיק אותנו באשליה, רחוקים מאור המודעות. לכן, לאחר שהבנו זאת, הגיע הזמן לעסוק ברצון הגבוה שבתוכנו.



אמרנו שאין מקום לתכנון תכניות-לא מתוך פחד, ולא מתוך כוונה טובה. תכנית היא ליניארית, מהלכת צעד אחר צעד, וככל שהיא קשיחה יותר, כך היא מועדת לכישלון. המציאות לעולם לא תתגשם בדיוק כפי שהתכנונו אותה. ולכן, עליי לשחרר את הצורך לתכנן מתוך שליטה-התכנית אינה עובדת, ואין לי את היכולת לתרגם רצון גבוה לתכנית קשיחה. זה גם אינו תפקידי.

הרצון, לעומת זאת, הוא גל. הוא גמיש, ורסטילי, נע באוקיינוס החיים וסוחף אחריו רבים המתחברים לאותה תנועה. הרצון הטוב שלי, כשאני מחובר אליו, מאפשר לי להגיע למחוזות חדשים ולחוויית חדשות. הוא טומן בחובו התלהבות, יצירה, הרמוניה וכוח אדיר. עלינו ללמוד מחדש מהו הרצון האמיתי שלנו, ולשאול את המקור, את האלוהי שבתוכנו: "מה אתה רוצה ממני?"

בסוף הספר, לאחר חוברת העבודה של הקלפים, נמצא פרק נוסף העוסק במושג הרצון, הפעם מנקודת מבט עמוקה עוד יותר, אחשוף בפניכם את נושא הרצון לפי תורת הקבלה ונלמד יחדיו כיצד הוא קשור באופן ישיר לספר זה.



התלהבות

התלהבות היא אחד הגורמים העיקריים שיכולים לסייע לנו לבחור נאמנה בהתאם לרצון הפנימי שלנו, זה שמשקף את הזהות האמיתית שלנו. הקושי שלנו לברור בין הבחירות השונות העומדות בפנינו נובע פעמים רבות מבלבול עמוק בנוגע לזהות שלנו, תפקידנו ומקומנו בעולם. הרגילו אותנו לחשוב ולהאמין שאנו אמורים לתכנן תוכניות ולקבל החלטות מתוך ידיעה ברורה לאן הן יובילו, אך האמת היא שזה לא תפקידנו. איננו יודעים כלל לאן הדברים יובילו (מעבר לסיבה ותוצאה בסיסיים), ולכן, איך נוכל לבחור? התפקיד שלנו הוא לחוות את המציאות, לא לתכנן אותה. אפילו החכמים ביותר בינינו אינם יכולים לחזות את העתיד, ולכן אין צורך לדמיין תוצאות שונות של הבחירה או לנסות לקבוע מראש מה תהיה הבחירה הנכונה בעתיד, שהוא ממילא דבר שאינו קיים עבורנו ברגע זה.

עלינו להבין כי יש כוח גדול מאיתנו הרואה את הדברים מנקודת מבט גבוהה יותר. אותה יישות רבת עוצמה-שיש המכנים אותה "העצמי הרוחני", "השכל הגבוה", "הנשמה" או כל ביטוי אחר המשקף את אותה מהות-רואה את השבילים השונים שהחלטות שלנו יובילו אליהם. זהו אותו קול פנימי הלוחש לנו, כשאנו בעומק הוואדי: "פנה ימינה, זו הדרך." אין לנו אפשרות לראות מעבר לשיחים הסבוכים, איננו יכולים לדעת שהשביל הלא ברור הזה שנכנס ביניהם יוביל, לאחר הליכה קצרה, אל דרך רחבה ומוארת. כולנו התרגלנו לחשוב ולראות את המציאות לפי תבניות והתבניות הללו מקשות עלינו לראות את הדברים כפי שהם ולקבל החלטות שיאפשרו לנו לחוות את עצמנו במלוא גדולתנו בעולם הזה-להפיץ את האור המרבי שביכולתנו להפיץ, לעשות טוב, להיות טוב, להיות שמחים ושלמים. הניסיון שלנו לתכנן תוכניות ולדמיין לאן הן יובילו שוחק את המיינד, שתפקידו הוא לחוות, להיות נוכח, ולבצע את הבחירות מתוך חיבור עמוק למהות שלנו. אך גם כאן, ניתנו לנו כלים שיכולים לשחרר את העומס המחשבתי ולסמן עבורנו דרך קלה יותר. אחד הכלים החשובים ביותר הוא ההקשבה לרגש ההתלהבות.



התלהבות כמצפן פנימי - המילה העברית "התלהבות" אינה מצליחה להעביר את המושג באופן מדויק כמו המילה האנגלית excitement-רגש המבטא את הרטט התואם לבחירה הנכונה שעלינו לקבל.

אחד הדוברים הבולטים של רעיון זה בעשורים האחרונים הוא דריל אנקה, המתקשר ישות בשם בשאר. מומלץ מאוד להכיר את המסרים האוהבים ומלאי התבונה שהוא מפיץ. עם זאת, הוא לא המציא דבר חדש-תובנות דומות מופיעות גם בספר היצירה של אברהם ובגישות רוחניות ופילוסופיות אחרות.

המסר הוא ברור - בכל רגע שבו עומדת בפניכם בחירה, בחרו תמיד בדבר שמעורר בכם תחושת התלהבות. עשו זאת כמיטב יכולתכם, ללא היצמדות לשאלה לאן זה יוביל ואיך זה יראה. כאשר ההתרגשות ממצה את עצמה, עברו לדבר הבא. אם שום בחירה אינה מרגשת אתכם-בחרו באפשרות שהכי פחות מכבידה עליכם.

לעיתים, ההתלהבות אינה נועדה להביא אותנו ישירות למחוז חפצנו, אלא רק להזיז אותנו לכיוון הנכון, למקום קרוב יותר שממנו תוכל להתקבל ההחלטה שתוביל אותנו לשם. עלינו לסמוך על התהליך הזה.

לדוגמה, כשהתחלתי לכתוב את הספר הזה, כלל לא ידעתי שאני עומד לכתוב ספר. זה היה נראה לי רעיון גדול ומורכב מדי, בחירה שלא יכולתי לקבל. ההחלטה לכתוב כמה הרצאות קצרות ולהקליט אותן נראתה לי אפשרית יותר, ולשם ההתלהבות משכה אותי. משם הדברים התגלגלו והגיעו עד הלום.

אנשים אומרים שלוקח שנים לכתוב ספר-אך הספר הזה נכתב ויצא לאור תוך פחות מחמישה חודשים. ברגע שהשכל היה נכון לכך, זה הפך לאפשרי. כלי ההתלהבות שימש אותי נאמנה להגשמת חלום שהיה בי שנים ארוכות, אך עד כה לא ידעתי כיצד לגשת אליו. היכולת להקשיב להתלהבות הפנימית שלנו משתפרת לרוב לאחר עבודה פנימית משמעותית ורציפה, המסייעת לנו לנטרל קולות לא רלוונטיים בדרך. אך זהו למעשה כלי עוצמתי, זמין ונוכח שאפשר להתחיל להשתמש בו כבר עכשיו.



חמלה

חמלה היא היכולת לראות את האדם מולנו כפי שהוא באמת – ישות חסרת מגבלות, מוארת, מלאת עוצמה וגדולה. זהו מעשה של הכרה והערכה באותה תמצית נצחית השוכנת בכל אחד מאיתנו, גם כאשר היא נתקלת בקשיים לבטא את עצמה בעולם הפיזי.

חמלה אינה מביטה על האדם כעל מוגבל או חלש, אלא רואה אותו מעבר לטעויותיו ולחולשותיו המדומות. היא דורשת מאיתנו להעמיק בהבנה, להתבונן מעבר להופעות החיצוניות והתגובות המיידיות, ולהכיר בכך שהאדם שמולנו, כמו גם אנחנו עצמנו, נמצא בתהליך של גילוי עצמי, תהליך שמלווה באתגרים ובבחירות.

כדי להיות בחמלה כלפי אחרים, עלינו ללמוד להיות בחמלה גם כלפי עצמנו – לראות את השגיאות שלנו לא ככישלונות, אלא כהזדמנויות ללמידה וצמיחה. כולנו שגינים, כולנו קיבלנו החלטות שהביאו לתוצאות לא רצויות, כולנו חוונו רגעים שבהם שכחנו מי אנחנו באמת. החמלה מאפשרת לנו להניח את משא ההאשמה והחרטה, ולצעוד קדימה מתוך הבנה וסליחה. חמלה היא ההמשך הישיר של הסליחה, אך ללא סליחה אמיתית, החמלה הופכת להיבט נמוך יותר – רחמים. רחמים נובעים מתוך ההכרה במגבלותיו של האחר, אך מתוך הנחה שמגבלות אלו ממשיות. ברחמים, אנו רואים את האחר כחלש, פגיע, קורבן של נסיבותיו. אך חמלה אמיתית אינה עוסקת בהזדהות עם הכאב או הקושי, אלא בהכרה בעוצמה האמיתית שמתקיימת מעבר להם.

לימדו אותנו שכדי לחמול על אדם, עלינו להזדהות עם כאבו, להרגיש אותו כאילו הוא שלנו. אך מה זה נותן מלבד חיזוק התפיסה המוטעית שהכאב והמגבלה הם המציאות היחידה? במקום זאת, החמלה מאפשרת לנו לראות את האחר באור מיטיב, כאדם בעל עוצמה, כחלק מהאלוהי, שממשיך במסעו לגילוי עצמו. הממשות שלנו אינה מושפעת ממעשינו, מחשבותינו או דברינו – אך המודעות שלנו לממשות זו בהחלט כן.



יש הבדל עצום בין להכיר במגבלה כממשית ובין להבין שהיא זמנית, שגויה, וש אפשר להתעלות מעליה.

אנחנו לא חושבים לבד, לא מאמינים לבד, ולא חווים לבד. כל מחשבה שלנו משפיעה על הכלל, וכל מבט אוהב של אדם אחר יכול לרפא אותנו מבלי שנאמר דבר.

אדם הרואה אותך באמת, מעבר לטעות ולכאב, משחרר אותך בלי מילים. מבטו האוהב מספיק כדי לעורר בך תחושת הקלה, מספיק כדי להזכיר לך מי אתה באמת.

הכוח לרפא טמון במבטנו.

אל תאמין לעולם במגבלות שלך או של האחר – כי למעשה, זה אותו הדבר. ראה את עצמך ואת זולתך כפי שאתם באמת, מעבר לכל טעות, מעבר לכל מגבלה. ראה את האור שבך, את העוצמה שבך, והכר בכך שכל אדם שבחר חוויה כואבת או מאתגרת לא עשה זאת מתוך חולשה, אלא מתוך רצון ללמוד ולהיזכר מחדש במי שהוא באמת.

חמלה היא לדעת שכל מה שאדם חווה הוא לא גזר דין, אלא שער לחופש.

הציפורים

הציפורים מציצות; אינן מודעות למהומות בהר הבית או למגיפה החדשה, אינן מתרשמות מכותרות החדשות, לא שמות קצוץ על יוקר המחיה או על הצרה המאיימת החדשה.

עבורי, הציפורים מייצגות נקודת מבט הרואה את הטירוף וחוסר הוודאות המשתוללים בעולם ממקום גבוה יותר. בכל בוקר הן חוזרות לשיר, כאילו הן שרות למשהו אחר, נשגב, מעבר לתודעה היומיומית שלנו. השקט, השלום, השלווה שאנו מחפשים נמצאים ממש כאן, ממש עכשיו. יש שכבה של שקט שליו הנמצא בכל מקום ובכל זמן, שכבה שמתחת לכל הרעש. האזינו לדממה הזו שבתוכם; זו הדממה שהציפורים שרות לה, שלווה עדינה הנמצאת בפנים.



מה שאנו מחפשים לא יימצא לעולם מעבר לרגע הנוכחי, הוא אינו תלוי בעבר, לא מצוי בעתיד, ואינו מותנה בדבר זולת הרצון שלכם להתחבר אליו. אמנם, ייתכן שלא תמיד קל להתחבר לתדר הזה, לאותו מקום שקט שבפנים, אך מעל הכול הדבר תלוי ברצון שלכם ובמחויבות שלכם כלפי עצמכם. לא ייתכן שאדם המחפש את המקום הזה לא ימצא אותו; לא ייתכן שתיכשלו. זה עשוי לגזול זמן, אבל זהו אחד השימושים היפים ביותר שאתם יכולים לעשות בו.

הקשיבו לציוץ הציפורים-הן שרות על החירות ועל השלום שלכם.



תפילה

תפילה היא אחד הכלים המשמעותיים ביותר העומדים לרשותך במסע אל השלום הפנימי, בדרכך פנימה אל עצמך. היא אינה דורשת דבר מלבד הרצון שלך והכנות שלך. בבואך להתפלל, אל תנסה לסדר את המילים או להתפלפל. אל תשאיר שום העמדת פנים ושום מחסום בינך לבין הבורא. בוא חשוף, עם ידיים פתוחות ושְׁכָל פתוח. הסר את השריון שאינו מגן על דבר מלבד תחושת הנפרדות שלך, וכל מה שחשבת שמגן עליך אך בפועל רק הכביד עליך-ועמוד מולו.

אמור את אשר על לבך, בדיוק כפי שזה עולה בך; אל תשפוט את עצמך, דייק את דבריך עד שתחוש שהם באמת מבטאים את אשר בתוכך. בקש סיוע ועזרה כדי להתמודד עם כל מה שאתה רוצה להתמודד עימו. הִכָּר בכך שאינך יודע, שאינך מבין, שאינך אפילו בטוח מה כיוון התשובה או כיצד היא תגיע. התפילה מחייבת הכרה בכוח גדול ממך, בידיעה שאין היא ידיעתך, ובאמונה שתקבל את הסיוע והתמיכה שאתה זקוק להם. היא רלוונטית גם לרגעים היפים ביותר-תפילת הכרת-תודה-וגם לרגעים החשוכים ביותר-תפילה לבקשת תשובה ועזרה. היחיד שיכול למנוע ממך להשתמש בכלי הזה הוא רק אתה, כי הכלי עצמו ומה שהוא מסוגל להביא לחייך הם חסרי גבולות. הדבר שאליו אתה קורא הוא אתה עצמך, במובן הגבוה ביותר של הדברים.

יש הסבורים שצריך להקטין את עצמך בתפילה ולהכיר באפסיותך, אך אין זה נדרש. כן נדרש, עם זאת, שתניח לאלתר את כל מה שחשבת שזו האמת שלך ואת כל מה שחשבת שאתה רוצה או צריך, כדי לשמוע באמת ולקבל את העזרה הנכונה לך. יש לך השגחה פרטית-מישהו מאזין ורואה אותך, מישהו רוצה בשלומך, בבריאותך ובשמחתך.



הַכֶּר בּוּ, הַכֶּר בְּטוֹב שְׁבָא אֲלִיךְ. הַכֶּר בְּכַךְ שְׁאִינְךָ צָרִיךְ וְאִינְךָ יִכּוֹל לִשְׁלוֹט בְּמִצִּיאוֹת וּבִמָּה שְׁקוֹרָה. הִנֵּחַ אֶת כָּל הַמַּחֲשָׁבוֹת וְהַהֲגָדוֹת שֶׁלְךָ, וּבּוֹא נִקִּי וְנִכּוֹן; הַתְּשׁוּבָה לְעוֹלָם תִּגִּיעַ – הַתְּשׁוּבָה שְׁאֵתָה בְּאַמֶּת צָרִיךְ, וְהַנִּכּוֹנָה עֲבוּרֶךְ.

