

ספר ההחלמה

ספר עבודה רוחני
להחלמה וריפוי



מסע של
הבנה והתפתחות



כלים רוחניים
לריפוי מעשי



חיבור בין
רוח לחומר



הבנה של
חוקי הבריאה



תהליך
של שינוי אמיתי

ההחלמה היא לא רגע - היא דרך חיים

יהודה כהן | חוה ולני

פתח דבר: כשהחלונות נפתחים סיפור לידתו של הספר

הסיפור של הספר הזה מתחיל בירושלים, בחיבור בין שני אנשים שלא ידעו שהם חלקי פאזל של תמונה גדולה בהרבה. יהודה, שגדל בשכונת קריית יובל, חי בדירתו כבר עשרות שנים. חוה, שרוב חייה התגוררה מחוץ לעיר, עברה ב-2018 לגור ממש מולו, בניין מול בניין, חלון מול חלון.

מה שהחל כמפגש ארצי וטכני סביב פרויקט של "פינוי בינוי" בוועד הדיירים, התגלה מהר מאוד כתוכנית יקומית למפגש והתפתחות אישית ונשמית. באחד המפגשים, יהודה סיפר בשקט שהוא מתקשר; חוה, שבאותה עת עשתה את צעדיה הראשונים כמתקשרת בעצמה, הקשיבה בסקרנות. יהודה הרגיש שמהו נועד לקרות והציע בעדינות שחוה תבוא אליו לעבודה משותפת, אך היא, בתוך הצניעות והבושה, לא הבינה מה יהודה רואה בה ולא תפסה עדיין את עומק הסיבה שהפגישה ביניהם.

היקום, כדרכו, לא ויתר. כמה חודשים לאחר מכן, במפגש "מקרי" בתחנת אוטובוס, רונית, אשתו של יהודה, צעקה לחוה מרחוק: "חוה, למה את לא הולכת ליהודה? יש סיבה שאתם צריכים להיפגש!". באותו רגע חוה הבינה שזהו מסר ישיר מ"גבוה", ושעליהם לצעוד בנתיב שסומן עבורם.

החל משנת 2019 ועד היום התחלנו להיפגש מדי שבוע. טיפלנו זה בזו, שוחחנו, וגילינו דרך רוחנית משותפת שבתחילה לא ידענו להגדיר. יהודה חלק את חלומו לכתוב ספר על השיטה שלו ועל החיבור שלו לאלוהים. חוה חשבה בתחילה שהיא באה רק כדי לסייע לו בכתיבה, אך ככל שהעמקנו, התברר שזהו ספר משותף שנכתב כולו בתקשור. הבנו שהספר כבר קיים ברבדים אחרים של היקום, וכי תפקידנו היה להפוך את התדרים הגבוהים שלו למילים אנושיות.

במשך ארבע שנים צמחנו לתוך המילים. תרגלנו בעצמנו כל שלב וכל כלי שקיבלנו, וראינו איך אנחנו משתנים ומתפתחים יחד עם הטקסט. כשקראנו אותו שוב ושוב, גילינו בכל פעם רבדים חדשים, כאילו אנו קוראים את הדברים לראשונה ולומדים אותם יחד עם הקוראים שלנו.

הספר הזה הוא מתנה מתדרים גבוהים, ליווי צמוד של הבורא והמלאכים, שאנו שימשנו עבורם כצינור. הוא מביא רוחניות שאינה קשורה בהכרח לדת, אלא כזו שכל אדם יכול להתחבר אליה ממקום נקי, פשוט ונטול שיפוטיות. אנו ממליצים לכם לקרוא, לתרגל, ואז לשוב ולקרוא שוב, בכל פעם ממקום חדש וגבוה יותר, שכן תהליך ההתפתחות הוא אינסופי.

הספר כתב את עצמו בכל הרבדים, ואנו מזמינים אתכם למצוא בתוכו את עצמכם, בנקודה המדויקת והנכונה לכם ביותר.

כל יצירה יוצאת לאור עם המון אהבה ועזרה.

אנחנו רוצים להודות מעומק הלב לאורי יעקב ישראלי, שמואל מולי ורד ורוי קמא,

על הליווי, על ההארות וההערות, על רוחב הלב ועל העיניים הטובות.

תוכן עניינים

1	פתח דבר: כשהחלונות נפתחים סיפור לידתו של הספר
6	מבוא: שער למסע של החלמה ותקווה
8	החלמה כדרך חיים
10	המצפן של המציאות החדשה שיבה אל הלב
13	פרק 1: ההסכמה השער ליצירה משותפת עם הבורא.
17	המדרג האנרגטי והמצפן הרגשי
19	פרק 2: Stairway to Heaven היקום כמרחב של למידה והתפתחות
23	פרק 3: הנתיב : מסע הגילוי בתוך הגוף הפיזי
26	פרק 4: הטוב, הרע והאיזון הקדוש, למה יש רוע בעולם?
29	פרק 5: איזון והרפיה, הדרך אל הלמידה הרכה
32	פרק 6: אהבה כמהות, השער אל הדלתות
36	פרק 7: הדלתות שערים לידע קוסמי ולאחדות פנימית
40	פרק 8: קפיצה קוסמית ריפוי בזמן קוונטי
43	פרק 9: הסכמים נשמתיים, התרה, שינוי ושחרור מהעבר
46	פרק 10: גבולות ההכרה, מהרחם אל האינסוף
49	פרק 11: תהליך סליחה וחמלה, מהקורבנות אל החירות
52	פרק 12: רוח משפיעה על חומר, סוד התדר האנרגטי
55	פרק 13: מהי האמת? פריצת בועת האשליה
58	פרק 14: הפחד מהמוות, הדרך אל ההשלמה והשחרור
61	פרק 15: פחדים קדומים – התמודדות עם משקעי גלגולים קודמים
64	פרק 16: מסע הנשמה – בין האישי לקולקטיבי
67	סיכום חלק א': מהבנה להוויה – הגשר אל עולם המעשה
69	חלק ב': הכלים האנרגטיים – להנכיח את הרוח בחומר
70	כוונת המקור: הדיבור שהופך למציאות
72	פרק 17: טכנולוגיה אנרגטית – ניקוי ושערים בין מימדים
76	פרק 18: מלאכת התרת ההסכמים – לשנות את חוזי הנשמה
79	פרק 19: תודעת העץ – חיבור בין שורשי האדמה לצמרות הרוח
82	פרק 20: שינוי מתוך הכאוס – אל המימד החמישי
85	פרק 21: סלילי הדנ"א – צריבת הזיכרון לאורך הגלגולים
89	פרק 22: המעבר בין המימדים – התעוררות מתוך השבר
91	פרק 23: הצורך בהגנות – שמירה על חירות התודעה והרוח

93	פרק 24: תודעת מלחמה ואשמה, הדרך אל הפיוס הפנימי
94	