כְּנִיעָה

מֵהִי כְּנִיעָה? אֵיזָה עֶרֶךְ אֵתָה מֵיִיחָס לְמוֹשָׁג זֶה?

בְּתִרְבוּת הַמַּעֲרָבִית כְּנִיעָה נִתְפַּסֶּת כְּמוֹשָׁג שְׁלִילִי – עִם שֶׁנִּכְנַע מוֹל כּוֹחוֹת גְּדוֹלִים מִמֶּנּוּ וּמוֹתֵר עַל עֲצֻמָּאוֹתוֹ, אָדָם הַמוֹתֵר עַל עֵתִידוֹ וְחִלּוּמֹתָיו וְחָדֵל מִנִּסְיוֹנָתוֹ לְהַבִּיא לְשִׁינוֹי, מוֹרָה שֶׁנִּכְנַעַת מֵהַנִּסְיוֹן לִיַּצֵּר קֶשֶׁב לְלִימוּד בְּכִיתָה וְנוֹתַנֶּת לְתַלְמִידִים לְעֶסֶק בְּכָל דָּבָר אַחֵר. לְכְּנִיעָה הַחִיצוֹנִית פָּנִים רַבּוֹת, וְרוֹבֵן נִתְפַּסּוֹת כְּשִׁלִּילוֹת. אֵךְ בְּהִיבֵט הַפְּנִימִי, כְּנִיעָה הִיא כְּלִי אֲדִיר הַנִּמְצָא כְּבֵר עֲכָשִׁיו בְּאַמֶּתְחַתְכֶּם, וְיֵשׁ לְלִמּוּד כִּיצַד לְהִשְׁתַּמֵּשׁ בּוּ.

הַכְּנִיעָה הִיא מוֹשָׁג מֵרִכְזִי בְּמִסּוֹרֶת הַזֶּן וּבְמִדֵּיטְצִיָּה הַבּוֹדֵה־הִסְטִית בְּכָלֵל. בְּהִקְשֵׁר שֶׁל זֶן, הַכְּנִיעָה מֵתִיַּחֲסֶת לְתֵהֲלִיךְ שֶׁל שַׁחֲרוּר וְנִטְיָשָׁה שֶׁל הַתִּנְגְּדוּיוֹת, רְצוֹנוֹת וְתִפִּיסוֹת מוֹקְדָּמוֹת שִׁיכּוֹלוֹת לְהַפְרִיעַ לְהַבְנָה הָעֲמוּקָה וּלְחֻוּיָה הַיִּשִּׁירָה שֶׁל הַמִּצִּיאוֹת כְּפִי שֶׁהִיא.

הִיכּוֹלֶת לְהִיכְנַע אִינָה בִּיטוֹי לְחוֹלְשָׁה אוֹ לוֹוִיתוֹר בְּפָנֵי גּוֹרְמִים חִיצוֹנִיִּים, אֲלָא לְהַפֵּךְ – הִיא עֲדוֹת לְחוּסָן פְּנִימִי. חוּסָן זֶה מֵאַפְשָׁר לְאָדָם לְהִתְמַקְּד בְּרָגַע הַנוֹכַחִי, לְקַבֵּל אֶת הַמִּצִּיאוֹת כְּפִי שֶׁהִיא, וּלְהִשְׁתַּחֲרֵר מִדְּאָגוֹת וְצִיפּוֹת שְׁאִינָן תּוֹרְמוֹת לְשִׁלוֹת נַפְשׁוֹ. זֶהוּ תֵּהֲלִיךְ לְמִידָה שֶׁל וִיתוֹר עַל הַצּוֹרֵךְ הַמִּתְמִיד בְּשִׁלִּיטָה וּבִתְקִינָן הַמִּצִּיאוֹת, וּבְמִקּוֹמָם – פְּתִיחוֹת וְהַכְּלָה שֶׁל כָּל חוּוִיָּה כְּפִי שֶׁהִיא.

בְּפֶרֶקְטִיקָה, הַכְּנִיעָה עֲשׂוּיָה לְהִתְבַּטֵּא בְּכַךְ שֶׁהַמִּתְרַגֵּל מִשְׁחַרֵּר אֶת הַצּוֹרֵךְ לְהַגִּיב, לְשִׁפּוֹט אוֹ לְהַשְׁפִּיעַ עַל מַצְבִּים וְאַנְשִׁים, וְלוֹמֵד לְהִתְמַקְּד בְּתוֹבָנָה וּבְהַבְנָה עֲמוּקָה יוֹתֵר שֶׁל הַטֶּבַע הָאֲמִיתִי שֶׁל הַדְּבָרִים. בְּמִילִים אַחֵרוֹת, הַכְּנִיעָה הִיא דֶּרֶךְ לַחִיוֹת בְּהַרְמוֹנִיָּה עִם הָעוֹלָם, לֵאלּא הַתִּנְגְּדוֹת פְּנִימִית, מֵה שֶׁמִּבִּיא לְשִׁלוֹה רֹחַנִית וְלְהַבְנָה מַעֲמִיקָה שֶׁל הַחַיִּים.



הכניעה היא כלי משמעותי וחשוב בסל הכלים שאתם בונים בדרככם אל האור. לעיתים היא הכלי היחיד המאפשר לכם להתמודד עם מצבים ואירועים לא רצויים. לעיתים יעלו סיטואציות שאינכם רוצים בהן, ואין לכם מה לעשות בנדון. הכניעה מאפשרת לנו לקבל את המצב כפי שהוא, לעבור ממצב מנטלי של התנגדות ולחימה למצב תודעתי של קבלה והתבוננות.

מה אנו יכולים ללמוד מהסיטואציות שעולות? לפעמים זה לא ברור. לכולנו היו חוויות שהגיעו משום מקום ונעלמו כאילו לא היו. לעיתים נפגוש אנשים או אירועים כה זרים לחיינו, כה לא קשורים לנו, עד שנראה שכדאי להניח שאנו שם רק כדי לתת משהו לאנשים שאנו פוגשים, ושום דבר מעבר לכך-מין "שירות" שאנו נותנים לאחר.

לפני כמה שנים, החניתי את הרכב שלי ליד המשרדים של הארגון החברתי שבו עבדתי אז-הנהגת צפון של תנועת הצופים בקריות. פתחתי את הדלת בזהירות, והיא נגעה קלות ברכב שחנה לידי. הבטתי לראות שהכול בסדר, לא השארתי סימן, ולקחתי את התיק מתוך כוונה לעלות למשרד. לפתע נעמדה מולי אישה צעירה בשנות ה-20 לחייה והחלה לאיים עליי ולקלל אותי בגלל שהדלת של הרכב שלי נגעה ברכב שלה.

הייתי מופתע, היא החלה לתקוף אותי מילולית שוב ושוב. לא הגבתי ולא נגררתי לסיטואציה. פשוט הבטתי בה ואמרתי לה שאני מתנצל, שזה היה בטעות. אחרי כמה רגעים היא פשוט הלכה לדרכה, אפילו לא טרחה לבדוק את הרכב שלה ולוודא שלא קרה נזק.

מי היא הייתה? מעולם לא פגשתי אותה, אך אזכור את פניה עוד שנים רבות. היא לא פגעה בי, לא העליבה אותי, והייתי מספיק מודע כדי להניח לדברים לקרות, להיכנע למה שקרה. הברירה השנייה הייתה לנטור ולכעוס על הסיטואציה, לתת לאגו הפגיע שלי לנהל אותי, ובכך לפגוע בשלוותי.



הכניעה משרתת אותי גם בימים לא טובים. לכולנו יש כאלה. קמנו הפוכים, אנו אולי לא מרגישים טוב, היו לנו תוכניות רבות שלא הולכות לצאת אל הפועל, הילדים משגעים אותנו, הבוס מציק לנו, בן או בת הזוג קמים גם הם לא בטוב ומהבוקר רק מתלוננים על כל דבר. אני יכול לצייר אלפי סיטואציות שונות שכל אחת ואחד מאיתנו נתקל בהן.

הכניעה מאפשרת לנו לחיות עם המצבים הללו בשלום, לקבל את מה שקורה, לשמור על השכל שלנו רגוע ושקט ולהתמודד עם מה שיש. לפעמים הכניעה יכולה לאפשר לנו להתמודד גם עם האירועים הכי מורכבים שאדם יכול לפגוש – מחלה קשה או אשפוז ארוך שלו או של אדם קרוב, אובדן על סוגיו הרבים, מכשולים שונים בדרכנו אל השלום.

הכניעה אינה אומרת שאני מוותר על מי או מה שאני. היא אינה אומרת שאני מאבד את הערכים שבחרתי שיובילו אותי. היא רק אומרת שאני מספיק חזק ואיתן כדי להיכנע, להתמודד עם מה שצריך, כפי שהוא, ולהמשיך הלאה ביום אחר.



אי משמעות

מה המשמעות של דברים שקורים לי או לכם, לאהובים שלכם או לעולם כולו? האם אנו באמת יודעים? ציפיתי לראיון עבודה מלהיב – ולא קיבלו אותי; זה טוב או רע? מערכת יחסים ארוכה שנגמרה לפתע; זה טוב או רע? זכיתי בפרס גדול; זה טוב או רע? רובנו כבר מכירים דוגמאות שבהן הצלחה כביכול הפכה לכישלון מאוחר יותר, או כישלון שנראה היה בתחילה נורא – ובדיעבד התברר כברכה.

איני נוהג להשתמש במשלים בדרך כלל, אך לעיתים הם מבהירים היטב את הנקודה.

משל "הטוב והרע":

פעם, בכפר קטן בסין, חי חקלאי זקן וחכם. יום אחד ברח הסוס היחיד שלו. תושבי הכפר באו לנחם אותו: "איזה צער גדול שסוסך ברח!" והחקלאי ענה: "האמנם צער?"

לימים חזר הסוס, והביא עימו שישה סוסים פראיים. השכנים קראו: "איזה מזל! כעת יש לך שבעה סוסים!" והזקן שאל: "האמנם מזל?"

לאחר מכן, בנו של החקלאי ניסה לאלף את אחד הסוסים הפראיים, אך נפל ממנו ושבר את רגלו. שוב באו השכנים: "איזה אסון שבנדך שבר את רגלו!" והזקן ענה: "האמנם אסון?"

עברו ימים, ופלשו חיילים לכפר כדי לגייס את כל הצעירים לצבא. בשל השבר ברגלו, הבן לא גויס. קראו השכנים: "איזה מזל שבנדך לא גויס!" והזקן תהה: "האמנם מזל?"

להישאר באי משמעות פירושו להיות במקום של התבוננות ברצף האירועים החולף – התבוננות המאפשרת למידה עמוקה, מעבר לצורות ולמצבי היוםיום. "אי המשמעות" אינה אדישות למתרחש, אלא ערנות המובילה אותנו לראות את הנסתר, מבלי להסיח את דעתנו מכל דבר שעולה. כך אנו משתמשים בזמן החולף ככלי עוצמתי ללמידה.



"אי משמעות" משחררת אותנו מתבניות קודמות ומאפשרת לנו לראות את הדברים כהלכה, כפי שהם עכשיו-ולא כפי שהתרגלנו לפרשם. היא דורשת ענווה ואמונה, דורשת נוכחות ומודעות ובתמורה היא מעניקה המון. היא פותחת לפנינו הזדמנויות שהיו מול עינינו ולא ראינו, ומזמינה אותנו לפעול בדרכים חדשות שלא שקענו בהן קודם.

כי מי שאינו מזדרז לשפוט או להכריז "זה כך!"-פותח את הדלת ללמידה. רק כאשר אנו מוכנים להודות שאיננו יודעים, יכולה להתרחש למידה משמעותית. כך נוצרת אפשרות לשהות ברגע, מבלי לכפות עליו תווית או משמעויות מרובות-ושם, דווקא באי המשמעות, לעיתים צומחת חכמה חדשה ועמוקה.



החזון (המגדלור)

החיים נדמים לא פעם כמבוך: דרך סבוכה, סכנות מכל עבר. לעיתים אתם מרגישים שאתם מנווטים בחושך, מתלבטים ארוכות בכל בחירה, ואף עלולים להשתתק, להיתקע במקום. הייאוש אורב מכל עבר - לא פעם נדמה שכל פנייה מחזירה אתכם לאותו מקום, מה שחשבתם שהוא התקדמות מתברר כנסיגה, ומה שנראה לכם כטעות עשוי להסתמן כהצלחה. אתם מגלים שאינכם יודעים כלל כיצד לשפוט את צעדיכם. על איזו גבעה לטפס? איזו דרך לפרוץ? היכן לעצור ולנוח כדי לצבור כוחות? איזו החלטה לקבל? מה לעשות?

איך תוכלו לדעת בכלל אילו החלטות לקבל, אם אינכם יודעים לאן אתם הולכים? איך תדעו ממה להימנע ולמה להתמסר? כיצד תעמדו בפיתוי האדיר לחזור להיות כפי שהייתם, אם אין לכם חזון ברור לגבי היעד שאליו אתם מבקשים להגיע?

“חֲפֹשׁ ולעולם אל תמצא, ” אומר המבוך. נדמה שלמבוך יש חיים משל עצמו, כאילו הוא מנסה בכוח להכשיל את צעדיכם. אבל איך תתגברו עליו אם אינכם יודעים לאן מועדות פניכם?

החזון שלכם שוכן בתוכם. הוא אינו יכול להיות נפרד או דורסני; הוא חייב להיות מחבר, מאחד, מרפא - מביא שלום. שלום שכה חשוב שתגיעו אליו.

כל אדם דגול שצעד על פני האדמה החזיק בחזון פנימי שהנחה אותו. זה ההבדל בין להיות מוביל לבין מובל, בין להיות מנהיג לבין מונהג, בין היכולת להתמודד עם מכשולים אדירים ותקופות של חוסר ודאות לבין תחושת חוסר אונים מולם. זה ההבדל בין חיים שחווים בהם צמיחה, גדילה, התפתחות והגשמה, לבין חרטה, אובדן וחוסר ערך. האם אתם יכולים להרשות לעצמכם להיות ללא חזון?



החזון הנכון נובע מעומק פנימי. זו ידיעה פנימית המכוונת את צעדיכם, מחזקת אתכם ומשמשת כמגדל אור הניצב מעבר לחשכה, מאיר את הדרך ועוזר לכם לבחור באיזה שביל לצעוד. נכון, עדיין ייתכן שתמשיכו לטעות ולהגיע למבוי סתום - אך מפני שאתם יודעים לאן תרצו להגיע, מאמציכם יישאו פרי בסופו של דבר. בשלב מסוים, החזון הזה, מגדל האור, יתחיל להפעיל עליכם כוח נוסף, מעין באר כבידה פנימית: תימשכו אל האור שבו, כפי שפעם נמשכתם לחושך. בשלב זה הדברים יתבהרו עוד יותר, והחושך ייעלם מנגד עיניכם.

משמעת - תרגול - התמדה

אומרים שכדי לנגן בכל כלי מוזיקלי ברמה גבוהה נדרשים 10% כישרון ו-90% תרגול. העיקרון הזה נכון לא רק לנגני גיטרה או פסנתר, אלא תקף לכל מי שחותר למצוינות - בין אם במקצוע, ביצירה או בפעילות פיזית. תרגול מתמיד מוליד הצלחה; תרגול, תרגול, ועוד תרגול. מדוע שנניח שהגעה לשלום פנימי שונה בכל הנוגע לכך? כדי להגיע לשלום פנימי, עליכם ללמוד "לנגן" על הכלי המורכב ביותר שיש: השֵׁקֶל שלכם.

השֵׁקֶל אינו בעל צורה מוחשית ואנו מתקשים להבין לעומק אפילו את המוח הפיזי - קל וחומר את השֵׁקֶל. אמנם יידרשו לכם כלים רבים ומְגוֹנְגִים כדי לעבוד עימו, אך אחד הכלים החשובים ביותר הוא ההתמדה - התרגול והמשמעת הנדרשים לשם כך. בשונה מגיטרה, שאינה משנה את צורתה, השֵׁקֶל משתנה בלי הרף, כפועל יוצא של מצבי רוח, רגשות, בריאות הגוף ועוד אינספור משתנים דינמיים. פנצ'ר בבוקר - השֵׁקֶל מגיב. איחור לפגישה חשובה - מגיב. לילה של שינה גרועה - מגיב. אירוע דרמטי במשפחה - מגיב.



בכדי להצליח "לשלוט" על השֵׁכֶל שלכם, עליכם קודם להבין אותו: איך הוא פועל, מה מניע אותו. זהו תהליך מתמשך של רכישת כלים והתבוננות בלתי פוסקת. ואולם ההתמדה היא שמאפשרת לקיים את המאמצים הנדרשים, לשמר את ההישגים שלכם ולהתמודד עם האתגרים שבדרך - והם אכן יבואו. התמדה תחייב גם משמעת גבוהה בעבודה הפנימית הדרושה - לשים גבולות, להיות מאורגנים ומסודרים בתוכם.

אף על פי שהשמעת, ההתמדה והתרגול באים יחד, יש עיקרון אחד עליון מתוכם: המחויבות. כולם נובעים ממנה. שום אדם אינו יכול להיות ממושמע, להתמיד או לתרגל דבר-מה שאינו מחויב לו. לכן המחויבות שלכם צריכה לעמוד בראש מעייניכם, כי היא מאפשרת לכל השאר להתקיים.

המחויבות שעליה אני מדבר היא המחויבות לעצמכם - לא לעצמי הצר, אלא למובן הרחב ביותר: המחויבות לשלום פנימי, המחויבות לאור, המחויבות לעשיית טוב, המחויבות לאלוהים. השלום הפנימי אינו "כלי" אלא המטרה שאליה אנו שואפים. זוהי בעצם מהות האהבה לעצמנו. מי שאוהב את עצמו באמת, מאחל לעצמו את השלום העמוק שעולה בטקסט הזה שוב ושוב. המחויבות הזו מונעת מאיתנו להיכנע לפיתויים החזקים להיות משהו שאיננו רוצים באמת להיות.



ענווה

התגדלות, ולא גדלות, היא המאפיין של האגו. האחת דומה לבלון נפוח, כה מלא בעצמו עד שהדבר הכי קטן יכול לפוצץ את כל חשיבותו העצמית. הגדלות, לעומת זאת, אינה מאוימת מדבר, שכן היא מבוססת באמת על יסודות איתנים-ידיעה פנימית עמוקה שדבר לא יכול לאיים עליה. אלו שבאמת יודעים, באמת מאמינים, אינם מאוימים מאי-הסכמה, ואינם צריכים לצעוק ולהתעקש.

ענווה היא מאפיין אוניברסלי של אנשים מודעים. הם יודעים שאינם יודעים, ממעטים להגיע למסקנות מהירות ונחרצות, שוהים במקום של התבוננות ולמידה מתמשכת, וממשיכים להטיל ספק שוב ושוב עד שהם מגיעים לשורש העניין. ענווה מאפשרת לנו לעמוד בנוכחות כוחות גדולים מאיתנו, להישאר פתוחים לתקשורת וללמידה, ולכבד כל אדם וכל סיטואציה שאנו פוגשים.

להיות עניו משמעותו להיות נוכח-לא לתת למחשבות לנהל אותנו, אלא להישאר קשובים למה שעולה, להביט מעבר לצורה אל התוכן, להקשיב! להקשיב באמת, בלי לשפוט ולקטלג מיד, ובלי להכניס כל מה שעולה לתבניות שהחלטנו עליהן מראש. הענווים הם תלמידים מעולים: הם נכונים לקבל, נכונים להיות. הם אינם נותנים למחשבות שלהם לבלבל אותם; הם שמים בסופן סימני שאלה, נשארים גמישים וסקרנים, ומרשים לעצמם להתפלא מן הטבע, מאנשים אחרים, מיצירתיות, מהבריאה. הם אינם קוצפים או שוצפים, אינם מקללים ואינם תוקפים. הם לא חשים עליונות על מישהו אחר; הם עשויים לא להסכים, ואף לשמור על ערכיהם, אך זאת מתוך כוח-לאחר שבדקו לעומק מדוע הם מאמינים במה שהם מאמינים בו, ולאחר גיבוש מודע של ערכיהם ונכונות אמיצה להמשיך ולבחון אותם כל העת.



ענווה ואדיבות תמיד באות יחד. הענווים הם אנשים אדיבים-לא "נחמדים" לכאורה, אלא אדיבים באמת. אדיבות אין משמעה להיכנע לרצון האחר; חלק מהלוחמים הגדולים ביותר הם אנשים ענווים, וכך גם חלק מהמנהיגים הגדולים ביותר. הענווה מאפשרת לנו להיות מחוברים, לחיות בשלום, לגדול ולהתפתח.

הענווה היא אחד הכלים החשובים ביותר בארגז הכלים של האדם המודע; היא שמאפשרת לו להיות אדם מודע מלכתחילה. לא כל חיי הייתי ענו-טעיתי פעמים רבות לחשוב שאני יודע, שהאמת כפי שאני מגדיר אותה היא הנכונה. גם אנשים אינטליגנטיים מאוד עלולים ליפול שוב ושוב לחוסר בענווה, ובטוחים שגילו את האמת המוחלטת, בעוד כל השאר טועים ומטעים.

העולם שלנו מלא בחוסר ענווה. רואים זאת מכל עבר: נדמה שכל ילד בן עשרים עם הורים עשירים נשען על המרצדס של אביו ומלמד בטיקטוק את העולם כיצד לחיות. אנשים צופים בסרטון של חמש דקות ביוטיוב ומשוכנעים שהם יכולים לנהל את העולם, שופטים מי צודק ומי לא בסכסוך בקצה השני של הגלובוס, ומה כל אחד צריך לעשות ואיזה מחיר לשלם. יש גם מי שלמדו באקדמיה ובטוחים שהם סוג של "אליטה" שכל האמת יוצאת מפיהם. זו אותה נפיחות: הרבה אוויר חם, שכל קוץ קטן עשוי לפוצץ.

כמה כוח יש בהודאה של: "איני יודע", "טעיתי", "איני מבין מספיק לעומק", "אני רוצה ללמוד איך לראות את הדברים אחרת". יש עוד נקודות מבט. לא מתוך כניעה לרצון אחר, אלא מתוך הערכה למי ומה שאני ולמי ומה שהוא האחר. איזה כוח יש בלהודות: "אינני מצליח להבין את הדבר הזה עד הסוף, זה גדול מיכולות ההבנה שלי כרגע". זהו ההבדל בין אלו שיקבלו את דבר האלוהים שבתוכם, לבין אלו שיפטרו אותו כלאחר יד; בין אלו שיקשיבו להדרכה הפנימית, לבין אלו שיתנגשו שוב ושוב בחומות בצורה עד שישאלו את עצמם-האם יש דרך אחרת לראות את זה? פרשנות אחרת שתואמת יותר את המצב?



ענווה היא דבר מתמשך, שאינו מסתיים לעולם. היא לא תכונה מולדת (גם אם יש אנשים הנוטים יותר לפה או לשם), אלא משהו שיש לעבוד עליו כל העת. לפני ארבע שנים ישבתי בפגישת עבודה עם כמה קולגות וראש המועצה של גליל תחתון. זה היה בתחילת תפקידי החדש כמנהל קהילה, לאחר שנים של עבודה אינטנסיבית מאוד, במקביל ללימודי שני תארים ותעודת הוראה, זוגיות חדשה, מעברי דירה ונפש לא רגועה. במשך שנים התעלמתי מפחדים וכאב שעלו בי, מהבקשות הפנימיות הבלתי-פוסקות שלי-הקריאות לאהבה-ופשוט טאטאתי הכול מתחת לשטיח. לא היה לי הפנאי או המשאבים להתמודד עם מה שעלה, אז המשכתי הלאה. באותה פגישה, כשראש המועצה התחיל לדבר, חשתי "רוח רעה" עולה בי, מעין משב פנימי של רגש מאיים, ופתאום הבנתי: אני חווה התקף חרדה. בדיעבד, חוויתי זאת פעמים רבות, אך לעיתים רק כשאנו מפנים מקום לדברים-הם צפים. כשאנו יוצאים לחופשה, השיט שלא התמודדנו עמו עולה; כשאנו מסיימים תקופה ארוכה וקשה ומתחילים משהו חדש ורגוע, פתאום כל "הביוב" צף.

ואוי, איזה ביוב צף. אך מהרגע הראשון, מאותה פגישה אצל ניצן פלג, הבטחתי לעצמי: אעשה מה שצריך, אלמד מה שצריך, אלך לטיפולים, אחקור גם שנים אם זה נדרש-עד שאגיע לשורשים העמוקים ביותר של החרדה הזו. אנקה מה שצריך, אעשה שלום עם מה שצריך, אגלה ואחקור כמה שצריך-עד שהיא תיעלם, עד שאגיע לשלום פנימי. המסע שיצאתי אליו היה ארוך ומטלטל: עברתי דרך אשפוזים ובדיקות רפואיות אין-ספור כדי לנסות למצוא מענה לחרדה הפנימית שבי. עברתי לילות ארוכים שבהם הייתי בטוח שאני עומד למות; הבטתי בהשתאות בשָׁכָל ובנפש שלי כשהם מנסים להתמודד עם החרדה הזו באמצעות טקסים מוזרים, הימנעות מדברים שאני אוהב, גמגום, ושלל תופעות מוזרות המתוארות בספרי הפסיכיאטריה.



ניסיתי תרופות שונות, ופעמים רבות פיתה אותי הרעיון "לסיים את זה" – לסיים את הכאב, ליטול את חיי. נעשיתי אדם אחר, כזה שפחד ללכת להופעה או למקומות הומים, להוציא את הזבל בלילה, פחד לחיות, פחד למות, פחד מכל צל ומחלות שונות ומשונות, מהתקפי אלרגיה דמיוניים שיחנקו אותי למוות, אף שאיני אלרגי לדבר. חרדה היא רגש נורא; היא מנתקת אותך מכל דבר חי, והיא לכאורה מבטאת פחד עצום מן המוות – אך למעשה נמשכת אליו בעוצמה.

אני יושב היום וכותב את השורות האלו ולבי מלא בהודיה. אני לא מודה על החרדה עצמה ועל הסרטים האין-סופיים שעברתי, אך אני מודה על מה שלמדתי ממנה ומה שקיבלתי דרכה. אני אומר "תודה" לעצמי על כך שהתהליך העמוק הזה הוביל אותי לחיפוש פנימי ולעשיית שלום עם חלקים שזנחתי בי. אני אומר "תודה" על העזרה האדירה שקיבלתי ממטפלים אנושיים, כמו גם מן המדריכים הרוחניים שלחשו בי מילים של אהבה ונתנו לי כלים להתמודדות, ותודה לאשתי שהכילה ותמכה כשבן-זוגה הבלתי-נלאה הפך לרגעים רבים לצל של עצמו. ובהקשר לפרק זה – אני אומר "תודה" על כך שלמדתי ענווה.

שנים ארוכות לא הבנתי את האנשים ה"שרוטים" האלה עם כל החרדות, הפוביות והטקסים המוזרים. הם תמיד נראו לי "דפוקים" ולא הקדשתי לכך תשומת לב גדולה; לא גיליתי כלפיהם חמלה, גם לא רוע או תוקפנות – פשוט לא הבנתי ולא חשבתי שיש מה להבין. היום אני מבין יותר. איני רואה בחרדה "ערך", גם אם היא נעשתה פופולרית בימינו. אנשים רבים מייחסים אותה לעצמם כי נדמה להם שזה הופך אותם למיוחדים, אך אדם שחווה חרדה באמת לא רוצה בה לעולם.



ובכל זאת, יש ערך ללמידה. בתוך התהליך שעברתי, ההתמודדות עם החרדה הפכה אותי לרך יותר, אמפתי יותר, לעניו יותר. ללא ענווה עמוקה לא הייתי מצליח ללמוד את מה שנדרשתי ללמוד, ולא הייתי מגיע לאן שנועדתי להגיע. הייתי נתקע באיזו פינה, באיזו אמונה או תפישה שאינה משרתת אותי. אך במקום זאת, שאלתי שוב ושוב: "מה אני יכול ללמוד? איך אוכל לראות זאת אחרת?" ועל כך אני מודה על העֲנָה שבתוכי.

עקשנות ונחישות (גירית)

לפעמים המשימה שאנו נדרשים להתמודד עמה היא כה מאתגרת וכה דורשת, עד שהיא נראית גדולה עלינו. אנו עומדים מולה ושואלים את עצמנו: האם אני באמת יכול לה? האם זה לא גדול עליי? לפעמים אנחנו מצליחים להביט על האתגר מראש, ולפעמים החיים "זורקים" אותנו לתוך האירוע מבלי שבחרנו בכך במודע.

כשבאנו לשפץ את הגינה הקדמית שלנו, אשתי ואני שוחחנו והחלטנו להשקיע ולעשות פינת דשא לילדים - לא שטח ענק, בסך הכול תשעה מטרים רבועים. במקום להזמין עגלה עם מנוף לכמות דשא שאיני צריך, הציע לי בעל המשתלה המקומית, באדיבותו הרבה: "עוד כמה ימים אני בונה גינה למישהו בכפר, יישאר לי אקסטרה דשא, מוזמן לבוא לקחת אותו בכיף." התגייסתי למשימה, רתמתי עגלה לרכב והתייצבתי במקום עם זוג כפפות, כשלנגד עיני עומדת עבודה מהירה של העמסת כמה פלטות דשא וחזרה הביתה.

כשהגעתי לכתובת הרצויה, יצאתי מהרכב ועמדתי מול משטח שלם של דשא - כזה שצריך מלגזה ומשאית בשביל לשנע אותו. הגנן המבצע בדיוק סיים לנקות את הגינה, והבנתי שאני לא יכול לקחת רק את מה שאני צריך; לאדיבות, כך נראה, מגיבים באדיבות.



הייתי צריך לקחת הרבה יותר ממה שתכננתי וגם לנקות אחריי. ניסיתי לגרור את המשטח לרכב, אבל ערימת הדשא "צחקה" עליי; כל מלבן דשא הגיע עם שכבה עבה ודחוסה של אדמה שלא זזה לשום מקום בקלות. זו אולי דוגמה פעוטה, אבל היא ממחישה את הנקודה: התבוננתי בערימת האדמה והדשא הכבדה והחלטתי להיות גירית. מה שנדמה היה כמשימה של חצי שעה התברר כפרויקט של שעות ארוכות - סחיבה של פיסה אחר פיסה, ניקוי, העמסה, פינוי, נסיעה לחנות חומרי בנייה וחפירת תשתיות עמוקות לצנרת מים. היום הדשא ירוק ונעים לשבת עליו, והמשימה הושלמה.

גירית הדבש היא בעיניי אחד היצורים המופלאים ביותר בטבע. את מה שחסר לה בכוח או בגודל, היא מפצה בנחישות ובעקשנות אינסופיות. דווקא העקשנות הזו מאפשרת לה להתמודד עם האתגרים האדירים שנקרים בדרכה - היא לא מוותרת, לא אומרת נואש ולא מסתובבת אחורה. היא נכנסת במכשול ראש בראש, עד שהוא נפתר. יש דברים בחיים שנפתרים רק בעזרת נחישות ועקשנות. זו יכולה להיות משימה פיזית מאתגרת, אך גם משימה תודעתית או מנטלית אדירה. ההתמדה, ראיית המטרה שלכם לנגד עיניכם וההבנה הפנימית שלא תוותרו עד שתצליחו - הם שלפעמים יאפשרו לכם להגיע בדיוק אל מחוז חפצכם. היו גירית.

אי ידיעה

איני יודע מה משמעות הדבר וכיצד עלי לנהוג. הצהרה זו נתפסת פעמים רבות כחולשה, בעוד כוח גדול מאוד עומד מאחוריה. מי יכול להיות בתודעה זו מלבד הענווים? מי יכול להרגיש איתה בנוח מלבד אלו שיש בהם ביטחון ואמונה שהתשובה תגיע?



אתם לא חייבים להגיב על כל דבר, אתם לא חייבים לדעת כל דבר. אי הידיעה מאפשרת לכם להיות במקום של למידה, ערנות שקטה ושכל פתוח, ללמוד מחדש על המהות והמשמעות של הדבר, להיות פתוחים לפרשנות חדשה, למחשבות חדשות ולתפישות חדשות שיוכלו לשרת אתכם טוב יותר בדרככם אל השלום, בדרככם ללמוד דבר-מה חדש.

אי הידיעה מאפשרת לנו לקחת צעד אחורה ולהאזין לקולות אחרים בתוכנו - לא לאלו שממהרים להגיב ולשפוט, ולא לאלו שמסתירים פחד משינוי ומהלא-נודע באמצעות שימוש בתבניות וצורות חשיבה מוכרות, עייפות ושחוקות. היא מאפשרת לכם להאזין לאינטליגנציה הקוסמית, לתבונה שבתוכם, להעריך מחדש ולראות את הדברים כמות שהם.

כשאנן ניצב בפני בעיה מתמטית מורכבת, הוא עשוי לומר: "תן לי להיות עם זה", ולא: "תן לי לחשוב על זה." הגאון יודע שהמסלול לפתרון דברים מורכבים, לראותם באור אחר, אינו עובר דרך אותן תבניות ומסגרות חשיבה קיימות. פעמים רבות, נגלה שה"בעיה" - או הדבר שאנו מבקשים לראות באופן אחר - הוא תוצר של אותן תפישות ותצורות חשיבה שכבר אינן משרתות אותנו. וכבר ידוע לנו, שאי אפשר לפתור בעיה באמצעות הדבר שיצר אותה; אי אפשר לנהוג באותה דרך ולצפות לתוצאות שונות.

אי הידיעה מאפשרת לנו לקבל שיש כוחות גדולים מאיתנו ודברים שאינם מובנים לנו. לעיתים נהיה באי ידיעה גם ימים, שבועות ואף שנים. אנו ממתנים, נותנים לדבר שאנו רוצים לשנות או לפתור להימצא שם, מאזינים בקשב, עד אשר עולה בנו משהו חדש - יצירתיות או נקודת מבט חדשה המאפשרת לנו להמשיך ולצמוח הלאה. לעיתים גם נבין שאיננו מסוגלים להבין את הדבר, שחסרים לנו הכלים, השֵׁכָל או האינטליגנציה כדי להבין אותו לאשורו. זה גם בסדר - אי הידיעה מאפשרת לנו לחיות עם זה בשלום.



התמודדות עם מחשבות

מאיפה נובע הקושי שלנו להתמודד עם המחשבות שלנו? גם הן, בדומה לכל הדברים שאנו רואים, זמניות ולפיכך חסרות משמעות יציבה שאפשר לסמוך עליה. אנו יכולים להיות ערים למחשבות הנובעות מהממשות שלנו - כלומר, אלו המשקפות את מה שאנו באמת - אך רוב רובן חסרות כל משמעות.

ובכל זאת, המחשבות שלנו מנהלות אותנו. הן מציקות לנו ללא הרף - אין-ספור מחשבות בכל יום: מחשבות טורדניות, מחשבות על דברים שאנו לא רוצים, מחשבות של תקיפה, של נפרדות. הן פועלות בכיוונים שונים ומנוגדים, רכבת אינסופית ועמוסה עד לעייפה שאינה משאירה לנו מקום למנוחה. זה לא קורה סתם. יש לכך סיבה עמוקה, אבל גם כאשר אנו מבינים אותה, המחשבות ימשיכו לפעול עוד זמן רב, מכוח האנרגיה שנתנו להן.

אחד הקשיים הגדולים ביותר שלנו בהתמודדות עם מחשבות הוא שאנו מאמינים להן. הקושי השני הוא שאיננו מבינים או מצליחים לראות היכן באמת טמונה הבעיה. אנו חושבים שהבעיה היא המסר של המחשבה, ולא המחשבה עצמה. אנו נותנים לצורה שבה מופיעה המחשבה משמעות משל עצמה, ומשוכנעים שהמשמעות הזו היא חלק בלתי נפרד מהמחשבה עצמה. זה לא אומר שלמחשבות אין כוח. כשהן מתאגדות יחד לכדי תפיסה ואמונה, יש להן כוח עצום. כאן בדיוק טמון הקושי: התמודדות עם תפיסות ואמונות מורכבת ממאבק מול מחשבות רבות שכל אחת מהן נדמית כאילו יש לה משמעות משל עצמה. המשמעויות האלו מתחברות יחד לדבר גדול יותר, ולך תפתור אותו עכשיו.

אמרנו ונגיד שוב ושוב - לשום דבר אין משמעות, לכל דבר יש רק את המשמעות שאתה נותן לו. האם זה נכון רק לדברים ה"מחוצה" לך, כלומר מחוץ לגופך?



כל דבר רע בעולם הזה צמח מאותן מחשבות של נפרדות, אותן מחשבות המשוות אותנו לגוף ומפתות אותנו לראות את עצמנו כחוטאים. אותן מחשבות שבאות עם כוח מושך - קוראות לנו לפעול כפי שהן מציעות. אנו מכירים את האנשים המקשיבים למחשבות הללו, האנשים שמעלים אותן על כס המלכות בליבם, ועוד מעזים לומר: "זהו רצון האל" או "זהו חוק העולם".

אלו משרתי החושך, משרתי המוות. הם הולכים בינינו, אך אין הם אלא נשמות אומללות שנלכדו במלכודת שהם טמנו לעצמם. אין להם כוח לראות את השקריות שבכך, ואין להם מושג עד כמה הם עצמם כלואים במערכת מחשבתית אכזרית. הם זקוקים לחמלה יותר מכל.

אך דבר אחד ברור - אסור לנו להרשות להם לממש את מאווייהם. אין בי סובלנות לחושך הזה. וכשהוא מבקר בשכלי, אני רואה אותו כפי שהוא - חושך, צל עלוב שאין לו הכוח להזיז גרגר אבק. אני לא נותן לו משמעות, כי הוא חסר משמעות. והדבר היחיד שהוא יפגוש אצלי הוא הלפיד הזוהר של המודעות שלי, את השלום שבתוכי.

וחיש מהר - הוא יתנדף מפני כוחו של האחד חסר המגבלות. הספר הזה מציע לכם עשרות כלים שונים להתמודד עם כל מה שהמציאות מביאה איתה - כולל כל מחשבה ומחשבה שאי פעם הייתם מודעים אליה. השתמשו בהם.

אתה חייב לקבל את הכלים שיאפשרו לך ללמוד שאין למחשבה שום משמעות - לא משנה כמה היא מפחידה, טורדנית, דוחה, שקרית או מפתה. זה קריטי.



אחי היקר, אחותי האהובה.
מעולם לא חטאתם, לא משנה אילו טעויות עשיתם, אילו מחשבות עלו בכם - לא שיניתם את מהותכם ולעולם לא תצליחו לשנות. מעבר לסערת המחשבות ולחושך שהן עלולות להביא איתן, האמת של מה שאתם נותרת זוהרת ונצחית.

חשוב שתדעו שלכולנו יש מחשבות כאלו. מחשבות שאנחנו אפילו לא רוצים להכיר בהן, שמביכות אותנו, שמעלות בנו בושה או פחד. עם זאת, נדמה שהן שם, מציקות לתודעתנו. לעיתים איננו מזהים אותן כהלכה, כי הן עולות כדימויים פנימיים: דימויים של דברים שקורים, דימויים שלנו עושים כל מיני דברים, דימויים של דברים הנעשים לנו או לאחרים. הצורה לא משנה.

למרות שהפיתוי גדול להסתכל רק על איך המחשבה מופיעה, הצורה היא חסרת משמעות. הביטו מעבר לה, לתוכן. פנימה, אל המחשבה שעומדת מאחוריה. היא מספרת לכם משהו על עצמכם ועל טבעם של הדברים - משהו שלא יכול להיות נכון. או משהו שנראה נכון רק בחושך. שום מחשבה שלכם לא תשנה את מי שאתם באמת. אין לה את הכוח הזה.

מחויבות לאוהבים - מחויבות לשלום

אין דבר שמניע אדם יותר מאשר לפעול למען אלו שהוא באמת אוהב. כשהאהבה עמוקה, היא שוברת כל מחסום, היא דוחפת אותנו להיות הגרסה הגבוהה ביותר של עצמנו. היא לא משאירה מקום לפחד, לא לאגו ולא לחשש משיפוט.

אנחנו לא צועדים בדרך הזאת רק בשביל עצמנו. אנחנו מתחייבים לשלום שלנו - כי אהובינו ראויים לנו בגרסה השלווה, האוהבת, הבטוחה והשלמה ביותר שלנו. אנחנו מתחייבים לריפוי שלנו - כי כל כאב שאנו נושאים, כל פחד שלא פתרנו, מהדהד באלו שסביבנו.



אנחנו מתחייבים לחופש הפנימי שלנו - כי ילדינו ואהובינו ראויים לחיות לצד מי שחי מתוך אהבה, ולא מתוך פחד. כשאתה מביט בעיניים של מי שאתה אוהב, אתה רואה את הסיבה האמיתית למסע שלך. הם ראויים לכך שתעשה את העבודה הפנימית שלך. זו המחויבות הגדולה ביותר שלנו - להגיע לשלום, למען האהובים שלנו.

הדרך שבחרתם לצעוד בה דורשת מחויבות מלאה, זו תזכורת לכם להשאיר זאת במודעות שלכם, לעיתים מחויבות זו היא הדבר היחיד שיכול להשאיר אתכם בתודעה הנכונה, בהחלטה באור, למרות כל הפיתויים שיש לצלול לחוסר מודעות. נאמר פעמים רבות שזהו לא מסע אישי, שאין דבר כזה התעלות פרטית, אנו לא משפיעים רק על עצמנו במובן הצר - המשפחה שלנו, החברים שלנו, המעגלים סביבנו ובראש ובראשונה - הילדים שלנו, מושפעים באופן ישיר ועמוק ממי שאנו בוחרים להיות. זה נכון שאנו לא יכולים לשנות לעולם את הטבע האמיתי שלנו, אך בעולם זה, אנו יכולים לבחור להיות ההפך הגמור מהדבר הנפלא שיש בתוכנו. כל מילה שאתם אומרים, כל מעשה שאתם עושים, ואפילו כל מחשבה שעוברת בשכל שלכם, משפיעה באופן הרבה יותר עמוק ממה שכולנו מודעים לה. המילים שאתם אומרים לילדים שלכם, שאוהבים ומעריכים אתכם, נצרבות באופן עמוק מאוד בתוך השכל שלהם, המעשים והפרשנות שלכם מלמדים אותם מה העולם ומה חייבים להיות הם, יש בכך אחריות אדירה, לצד הזדמנויות אדירות. הישארו מחויבים כל העת, נהגו באחריות ובכבוד כלפיהם, תנו להם את הכלים להתרומם מעלה ולגדול להיות גם הם מלאי אור ושלום. מה יותר חשוב מזה?

הנפרדות והיבטיה





פתיחה - אויב הממשות

הגעת לחלק העמוק של הספר - לא עמוק במובן של התוכן שהוא מציע, אלא עמוק במובן האתגרים שחלק זה עלול, וכנראה אכן, יביא עמו. לא ניתן להגיע לשלום פנימי ולמחוז חפצנו ללא עבודה פנימית. ניסים אכן קורים ויקרו לכם ולכן, אך ללא הרצון וללא העשייה שלכם - הישועה לא תגיע.

האחרונים שבינינו אולי יהיו כאלו שרק הניסים הגלויים יביאו אותם חזרה אל האור, אך כמו שאמרתי קודם, אי אפשר "לגנוב את התודעה" שלך. אי אפשר להכריח אותך להיות מה שאתה לא רוצה להיות. אבל מה אם אגיד לך שאתה בחרת בכל הקשיים, הכאב והסבל שחווית אי פעם? כדי ללמוד מי אתה, עליך ללמוד גם מה אינך. אתה יודע זאת ברמה הלא-מודעת, אך על התכנים האלו לעלות למודע כדי להגיע למשפט צדק. אנו משתמשים בשיטות וכלים שונים על מנת לתקוף באופן תדיר את הממשות שלנו ולהסתיר אותה מעצמנו. אנו משקיעים אנרגיה אדירה כדי "להרוויח" את הנפרדות ואת כל הפירות המורעלים שהיא מביאה עמה. כמו שאמרתי, כל היבט חשוך שיש בעולם - כל כאב או מחלה (נפשית או פיזית), אלימות, רעב, סבל, מלחמה וכל היבט של הדברים הללו ועוד - מקורם באותה נפרדות שאנו אוכפים על המציאות שאנו חווים באופן תדיר. אתה מקבל החלטות בהיחבא ובשבריר שנייה, שוכח שקיבלת אותן ואז חווה מציאות שאינה רצויה - ואז גם סבל, תחושת קורבנות, פחד וכאב, ובעיקר את ההרגשה שכל זה מעבר לשליטתך.

זו מחויבות גדולה שלקחת על עצמך: לרדת למעמקי הנפש ולכל המקומות החשוכים, לראות מה שצריך לראות, ללמוד מה שצריך ללמוד ולעשות מה שצריך לעשות, כדי להביא ריפוי להזיות האומרות שאינך מה שאתה באמת, ושאתה עדיין רוצה בכך.



הממשות, שהיא מה שאתה באמת, מוסתרת מהמודעות שלך בדרכים שונות, ואתה הוא זה שעושה זאת. מהי הממשות שלך? היכן ניתן למצוא אותה? מהי האמת שהיא אתה? היא חייבת להיות משהו שאינו פרי יצירתך - לא מעשה ידיך. אמרנו שוב ושוב: מה שהוא ממשי אינו נתון לחסדי הזמן, ואינו נתון ליכולתך או ליכולתו של כל אחד אחר להשפיע או לשנות אותו, כי זו האמת. האמת אינה תוקפת, אינה צורחת, אינה דורשת את תשומת לבך. אתה יכול לחפש אותה, ויכול למצוא אותה בקלות - היא ניצבת בכל שלמותה כאן ועכשיו מולך.

הכלים שקיבלת עד כה ונקודות האור שהצבעת עליהן הם הכלים העומדים לרשותך. הם לא היחידים: לכל אחד ואחת מכם יש עוד המון יכולות, גישות, נקודות מבט ואור גדול להביא, ולא רק לעצמכם - זה לא מסע של בודדים. הספר הזה הוא רק המהדורה הראשונה, שתלך ותגדל ככל שיחלוף הזמן, וזהו השימוש הטוב בו. אני ו"מצפ"ה" פה, נוכחים, להמשיך לגדול ולהתפתח, ואתם מוזמנים להיות חלק מאיתנו. יוצאים לדרך...

התוכנה

זו תפישה חשובה מאוד, שיכולה לסייע לכם להתמודד עם המקומות האפלים והלא-מודעים ביותר בתוכם, ומשם לערוך "ניקוי אורוות" יסודי, כדי להגיע בסופו של דבר למצב התודעתי שאתם מבקשים - מצב תודעתי של שלום פנימי. אתם מכירים את זה: ה"קוף המדבר", אותו חלק בתוכם שללא הרף מקטלג, מייחס משמעויות לדברים ושופט, אותו חלק שאומר שוב ושוב דברים על מי שאתם, על מה שאתם מרגישים וחושבים. אתם שומעים אדם אהוב אומר שהוא כזה או אחר, או את ההתרעמות הפנימית שלכם: "אוף, למה אני אף פעם לא מצליח?", "למה אני כזה או אחר?"



התבוננו יום אחד במחשבות שלכם, בתבניות שלכם. די מהר תראו את "התוכנה" שלכם פועלת בעוצמה. תבחינו בה גם אצל אחרים. התוכנה הזאת נדמית כבעלת חיים משל עצמה - היא עובדת בלי הפסק, יום ולילה, ממלאת את שכלכם באינסוף קולות, שלעתים אף מתנגדים זה לזה: פחדים שעולים שוב ושוב, חרדות, כעס, שנאה - הכול קורה בכם באופן כמעט אוטומטי, רץ ורץ ומתיש אתכם. לפעמים אנחנו שבויים כל כך תחת הקול הזה, עד שאנו הופכים לחסרי אונים מולו. התוכנה הזו, פרי יצירתכם, היא השופט הפנימי, היא מחליטה מה המשמעות של כל דבר. היא גם מתוחכמת מאוד: יש לה יכולות גבוהות לשימור עצמי, וכל דבר המאיים עליה זוכה מיד לביקורת. באמתחתה עוד כלים, שתפקידם להחזיק אתכם תמיד תחת שליטתה: עייפות מתפרצת למשמע תוכן שלא תואם אותה, שעמום או ניסיון לברוח לעיסוקים והסחות דעת המסיטים את אור המודעות שלכם ממנה לעבר דברים אחרים, חשדנות רבה כלפי כל מסר שעלול לגרום לכם להפסיק להזדהות איתה, ואף רשעות מתפרצת כלפיכם או כלפי אדם אחר המאיים על שלמותה.

אחד הדברים החשובים ביותר שלמדתי הוא להתבונן על הדבר הזה כעל תוכנה - נכון, משהו שקיים בתוכי, שנדמה שיש לו חיים ורצונות משל עצמו, אך הוא עדיין משהו שאני יצרתי, ולי יש הכוח לשנותו. ההתמודדות עם התוכנה הזו (יש מי שיכנו אותה "אגו") היא אחד האתגרים הגדולים ביותר העומדים לפני האדם המתעלה ושב הביתה. קודם כול מפני שזה כל מה שאנו מכירים, ואנו זקוקים לכלים שונים שיאפשרו לנו להפסיק להזדהות איתו; ושנית, משום שהשקענו בו, כל אחד מאיתנו, כל כך הרבה שנים של תשומת לב והגנה פעילה, עד שאנו מזהים את התוכנה הזו כמי שאנחנו, כחלק בלתי נפרד מאיתנו. מובן שנרצה להגן על עצמנו - עד שנלמד מיהו ה"עצמנו" האמיתי.



התוכנה הזו פועלת כך שהיא ניזונה מהזדהותנו איתה בשלב הראשון, ומההתנגדות שלנו כלפיה בשלב המאוחר יותר. אני מדמה אותה למילים עשויות פלסטלינה, הצמודות לדיסק ויניל מסתובב: בכל פעם שאנו מסכימים לאותן המחשבות, אנו מצמידים את הפלסטלינה לדיסק; בכל פעם שאנו מתנגדים להן, אנו מצמידים שוב את הפלסטלינה לדיסק. הדבר היחיד שיאפשר לדיסק להסתובב במהירות וללא הפרעה - ובכך יאפשר למילים לחלוף משכלנו ומתודעתנו - הוא התבוננות שלווה וחסרת הזדהות עם המחשבות והתכנים העולים.

אחים יקרים, זה עלול לקחת שנים. אני לא רוצה לייפות את הדברים. יש מילים, משמעויות ותכנים הטבועים כה עמוק בתודעה שלנו, שייתכן שיידרשו שנים ארוכות עד שיאבדו את האחיזה שלהם ויחלפו סוף סוף מתודעתנו. וכשיעלמו לאין שממנו באו, כנראה לא נרגיש אפילו שזה קרה; במקום זאת, השלווה שמעבר, אותה שלווה שהתכנים והמשמעויות האלו הסתירו מאיתנו זמן כה רב, תתגלה. אל תאמרו נואש.

חלק מהמילים שתשמעו טבועות בנו כה עמוק, משום ששמענו אותן מהורינו, ששמעו אותן מהוריהם, וכן הלאה - ייתכן שמדובר בדורות שלמים, מאות ואולי אלפי שנים של היסטוריה גנטית ותורשתית. מבחינת הגוף הפיזי שלכם, המילים והמשמעויות הללו מייצגות מסלולים סינפטיים שנצרכו עוד ועוד פעמים, ולכן ייתכן שייקח זמן עד שישנו את מסלולם.

לפעמים כבר נשתנה - זה תהליך הדרגתי - נגדל ונתעצם ונהיה יותר ויותר ממה שאנו באמת, ובכל זאת תהיה מחשבה עקשנית שעולה שוב ושוב. בגלל זה קשה כל כך להשתנות. זה מזכיר לי אנשים שירדו המון במשקל, נהיו רזים ונמרצים, ובכל זאת אומרים: "בפנים, אני עדיין איש שמן."



ההתמודדות עם המחשבות האלו יכולה להיות כלל לא פשוטה. עבודה תודעתית-רוחנית אינה קלה; זו משימת החיים העיקרית שלכם. אל תאמרו נואש - יש המון אור, כלים וסיוע כדי להתמודד עם הדברים הללו. זכרו, אינכם עושים את מה שאתם עושים רק בעבור עצמכם; אין דבר כזה "רק בעבורי". כל מה שאתם עושים, כל מדרגה שאתם מטפסים, כל התקדמות שלכם, גואלת את כולנו.

אל תילחמו בעצמכם; גִּלְמוּ את נזיר הזן שבכם. הביטו ברכבת המחשבות החולפת, התבוננו בה, ראו היכן אתם מזדהים איתה. היו ערניים: יעלו פיתויים רבים לחזור לשכחה ולהזדהות עם מה שהיא מביאה. לאט לאט, צעד אחר צעד, המודעות שלכם תתבונן בכול בשלווה.

שכבות

השכבות הן אחד מהיבטי הנפרדות שהכי כיף לקלף, אך המנגנון שמייצר אותן הוא מורכב: הוא עשוי שכבות, ויוצר שכבות חדשות בעצמו. עשויות לעבור שנים ארוכות של התבוננות עד שמגיעים לעומק-לגרעין הקשה של המנגנון הזה. אני מקווה שההתמודדות הממושכת שלי עימו תסייע גם לכם.

ראשית, המנגנון הזה מייצר "שכבה נוספת" של התמודדות מעבר להתמודדות שגם כך יש לכם. אנו מתעצבנים על עצמנו שאנחנו מתעצבנים, חשים חסרי אונים מול חוסר האונים שלנו, כועסים על זה שאנחנו כועסים - וכך יוצרים שכבה נוספת של אותו דבר שאיננו מעדיפים, ובכך מכפילים את הסבל, מקשים על עצמנו ומעמיקים את ההזדהות עם הנפרדות. העקרונות להתמודדות עם אתגר זה פשוטים להבנה אך מצריכים תרגול מתמיד ליישומם: הם דורשים לקבל באופן מלא את כל מה שעולה באותו רגע-כואב? תכאבו. כועסים? תכעסו. נכשלתם? תיכשלו. מבואסים? תתבאסו. הכול בסדר, וגם אם נדמה שלא-זה בסדר.



קבלו את מה שעולה כפי שהוא, ואל תוסיפו על גבכם עוד אבנים המונחות על הרצפה. המסע שלכם מאתגר מספיק בפני עצמו. המשקל שאתם נושאים כבד דיו, ואין ערך ביצירת עוד קושי על הקושי הקיים.

השכבה השנייה והחמקמה יותר של ה"שכבות" היא טריק הניצב דווקא בפני מי שכבר עשה עבודה פנימית משמעותית. הגברת המודעות גורמת לנו להיות מודעים מאוד למחשבות, לנרטיבים, לסיפורים, למנגנונים ולקולות השונים שבנו. שכבה זו, כדי לחמוק מאור המודעות, לוקחת את הפרשנות שאיננו רוצים ושולחת אותה לשכבה פנימית יותר בִּשְׁקָל שלנו-מחשבה על מחשבה, סיפור על סיפור-כך שהיא יכולה לפעול ברקע, בחשיכה. לא מדובר על סיפור חדש שמספרים לעצמנו, אלא על כך שאנו מספרים על כך שאנחנו מספרים זאת. הפיתול הזה עוזר לאותו נרטיב לפעול באין-רואה, במקום חשוך יותר. אני זוכר רגעים שבהם תפסתי את הדבר הזה פועל מתחת לפני השטח; הוא נדמה כ"הפרעה קטנה יותר", וכך אנו מרשים לו להתקיים לאורך זמן רב, גם לאחר שהתפתחנו במישורים אחרים.

זכרו: אין "הפרעות קטנות". כל דבר שמפריע לשלוותכם אינו רצוי. עוד היבט של השכבות הוא המנהג להעניק "דרגות" שונות לדברים, ואז לקחת דברים שהם בעצם אותו הדבר אבל לתת להם חשיבות או "רמות" שונות ובכך לסבך את עולמנו הפנימי ולהעמיק את התפישה המורכבת שלנו -"שקר קטן", "כעס קטן", "שנאה קטנה" הם לכאורה דברים שאין צורך להתייחס אליהם, משהו "בקטנה" הרובץ ברקע וניתן להניח לו. אולם כל היבטי הנפרדות אינם רצויים, וכולם יצטרכו בסופו של דבר לעלות לאור המודעות, לעמוד למשפט הצדק של השאלה: "האם זו אהבה, או קריאה לאהבה?"

ההתמודדות עם השכבות הללו דורשת בתחילה כלים שמאפשרים לנו לקבל בכניעה כל מה שעולה, כל חוויה או התנסות, גם אם אינה העדפתנו-כניעה שתוביל ללמידה, שתוביל לשינוי.



ההתמודדות העמוקה יותר עם השכבות דורשת כנות מלאה וחסרת פשרות: להודות בפני עצמנו שזה מה שאנו באמת חושבים, שזה מה שאנו באמת מרגישים, אומרים ועושים. לא לתת מקום לדירוג של מידת הכעס או האלימות, או השנאה, או כל היבט לא-אוהב אחר שיש בנו. כדי להתפתח, כדי להיזכר בטבע האמיתי שלנו, עלינו ראשית להכיר בדברים שעשינו ובדברים שאנו עדיין עושים. רק כך נוכל להביא את כל מה שצריך לאור המודעות; רק כך נוכל לנקות משכלנו את כל היבטי החושך, ולאפשר לאור שבתוכנו להאיר.

המחלה

המחלה היא נושא "רגיש", ולכן חשוב לי לציין כבר עכשיו דבר מהותי: אם הגעתם עד לשלב זה בספר, ודאי הבנתם את הגישה שמאחוריו - כל האחריות מוטלת עליכם, כל הכוח נמצא בתוכם. אילו האמנתי שאתם חסרי כוח לנוכח ההתנסות שלכם בעולם הזה ומה שהיא מביאה איתה, אילו האמנתי שאתם גוף זמני הנתון לאכזריות רוחות הזמן, כי אז הפרק הזה היה נכתב בנימה של האשמה ודרישה לשיפוטכם - ושיפוטי. אך מאחר שהדגשתי שוב ושוב שזהו לא המצב, שאתם בעלי עוצמה מעבר לכל שיעור - בין אם אתם מודעים לכך ובין אם לא - בעלי תכונות בלתי ניתנות לשינוי של הבורא בכבודו ובעצמו, נוכל לדבר גם על מחלות ולקחת אחריות בהקשרן. השיח שאני מבקש להביא כאן אינו מגיע מחוסר מודעות או רגישות; כמו רבים אחרים, איבדתי אנשים קרובים בגלל מחלות. זהו נושא שאני ממעט לדבר עליו בדרך כלל, אך אני מרגיש חובה כלפיכם וכלפי עצמי להעלות אותו על הכתב. עלינו להביט בכל היבט של חושך ונפרדות ללא חשש, ועם עוצמת המשיח בתוכנו, לפיד המודעות בידינו, וליווי המדריכים הרוחניים וישויות האהבה שסביבנו, חובה להתבונן גם בזה.



לימדו אותנו שאנו חולים בגלל וירוסים המסתובבים באוויר או בגוף שלנו, בגלל חיידקים שהמערכת החיסונית אינה יכולה להם, בגלל תזונה לקויה, עישון, עודף משקל או חוסר פעילות גופנית, בגלל שלא החלפנו ספוג בכיור כבר שבוע, או מפני שמרססים כימיקלים באוויר. כמעט מדי יום מתפרסם מחקר חדש המצביע על חומר מסרטן נוסף שהכנסנו לגוף שלנו בלי דעת, על איזו סכנה חבויה בשולי הכיור בחדר השירותים, או על עמבה ערמומית במי הנחל ליד הבית.

נושא החולי מורכב כל כך, עד שרובנו כבר לא יודעים מה לעשות. מחקרים וכתבות אודות מחלות באמצעי המדיה אינם מצליחים להסביר מדוע אדם שמן אחד חולה, בעוד אחריו התאום, בעל סגנון חיים זהה ושמן גם הוא, נותר בריא לגמרי. הם מתעלמים כמעט לחלוטין מהגורמים השכליים והתודעתיים לחולי.

כשאנו מעמיקים להתבונן במחלות, אפשר לראות בהן לא כפגם גנטי אקראי או מתקפה חיצונית, אלא כתוצאה של תודעה מפוצלת - מחשבה שסטתה ממהותה השלווה והמאוחדת. בספרות המחקרית והרוחנית יש לא מעט תימוכין לרעיון שהגוף משקף ומבטא את מצב הרוח והתודעה שלנו, כך שכל חולי שעולה בגוף, מבשר על חולי בִּשְׁכָּל או בנפש. הם ניזונים זה מזה.

- ד"ר ג'ון סארנו (John Sarno) הצביע על תסמונת TMS, שבה כאבי גב כרוניים הם בעיקר תוצאה של לחצים נפשיים ושכליים מודחקים.
- ד"ר קנדיס פֶּרֶט (Candace Pert), שחקרה את "מולקולות הרגש", הראתה כיצד רגשות וכימיה נוירולוגית קשורים זה בזה באופן בלתי נפרד, וכיצד עיוות רגשי עלול להתבטא בהפרעות פיזיות ממשיות.
- ברוס ליפטון, ביולוג של התא, מצא שהאמונות שלנו משנות את אופן הביטוי של הגנים. בספרו "The Biology of Belief" הוא מדגים כיצד סביבה נפשית הרמונית עשויה לחולל שינוי חיובי בתהליכים גופניים, בעוד סביבה נפשית "חולה" יוצרת קרקע פורייה למחלות.



• גרג בריידן מציג תפיסה שלפיה אנו פועלים ב"מטריצה אלוהית" קולקטיבית, ושבה האנרגיה המוקרנת מן התודעה יכולה להשפיע על מציאותנו הגופנית.

ברובד העמוק יותר, יש זרם מחשבתי המזכיר שהתודעה היא רב-ממדית, נצחית, ולא מוגבלת לממד הזמן והמרחב שבו אנו מתנהלים ביומיום. כשאנו חווים תודעה "חולה" או מפוצלת, אנו מתנתקים מן החיבור הטבעי לשלם הגדול שבתוכנו. קרוליין מייס (Caroline Myss), בספריה על ריפוי אנרגטי, מציעה שהתודעה בנויה רבדים עדינים, והגוף הפיזי הוא רק השכבה החיצונית ביותר, המבטאת כל דיסוננס פנימי. למעשה, כל חולי - בין אם הוא פיזי, רגשי או נפשי - מהווה ביטוי לחוסר איזון במפגש שבין הרבדים הללו. ברגע שאנו מזהים את האחריות שלנו כתודעה יוצרת, מתברר שהמחלות אינן גזרת גורל מקרית, אלא רמזים מכוונים המורים על מקום של חיכוך בינינו לבין מהותנו השלמה.

גם אם המחקרים המדעיים לא "חתמו" עדיין באופן סופי על העיקרון הזה, אין להתעלם מהשפעת מצבנו התודעתי והאמונה שלנו על הבריאות הגופנית. כשאנו בוחנים את עצמנו ביושר, ורואים מה מתחולל בתוכנו, מתברר שההבחנה בין "אני הגוף" ל"אני התודעה" היא צורת חשיבה מוגבלת. ברגע שאנו מאזנים את השכל, מרגיעים את סערות הנפש ומתחברים מחדש לאחדות שמעבר לזמן ולמרחב - במקרים רבים מתרחש גם שינוי ברמה הגופנית. התודעה מתאחה, ושיקוף האיחוי הזה בגוף מתבטא לעיתים בבריאות משוקמת ובהחלמה משביעת רצון. במילים אחרות, כל מחלה יכולה לשמש קריאה לחיפוש חיבור עמוק יותר - הזדמנות לחזור לתודעה מאוחדת ואוהבת, שהיא מי שאנו באמת: מהות חופשית שאינה כבולה לגבולות שהצבנו לעצמנו.



ריפוי ספונטני

מקרים של ריפוי ספונטני הם מהתופעות המרתקות ביותר בעולם הרפואה, ומערערים את ההבנה המקובלת לגבי חולי והחלמה. מתועדים סיפורים על מטופלים שאובחנו במחלות קשות ובשלבים מתקדמים, עם סיכוי קלוש להבריה, אך לפתע - ללא הסבר רפואי ברור - נצפתה אצלם תפנית דרמטית לטובה. דוגמה מוכרת היא עבודתה של ד"ר קלי טרנר (Kelly A. Turner), שחקרה מאות מקרים של נסיגה ספונטנית בחולי סרטן סופני, וגילתה שהמטופלים אימצו אמונות פנימיות חזקות, ערכו שינוי עמוק באורח החיים ואימצו תפיסת עולם חדשה שהגדירה מחדש את מה שאפשרי עבורם.

ג'ו דיספנזה מביא בספריו ובהרצאותיו דוגמאות לאנשים שלקו במחלות "חשוכות מרפא" - ובכוח התודעה, מדיטציה עמוקה ושינוי גישה מנטלי, הצליחו להחלים באופן מדהים. המחקרים שלו ושל נוספים מצביעים על כך שגופנו מגיב לתבניות עמוקות בתודעה, וכשמשנים את התבניות האלה ומאמצים מצבי נפש שלווים, מלאי חמלה והודיה, עשויים להתעורר כוחות ריפוי רבי עוצמה בגוף. ספרו "אתם הפלצבו" מומלץ כנקודת פתיחה להיכרות עם עבודתו.

מעבר לזה, מסורות רוחניות ודתיות ברחבי העולם מדווחות כבר מאות שנים על "ניסים" והחלמות נסיות, החל ממתחמי ריפוי עתיקים ועד אתרים נוצריים מפורסמים כלאורד (Lourdes) שבצרפת. בכולם מתואר חיבור עמוק לאמונה, לאחדות פנימית ולכוח שמעבר לעצמיות המוגבלת - חיבור שמאפשר שינוי עמוק בביוכימיה של הגוף, וכתוצאה מכך החלמה שהרפואה הקונבנציונלית מתקשה להסביר. נראה שהמציאות עשויה להיות גמישה יותר משחשבנו, וכי לתודעה חלק לא מבוטל בעיצוב חוויות הבריאות שלנו.



המחלה היא מעין "מגננה" נגד האמת; אנו משתמשים בה ככלי להסתיר מאיתנו את הממשות שלנו, על מנת שנוכל להזדהות עם הגוף. אנו רואים את הגוף כ"עצמנו" ולא ככלי רכב שישרת אותנו תקופה מסוימת, ואז ייזנח כשלא נצטרך אותו עוד.

המחלה היא אחד מכלי הפיצול העוצמתיים ביותר, כיוון שהיא מקבעת את התודעה להזדהות עם הגוף ו"מוכיחה" בביכול שאנו טועים - שאיננו אלא הדבר שאנו יודעים עמוק בפנים שאיננו: גוף שברירי וזמני. עם זאת, חוויתי בעצמי עדויות הסותרות זאת: פצעים שנעלמו בן לילה, דלקות שהיסוגו, כאבים כרוניים שנעלמו לפתע. אולי מישהו יגיד "זה הכול?" - אבל זכרו מה שאמרתי קודם: אין הפרעות קטנות ואין מחלות קטנות. איני משווה בין כאב ראש קל לסרטן לבלב שלב 4, אך אני טוען ששניהם עשויים להירפא באותה המידה. יש אין-ספור עדויות קיימות לאנשים שהחלימו מדברים שאינם "בר-ריפוי" לפי התפיסה המקובלת.

אל תראו אף חולי או מגבלה כגזרת גורל, ואל תתפתו להאמין שהוא מגיע ממקור שמחוצה לכם. אין עולם, אמרתי שוב ושוב - כל מה שאתם חווים הוא שלכם, וכל דבר ניתן לריפוי. אם אתם חולים, סלחו לעצמכם על הטעויות שהובילו אתכם למצב הנוכחי. ייתכן שתצטרכו לעבור תהליך לא קצר ולא נעים בדרככם לריפוי, אבל לעולם לא אסכים להאמין שאתם "חולים בטבעכם". כמו כל אתגר שניצב מולכם, הביטו בו ושאלו: מה אפשר ללמוד מזה, היכן אני יכול לצמוח? בקשו סיוע והתערבות מן העולמות העליונים - והיו מוכנים להאזין, היו מוכנים לריפוי.



דוד שלי, סמי (שם בדוי), נושא בגאווה את רשימת המחלות שלו. כל מי שיושב איתו לכמה דקות כבר שומע על האשפוזים שעבר, על החיידקים הטורפים שנתקף בהם, על עצמות שכבר אין לו בגוף: "בוא תראה את הלב שלי פועם," הוא אומר בחיוך, וחושף את פלג גופו העליון - "זה בגלל שאין לי פה עצם". נדמה שהוא חי 65 שנים, שמתוכן בילה חצי בבתי חולים, והמחלה נעשתה לחלק בלתי נפרד מזהותו. איכשהו הוא אף מתגאה בכך. כמה מאיתנו, לעומת זאת, סוחבים מחלות, אלרגיות, מוגבלויות, ומגדירים את עצמנו באמצעותן? פגשתי אנשים שתוך דקות משתפים באיזו אלרגיה חריפה המוכנה "לתקוף" אותם בכל רגע, למרות שהמצב בכלל אינו רלוונטי לשיחה. המחלה היא כלי ביד הפירוד: אנו מצהירים שאיננו רוצים בה, אולם בו-בזמן מקפידים להשתמש בה. אנו מפחדים מהאור שבנו יותר מכל דבר אחר, כי אנו חרדים לאבד את הזהות שלנו. אנו צריכים ללמוד שהזהות שלנו שונה בתכלית מהדימוי הקטן שאימצנו.

יבוא יום ולא יהיה עוד אדם חולה אחד על הפלנטה הזו. "מדעי הבריאות" בוא יבואו, והם יחליפו את "מדעי החולי" שבהם אנו תקועים כיום. כשנחשפתי ללימודי פיזיולוגיה ואנטומיה לפני שנים, הדוקטור שלימד אותנו הציג נקודה מעניינת: הוא דיבר על וירוס ההרפס "הישן" על עצב קרניאלי מספר 5, היורד מהגולגולת לאזור הפה. המדע מבין את התהליך הביולוגי של הרפס השפתיים בצורה מרשימה, אבל כששאלנו אותו "למה?" - למה הווירוס שתמיד קיים שם מתפרץ? - היו לו תשובות חלקיות: אולי לחץ, חרדה, מערכת חיסונית חלשה ועוד, אבל אין הסבר מוחלט. בסופו של דבר הודה באומץ: אנחנו לא באמת יודעים למה.

הדבר נכון לכל מחלה. זוהי שאלת השאלות, שלא נשאלת מספיק: למה? מה הסיבה? יש "גורמים" רבים, אולם אין בהכרח סיבה אחת מוסכמת - והתודעה שוכנת באותו "למה".



הנקודה האחרונה בהקשר של מחלות היא שהן משמשות כלי שליטה רב-עוצמה בידי ה"אגו החיצוני" - המוסדות והאליטות השולטות. הפחד הוא אחד הכלים החזקים ביותר לשליטה, ובתוך כך, המחלה היא אמצעי מרכזי ליצירת חרדה ופיצול המשמש לקידום אינטרסים זרים. כולנו חווינו את "מגיפת הקורונה". איני מתכחש לעצם קיומו של הווירוס, או לטענות שאנשים חלו בו, ולא יודע אם הוא נוצר במעבדה סודית או הגיע מאיזו חיה נדירה בסין. מה שכן ברור לי הוא שממשלות ואליטות ניצלו את המצב כדי לקדם אג'נדות שונות, בלי לדאוג באמת לבריאות הציבור.

בתואר השני שלי, העוסק באסונות על גווניהם, נחשפנו לאנשי מקצוע וחוקרים מרכזיים בתחום ההיערכות למגיפות. הפלא ופלא: כמה חודשים לפני "פרוץ הקורונה" הוגשה לממשלה תכנית מפורטת לניהול אירוע של מגיפה עולמית, שהתבססה על שמירת אורח חיים רגיל ככל שניתן ורציפות תפקודית. במילים אחרות, ביד הממשלה שלנו הייתה תכנית שיכלה למנוע את הסגרים הממושכים ואת הפגיעה האנושה במשק ובעסקים רבים. איני יודע מה קרה מאחורי הקלעים ולמה התעלמו מהתכנית הזו. איני יודע גם למה הפרוטוקולים של הישיבות בין הממשלה לחברת פיזר צונזרו ל-50 שנים - מה היה שם להסתיר?

מה שאני כן יודע הוא, שהעולם שאני חווה הוא מראה לעולם הפנימי שלי, ושאני יכול להיות מאושר ושלו ואינני נתון לחסדי הזמן או העולם.



הערך הכובל

"כל דבר שאתה מעריך בעולם הזה יכול לפגוע בדך, והוא אכן יפגע בדך בבוא הזמן." אמרה זו עשויה להישמע מייאשת, אך הייאוש הזה אינו "רע" מעצמו; אפשר ללמוד ממנו רבות. כי העולם שבו יש ערך אמיתי נמצא גם הוא מול עיניך. אי אפשר לראות את שני העולמות הללו במקביל; עליך לבחור באיזה מהם תרצה להתמקד. העולם שתתן לו ערך הוא זה שיהיה המשמעותי בעיניך.

למה אתה נותן ערך? אילו כותרות ומצבים יגרמו לך לחוש שלם יותר? איזה פרס, מצב, תפקיד או חוויה יהפכו אותך לטוב יותר, לגרסה "משופרת" של עצמך? האם זה עושר? כוח? תואר? בת זוג, בית, רכב נוצץ? אולי תואר של כבוד או שררה? כל הערכים האלה, שבהם אתה חושב שתוכל להיעזר כדי לגדול, להשתפר, להיעשות נחשק או ראוי יותר-רק יכבלו אותך חזק יותר לתוך הנפרדות. האם אתה מודע למחירים שהדבר גובה? האם אתה מוכן לשלם?

אח יקר, אחות יקרה-אין דבר שתוסיפו לעצמכם שיהפוך אתכם ל"שווים" יותר. אין צורך "לעשות" כדי להיות יותר ממה שאתם כבר עכשיו, פרט ללימוד האמת על אודותיכם: על האור, על האינסוף השוכן בכם, על האל-זמן הנמצא מעבר לפינה בכל רגע נתון. נבראתם מושלמים ושלמים. רק בעולם של חסר ניתן לחשוב שאתם פחות מכך.

קיים עולם אחר, שבו השלווה, השלום, הבריאות, השפע, השמחה והביטחון שלכם נוכחים תמיד, בלתי-משתנים לחלוטין ולא תלויים במצב, בנסיבות, בגורל או בזמן. זה מה שאבינו, המקור, הבטיח לנו, כי זה מה שהבטיח לעצמו.



אחרי כל פסגה שתכבשו בעולם הזה אורב רק ייאוש-ייאוש ופחד לאבד את מה שהשגתם. אנשים כבשו את העולם ומתו בתחושת חוסר והחמצה; אנשים זכו לתהילת עולם אך שקעו בדיכאון וחרדה; אנשים שיושבים על מיליארדים הולכים לישון בחרדה שיקומו למחרת חסרי כל, ומנסים ללא הרף "לנהל" סיכונים מדומיינים שהם רואים בכל פינה. הם משיגים עוד ועוד ועוד-ולעולם אינם אומרים, "די לי, תודה, אני שמח בחלקי." רבים מאיתנו נתקלים בכך בצורות ובמאפיינים שונים. כל ערך שאנו נותנים לעולם הזה מאיים על השלום שלנו, כי אין בו באמת שום ערך. יום יבוא ותרגישו את אהבת ושלווה האלוהים-שמחה עמוקה וחסרת גבול, שתגרום לכל תחושת נחת ושקט שחוויתם בעבר להחוויר. אז תדעו שהעולם הזה אינו אלא קליפת השום, לא יותר מכך.

ההשתייכות

ההשתייכות היא מנגנון נוסף, שנועד לכבול אתכם לצורה מסוימת, למקום, לנרטיב או למסגרת-לתודעה ייחודית. שאלו את עצמכם: למה אני משתייך? איך אני מגדיר את עצמי? כתבו זאת, ואז ציינו מתחת למה שכתבתם: "כל הגדרה עצמית מצמצמת את המודעות למה שאני באמת." ההשתייכות עשויה להיות לקבוצה, לדת, ללאום, למגדר, לזרם, לחברה או לקהילה. היא פועלת ככלי של הנפרדות, כי היא מייצרת מיד "אני והם"-אלו שהם "כמוני" ואלו שאינם, אלו שבעדי ואלו שנגדי.

זה לגיטימי לחלוטין לכבד את המסורת או התרבות שהגעתם ממנה, או שאתם חלק ממנה; זה בסדר לכבד את החברה שבה אתם עובדים או ליהנות ממשחק כדורגל, זה בסדר לאהוב ארוחת חג עם המשפחה או להדליק נרות בשישי בערב. אין זו קריאה למרוד במוסכמות או במסורת, אלא לעולם לא להזהות עם זה או להגדיר את עצמכם דרך זה.



לעיתים ההשתייכות מביאה איתה תפיסות-עולם שאינן שלכם מלכתחילה: קבוצות מסוימות נושאות בתוכן כאבים ופחדים עתיקים, זיכרונות תורשתיים של כאב והאשמה, תחושת תחרות ואיום מצד "קבוצות אחרות" – כביכול, אלו שמשתייכים למשהו "אחר" שאינו אתם. אתם תודעה נצחית; פעם אתם כאלה ופעם כאלה. היו גמישים, סקרנים, נכונים ללמוד, נכונים לראות דברים מזווית נוספת. כשאתם בתודעה הנכונה, דבר לא יוכל לאיים עליכם, כי הזהות והממשות שלכם נובעות ממקום גבוה יותר – מעל העניינים הארציים שכולם נתונים לשינוי ולכליון הזמן.

עיוורון

האגו הזה שיצרתם – העצמי המדומיין, היצר הרע, לא משנה איך תקראו לו – הוא עיוור לחלוטין. רק נדמה שהוא מגיב ופועל, אך הוא אינו מסוגל להבין מי ומה אתם באמת, ובטח שלא מסוגל לראות אתכם. האגו שלכם לא אוהב אתכם; הוא אדיש למחירים שאתם משלמים על ההזדהות איתו. כולכם חוויתם זאת: כעס, אשמה, שיפוט – במצבים שבהם נתתם לאגו לנהל אתכם. התוצאות תמיד עגומות, והתשלום הוא שלכם. משאלתו של האגו היא מוות, כי מטרתו לכפות את חוסר הממשות שלו עליכם, ולגרום לכם להאמין שאתם צריכים למות. זוהי קריאת המוות העולה מבפנים. כשאנו מזוהים עם האגו שלנו, גם אנו לוקים בעיוורון – עיוורון כלפי עצמנו, עיוורון כלפי הסביבה, עיוורון כלפי השפעתנו על אחרים, חוסר מודעות לגבי מה שמפעיל אותנו. זו דרך חלקלקה, ספירלית וצוללת, המובילה למוות – ועוברת דרך כאב וסבל מתמשכים. כולנו היינו בסחרור הזה, ובדרך כלל אנו יכולים לצאת ממנו רק כשנקבל "סטירה מצלצלת" שתעיר אותנו.



אותו "יצר פגום", אותה "תוכנה" שרצה בלי הפסק, אינו אלא לא כלום. אין לו שום ממשות משל עצמו; כפי שכבר ציינתי, סיבת קיומו כביכול היא ההשקעה שלכם בו-ההגנה שאתם מעניקים לו. בני האדם ממהרים להגן על האגו הפגוע שלהם מראשית הזמן, ומוכנים לשלם על כך בכל מה שחשוב באמת-המודעות לאמת של מי שאנחנו, לטבע האמיתי שלנו, ולכל הברכות שנלוות לכך.

אילו מחירים אתם מוכנים לשלם? שאלתם את עצמכם פעם? התבוננו בטירוף שבעולם: האלימות, המלחמות, השקר, המרמה, הניצול, השליטה, ההונאה, והרודנות. כל אלו, ועוד רבים אחרים, הם המחיר שהאנושות משלמת כבר יותר מדי זמן על ההזדהות עם עצמי נפרד-עם המחשבה שאומרת שאנשים אחרים, אחים שלכם, הם לא אתם, ולכן אין לכם אחריות עליהם, אלא רק על עצמכם.

הנפרדות הזו מתקיימת ברמות רבות: נפרדות שלי מכולם, נפרדות של הקבוצה שלי מכולם, של העם או הלאום שלי מכולם, של הדת שלי מכולם - וכתוצאה מכך, כולם עיוורים זה לזה.

הרמאי

מהי רמאות אם לא הצגת שווא של דבר אחד, בעוד בפועל מדובר בדבר אחר - משהו שלא הסכמתם עליו, משהו שלא רציתם באמת? בתוך כולנו שוכנת ה"רמאות" הזו. אנו רוצים לעשות שינוי משמעותי בחיים שלנו, ואז מתחיל מסע ומתן בשיח הפנימי: אנחנו מתחילים לוותר לאט-לאט על חלק ממה שרצינו, עד שמהותו של השינוי משתנה לגמרי. רבים מאיתנו מכירים זאת בצורות שונות. אנחנו רוצים לשנות את אורח החיים שלנו, להפוך אותנו לבריאים וטוב יותר, ואז מתחילה ה"רמאות": אולי נוכל לאכול רק חטיף קטן, אולי לא נצא היום לאימון, אולי ניקח עוד שאכטה, או נענה לאקס למרות שאנו יודעים שהקשר הזה פוגע בנו ומכאיב לנו.



אם שינויים כאלה מעלים פיתויים רבים, דמיינו כמה חזקים הם הפיתויים העומדים בפני מי שמבקש להיזכר במהותו האמיתית - לנטוש את הזהות הקודמת שלו, להפסיק להיות כפי שהיה לא רק בהתנהגות אלא גם במהות. נתקלנו בכך פעמים רבות: ניסיונות למסע ומתן מול השינוי שאנו מבקשים, להשאיר בתוכנו "רק" כמה דברים נסתרים, כמה שקרים, "חופן" אשליות, טיפה כאב, טיפה סבל, באיזשהו אופן חביב עלינו. אנו מקיימים משא ומתן עם הלא-כלום, עם האשליה העייפה של מה שאנו - ואז נכשלים, שוב ושוב ושוב.

אין אשליה קטנה, אין סבל קטן, אין אמת שקרית או שקר אמיתי, ואין דרך ביניים. יש אמת ושקר, אור וחושך, נכון או לא נכון - וזהו. ה"רמאי" הגדול הוא אותו חלק בתוכנו המפתה אותנו לשאת ולתת על השלום שלנו; הוא רוצה להשאיר רק פתח קטן - ולא צריך יותר מזה. הרמאי יודע שדרך הפתח הקטן הזה, לאט-לאט אך בוודאות, ייכנסו שוב כל האשליות והשקרים, ויחזירו אתכם אל המקום שבו אינכם רוצים עוד להיות.



כלים ל"על טבעי"





פתיחה - העולם שמעבר

חלק זה נושא אופי מיסטי יותר. לפני שניכנס אליו, אני רוצה להניח בפניכם את נקודת המבט שלי בנושא. אני מוצא שקשה למקם את הנושאים והטקסט כאן ביחס לטקסט עד כה, ואסביר מדוע:

מנקודת המבט וההבנה שלי, המציאות קיימת במעין מנעד. אפשר אולי להתייחס למנעד זה לפי נושאים ותחום הממדים שרבים מן העוסקים בתודעה וברוח מדברים עליהם. רוב ההתייחסות והעבודה הפנימית שלי מכוונת אל הגבוה ביותר, אל המוחלט-אל תודעת האחדות, המישור הגבוה ביותר של הקיום, התודעה של המקור, של האלוהים. לשם אני נמשך, משם באתי הנה, ואני מבקש להביא לעולמנו את המסרים המכוונים לחזרה הביתה לאותה תודעה מוחלטת.

עם זאת, ואולי דווקא בגלל זאת, אני חשוף באופן כמעט יומיומי לטבע שמעל המציאות התלת-ממדית. אני רואה זאת גם עכשיו: מיליארדי נקודות רוטטות סביבי, התשתית האנרגטית של הבריאה. אני רואה נצנוצי אור, ישויות לא-אנושיות, כתמי צבע שונים, וגם כל מיני סמלים גאומטריים שבאים והולכים. אני חווה חלומות הנעים מעבר לחלום ותוך המציאות, חווה תקשורת מרובה ביום-יום שלי, רואה הילות ושדות אנרגטיים. פעמים רבות אני מרגיש את עצמי כישות רב-ממדית, כאילו אני נזכר שאני חי בעוד מקומות במקביל. היו לי התנסויות רבות ומגוונות מאוד, שבקלות יכולתי לכתוב עליהן ספר עב-כרס. עד גיל 19 לא ידעתי שלא כולם רואים או מרגישים את הדברים שאני רואה ומרגיש; זה היה טבעי לי לגמרי. אמנם יש תקופות שבהן אני חשוף לדברים הללו יותר, או מעניק להם יותר תשומת לב, אך ביום-יום הם בעיניי רגילים בדיוק כפי ששולחן וקיר וחתול ההולך ברחוב הם "רגילים" עבורכם. אתם עשויים לומר "נו, חתול", ואני אומר "נו, אני מרגיש ורואה נוכחות בחדר, אני רואה הילה מסביב ליד שלי-רגיל..."



את רוב מה שאני רואה איני מבין; רק חלק ממה שאני חווה אני מצליח לקשר למקורו ולהבין את משמעותו. רוב הדברים יישארו אולי לא ברורים עוד זמן רב, ואולי חלקם יתבהרו כשהזמן הנכון יגיע. אך חשוב שתבינו – כל זה בעיניי הוא מעין "בונוס". כל התחומים האלה של הנסתר מסקרנים, ואולי לעיתים מפחידים, מפני שאיננו יודעים מה הם. אבל העיסוק בהם עד כה לא נראה לי בעל משמעות רבה. אני מכוון בעיקר למה שמביא שלום פנימי וביטחון, ומה שבאמת מעניין אותי הוא החזון המשותף של ההגעה לשלום פנימי. לכן לא תפסתי את הדברים האלה כ"בעלי ערך". שנים ארוכות פירשתי את כל מה שאני רואה וחווה כ"חלק מהחלום", חלק ממה שאני מבקש להתעורר ממנו.

היום אני נמצא במקום מעט שונה. עדיין איני מבין את רוב מה שאני רואה, ואני עדיין מקבל דברים רבים כפי שהם בלי לתהות יותר מדי, אך גיליתי שלחלקם יש ערך רב, ושאלו מקבלים לעיתים רבות סיוע בדרכנו אל האור גם מאותן תופעות ואותן ישויות. להבנתי, ישויות לא-אנושיות מוארות מכוונות גם הן אותנו אל השלום הפנימי שלנו; הן מבקשות להתמקד בתוכן ולא בצורה, מבקשות לחוות את תודעת האחדות שעליה דיברנו רבות בספר. ההבנה ש"אין עולם" ושכל אינטראקציה שקיימת, במובן הגבוה, היא עם עצמנו – הייתה עבורי שלב משמעותי מאוד במערכת היחסים איתן. עדיין יש המון לא-נודע, ועדיין יש חשש מסוים; אני נמצא בצעדים הראשונים שלי מולן. אומנם כבר התוודעתי ללא מעט בריות שכאלה, ויש בי משיכה עמוקה להעמיק את הקשר איתן, כי אני מרגיש שחלקן כמו משפחה עבורי, ואני חש חיבור עמוק ביותר.

בשלב זה היכולות ה"על-חושיות" שלי – שהן בעיניי דבר טבעי לגמרי עבור כולנו, גם אם העולם מכחיש זאת – זוכות אצלי להערכה מחודשת. גיליתי שבהן טמונה הזדמנות גדולה עבור כולנו: להתחבר ולצעוד יחד במסע הביתה.



אני רואה את כל ישויות האור כהיבטים של השכינה, או כשליחים הפועלים בשליחותה, ולכן אני מברך אותן בהערכה לתוך חיי. הטקסט בחלק הזה מביא כלים וידע בנושא, וכולו-ללא יוצא מן הכלל-הגיע מתוך התנסות וחוויה אישית שלי. אני מקווה שתוכלו להפיק מזה ערך. וזכרו- אני פה עבורכם, לעולם אינכם לבד בדרך. נשבעתי בפני החיים שתמיד אהיה לכם לעזר, בכל דרך שאוכל.

חוצנים, מלאכים, ישויות רב־ממדיות ומה שביניהם

הגלקסיה שאנו חיים בה אדירה: מאות מיליארדי פלנטות המקיימות אינסוף צורות חיים. מעבר לגלקסיה שלנו, עוד מיליארדי גלקסיות מלאות בחיים גם הן. המציאות אינה מוגבלת לאור ולתדרים שאנו קולטים; הבריאה שוקקת חיים. רבים מהם אנו מכנים "פיזיים", שכן יש להם איזו ממשות או צורה תלת־ממדית, אך החיים אינם שייכים רק לדומיין זה. החיים קיימים במישורים ובממדים רבים, חלקם בעולמות גבוהים יותר מבחינה אנרגטית, שרובנו לא מסוגלים כלל לראות, מפני שמעטים מאיתנו רואים ספקטרום רחב יותר.

את החיים הרב־ממדיים אנו אכן פוגשים והם אכן משפיעים עלינו. זכיתי להתברך בראייה כזו - אני רואה הרבה מעבר למציאות הפיזית: אני רואה תדרים רבים וישויות רבות; את רובן איני מבין. כדורים רוטטים של אור, כתמי צבע הנעים במרחב, ישויות לא־פיזיות שונות ומשונות. חלקן נדמה שמקיימות איתי איזושהי אינטראקציה, ורבות מהן עולות למודעות שלי אך נדמה שהן חיות את חייהן, כמו חתול או ציפור או אדם העובר ברחוב - הוא שם, אינו קשור אליי, ואני פשוט רואה אותו.



נדמה שחלק בלתי נפרד מהצמיחה התודעתית שלנו הוא ההתוודעות לישויות האלה, לכאלו שאולי נכנה "חוצנים" – ייתכן שיש להן קיום פיזי, אך לא רק. רבים מאיתנו יפגשו בהן בדרכים שונות – אולי בראייה, אולי בתחושות, אולי בתקשורת כזו או אחרת. טקסט זה אינו "מורה נבוכים" המקטלג את הישויות והחיים המגוונים לפי רמות, קטגוריות או היררכיה; אמנם אגע בכך מעט, אך כשאני פוגש ישות, השאלה האחרונה שאני שואל היא "מי את ומאיפה באת?" כי אין זה מעניין אותי, בעיניי, מה שמשנה הוא החיבור התודעתי שלי איתה, התקשורת, הרגש, המסרים העולים. מעל הכול אני זוכר ומזכיר שהיא לא נפרדת ממני: היא, כמוני, היבט של אותה תודעה אין-סופית שכל דבר חי הוא חלק בלתי נפרד ממנה ומתקיים באחדות מלאה איתה, בין אם הוא זוכר או מודע לכך ובין אם לא. הוא חלק מהאלוהים, ולכן הוא חלק ממני ואני חלק ממנו. לכל אני אומר "שלום" בברכת אהבה ומתוך רצון להתחבר יחדיו, תהיה צורתו אשר תהיה – מבורך הוא בעיניי.

אני לא אוהב את המילה "חוצנים" ועוד פחות את "חייזרים". לדעתי הן מייצגות טעות בסיסית: הדבר הזה, יהיה מה שיהיה, אינו "חייזר" כי אין דבר "זר", והוא גם לא "חוצן" כי אינו מגיע "מבחוץ". הישויות האלה, שהתוודעתי רק למתי מעט מהן, בטבען העמוק הן בדיוק כמוני – יש להן צורות ודרכי חיים שונות, אמונות שונות. סביר להניח שהתודעה שלהן רחבה משלי, והמתקדמות שבהן בוודאי יודעות גם הן את אמת זו: אנו אחד. אני מאמין שהישויות המתקדמות נמצאות כאן כדי לסייע לנו לגדול ולצמוח, לתת לנו סיוע ומידע, ואני מאמין בזה כי כך התאפיינה רוב התקשורת והאינטראקציה שחווייתי איתן. לא רק אני לבדי – רבים משתפים סיפורים ותובנות דומים. ישויות אחרות שנתקלתי בהן מייצגות או מהוות צורה אחרת, אם נרצה, של חיים.



כתם רוטט ומקפץ של אור סגול מסמל את התרחבות התודעה ומסייע לי ללמוד על הטבע הרוחני שלי. כתם צבע טורקיז זוהר מופיע מולי במקלחת, עוטף אותי ומטייל סביבי, ומשדר הרגשה של שמחה עמוקה והתרגשות לפגישת חבר ותיק. ישות כחולה שמופיעה מולי פעמים רבות בתרגילי התבוננות במראה מסמלת לי עולמות עליונים ואולי טבע עמוק יותר שלי, במיוחד כאשר אני קולט לרגע שגם אני בתוכי נראה כמוה. אני בטוח שאי־פעם אבין הכול – אולי המוח הפיזי והתודעה הנוכחית שלי אינם יכולים להבין זאת, וזה בסדר.

אני רוצה לתת לכם כלים לקיום אינטראקציה עם ישויות כאלו ואחרות. ראשית, זכרו: שום דבר לא יכול לפגוע בכם. אתם מוגנים ובטוחים. הממלכה הפיזית היא הדומיין שלכם; שום ישות "חוצנית" או אנרגטית לא יכולה לפגוע או להזיק לכם. אני מניח כמה הנחות:

- שימו לב למצב התודעתי שלכם בעת הזמנת אינטראקציה. יש ישויות רבות שישמחו לפגוש אתכם. שהייה במצב תודעתי בטוח ומרום תזמין אינטראקציה אוהבת וחיובית. כמו שאמרתי קודם, העולם כולו מהווה שיקוף של מצב התודעה שלכם. אם אתם לא במקום טוב, אל תזמינו תקשורת ואינטראקציות כאלו – לא רק כי זה עלול להזמין ישויות שאינן במצב תודעתי אוהב, אלא גם כי המסננת התודעתית שלכם תשליך עליהן את פחדים שלכם.
- "נפלתי" בזה פעמים רבות, לא הצלחתי לראות את הדברים כפי שהם אלא חוויתי את השלכת הפחדים שלי על ישויות שאין להן כל קשר ליצירה השכלית השגויה שלי. לא הצלחתי לראות את האור שלהן כי השלכתי עליהן פחד. אם אתם נתקלים במכשול כזה, אנא המתינו, לימדו את הפחדים העמוקים שלכם, וכשתהיו מוכנים תוכלו לפגוש אותן ללא מורא.



- אתם, בתור אנשים המחפשים את האור ומבקשים שלום, מקבלים "חבילת סיוע" המותאמת לכם. מדריכים רוחניים שונים – לחלקם אתם מודעים, לחלקם לא – נמצאים אתכם ושומרים עליכם מפני אינטראקציות שליליות. יש רצון משותף לצמיחה התודעתית והרוחנית שלכם, והם יכוונו אתכם ויחסמו הפרעות לא־רצויות.
- במצב של חוסר ביטחון במהלך שיח או אינטראקציה רוחנית, אני מבקש מהשכינה – תודעת־העל שתפקידה להנחות אתכם חזרה לזהותכם האמיתית – שהיא תחליט עבורי את טיב ואופי התקשורת. מבחינת "היררכיה", היא הגבוהה ביותר, ואתם יכולים לתת בה אמון מלא – היא תמיד איתכם.
- זכרו שכל הישויות והתודעות שאתם באים איתן במגע הן גם היבטים של הבורא; הן לא נפרדות מכם. נהגו בכבוד, בעדינות ובברכה כלפיהן. לא רק אתם רוצים את התקשורת האוהבת הזו. סלחו לעצמכם על מחשבות לא־אוהבות שעולות בכם בזמן המפגש או לפניו, למדו מהמחשבות הללו שיש עוד מקומות בתוכם שדורשים אור. זכרו – זו קריאה לאהבה. סמכו על ההדרכה שלכם; יש לכם חיבור ושותפות עמוקים יותר איתם ממה שרובכם משערים. חלקם הם היבטים מתקדמים יותר שלכם, שהגיעו מרמות קיום גבוהות לסייע לכם, חלקם אולי בני משפחה של ממש. הם יודעים לבצע את תפקידם והם מחויבים לכם מאוד. תנו בהם אמון.
- הגדירו איך אתם רוצים לפגוש אותן ובאילו תנאים – אף אחד לא יפרוץ למודעותכם ללא הזמנה; ישויות אוהבות מבינות וחומלות אתכם, והן יגיעו בזמן ובמקום שתהיו מוכנים לו.



- אם אתם מרגישים צורך, בצעו לפני האינטראקציה "תרגיל הגנה מנטלי" – יש שיטות שונות לכך. אני נוהג "להתלבש" במגן-דוד זהוב. זה כלי שאני אוהב מאוד; אתם מוזמנים לעטוף בו גם את החדר או הסביבה שלכם, או לשלוח אותו כמעין ברכה גם להן. המגן-דוד הוא סמל עוצמתי של אהבה וחיבור העליון והתחתון, ובצורתו התלת-ממדית, המרכבה, הוא גם "כלי" להתניידות בעולמות רוחניים ואסטרליים.
- אופני התקשורת רבים: חלקם ורבאליים לגמרי, אך זה נדיר. ברוב המקרים התקשורת אינה מילולית; היא יכולה להיות טלפתית, ויזואלית, מנטלית (רגש שכולל מידע רב). ייתכן שתראו חזיונות או תמונות, או תחוור רגש מסוים, כתיבה אוטומטית או אף מגע. אני חוויתי את כולן, רובן נעימות ומרגשות. התקשורת תתבטא בצורה המתאימה ביותר לכם, לפי מצבכם השכלי והתודעתי.
- כשאתם, מכל סיבה שהיא, מעוניינים לסיים את התקשורת, הכריזו על כך בתוכם או אף בקול. אמרו "תודה" אך שאינכם מעוניינים להמשיך. מעולם לא קרה לי שהתקשורת לא נפסקה מיידית – יש "צו" אוניברסלי בנושא, המחייב את כל הישויות המודעות לציית לו.
- ייתכן שכבר חוויתם בעבר תקשורת או מפגש לא-רצויים. אנא קחו על כך אחריות, וראו מה אתם יכולים ללמוד מכך. כל אירוע כזה הוא הזדמנות ללמידה וצמיחה.
- לסיום – אזהרה: אם אינכם מוכנים, ואם אתם מרגישים שאינכם במצב שכלי-נפשי מתאים לאינטראקציה, או אם אתם מנסים להשיג בה משהו שאינו נובע מאהבה (גם לעצמכם וגם לישויות ולחיים), אל תנסו כלל את זה; אתם עלולים ליצור מצבים לא-נעימים – ולא רק לעצמכם. אני מזמין אתכם לפעול בחמלה ובאהבה לכל ישות שאתם פוגשים. גם הן לעיתים חוששות או זהירות ביחס למפגש איתנו.



• בני־אדם עלולים להיות לא צפויים, ואולי אנו כרגע אחד הגזעים הכי אלימים ב"שכונה". אל תראו עצמכם כחסרי כוח וחסרי אונים מול הישויות הללו – זה לא המצב. כבדו את עצמכם ואותן. לפני כ־15 שנים הופיעו בחדר שלי שתי ישויות בעלות מראה "חוצני", עמדו והתבוננו בי. היה לי לא נעים, ביקשתי מהן ללכת, ורק לאחרונה הבנתי שאולי הן היו צמודות זו לזו משום שגם להן היה חשש מהמפגש איתי, לא פחות מהחשש שלי מפניהן. זנחו את מחשבות הפחד והאימה; מפגש אמיתי אינו מפחיד, אולי הוא לא־נעים, אך זעקות־אימה מתאימות יותר לסרטים הוליוודיים מאשר למציאות.

כבני־אדם בעלי תודעה פתוחה לתקשורת, אתם מהווים כיום תופעה ייחודית בנוף: אינטליגנציות לא־אנושיות רבות מחפשות דרך להעביר מידע חשוב לאנשים מסוימים או לעולם כולו. מבחינה זו, אתם מושכים תשומת־לב רבה. עם זאת, אף אחד לא יגדיר לכם מה אתם "אמורים" לעשות או אילו תפקידים עליכם למלא. אם אינכם נהנים ואינכם מעוניינים בתקשורת מסוימת – בקשו להפסיקה. יהיו אחרים שזה כן יתאים להם, והם יהיו צינורות טובים להזרמת המידע לאן שצריך.

חלק מהישויות הרוחניות והלא־אנושיות עוסקות בריפוי. חוויתי פעמים רבות ריפוי כזה: כאבים שנעלמו כלא היו, תחושות פיזיות לא־נעימות שנפחתו או התפוגגו. הרשו לישויות הללו לסייע בריפוי שלכם; תנו להן את המרחב להביע את תשוקתן לרפא – גם אתם וגם הן תיהנו מכך.

לבסוף, זכרו תמיד שברמה הגבוהה ביותר של הדברים, אתם מתקשרים ורואים רק את עצמכם.



התפילה לשמיים

ברך אותנו, אבינו, היום. שלח את אורך לתוכנו, וסייע לנו להתמודד עם האתגרים האדירים שעלינו לעמוד בהם כדי להביא שלום אל פני האדמה. אנו באים אליך בלב פתוח ובענווה, ומבקשים שתדריך אותנו בדרכנו חזרה אליך, בדרכנו חזרה אל השלום, שהוא ביתך.

סלח לנו, אבינו, על הטעויות והמשגים שעשינו מאז ראשית הזמן. אל תרשה לנו לשקוע שוב בשכחה ובנפרדות. הזכר לנו שאנו מחוברים זה לזה ואליך. הסר פחד, שנאה וכאב משכלנו, והבא עדנה, ריפוי, שלוה, שמחה וגאולה אל לב כל אדם.

שלח את שליחך אלינו, שילמדו אותנו לראות את הטוב, לראות מעבר לאשליית העולם, כדי שנוכל לזכור את החזון האוהב, את אורך המיטיב, את מחשבותיך המאחדות, את מילותיך הבוראות.

אנו באים אליך היום בידיים פתוחות ובתודעה נכונה. השתמש בנו ככלי למלא בו את רצונך, כדי שנוכל אנו לעשות את תפקידנו כגואלי העולם. הסר את מחסומי הפחד והנפרדות, את השקר והאשליה, את ההונאה והשליטה מעל פני האדמה.

עשה משפט צדק, כדי שלחושך לא יהיה עוד מקום להסתתר בו, פינה אפלה לשהות בה ולהטריד את נפשנו. אנו קוראים לך להביא את מלכותך אל פני האדמה, כדי שחזונם של הנביאים יתגשם:

ישעיהו י"א, ו'-ט':

"וְגַר זֶאֶב עִם כֶּבֶשׂ, וְנֹמֵר עִם גְּדִי יִרְבֶּץ; וְעֹגֵל וּכְפִיר יִחַדּוּ, וְנֹעַר קֶטֶן לְהִגָּבִים.

וּפֶה נֹדֵב תִּרְעֶינָה, יִחַדּוּ יִרְבְּצוּ יִלְדִּיָּהֶן, וְאַרְיֵה כִּבְקָר יֹאכֵל תֶּבֶן.

וְשָׁעֲשַׁע יוֹנֵק עַל חֹר פִּתּוֹ, וְעַל מְאוֹרֵת צִפְעוֹנִי גִמּוּל יָדוֹ הָדָה.

לֹא יִרְעוּ וְלֹא יִשְׁחִיתוּ בְּכָל הָרָקֶדֶשׁ, כִּי מְלֶאכֶה הָאֱרֶץ יַעֲהָ אֶת ה' כַּמִּים לָיִם מְכַסִּים."



יש עולם חדש המחכה לנו, עולם חדש הבא עלינו.

החושך לא יוכל להסתיר אותנו, והאומללות לא תוכל לו.

השנאה, הקנאה, הרצח והשטנה ימוגרו מפניו.

עולם שליו וטוב, עולם הוגן, עולם בטוח, עולם חופשי.

עולם של שפע וברכה, של יצירה וגדולה, של קדושה וחמלה.

עולם של שמחה ושל שלום.

לא ניתן לחושך להגדיר את מעשינו.

לא ניתן לאימה להרפות את ליבנו.

לא ניתן לנפרדות להנחות את צעדינו.

היום אנו קוראים לשלום ומברכים איש את רעהו.

היום אנו זוכרים שמעולם לא הופרדנו.

היום אנו זוכרים את הנצחי שבתוכנו.

היום אנו מנפצים את אלילי המוות ואת עגל הזהב.

היום אנו עומדים מולך כאיש אחד,

נכנעים לרצונך הטוב.

היום אנו זוכרים:

הרצון שלך והרצון שלנו - אחד הם, ולעולם יהיו כך.

אחיי היקרים,

לעולם לא אנטוש אתכם.

ברגעים החשוכים ביותר, באפילה המתפשטת, בכאב הנורא, בסבל

ובאימה,

בבדידות ובחוסר המנוחה-הביטו פנימה.

הנני כאן.

עם יד מושטת, בזרועות פתוחות ובלב אוהב,

קורא לכם באהבה.

זכרו אותי היום.

זכרו את עצמכם-

העמוק, האמיתי, האוהב, השלם.

זה מי שאתם באמת.

תודה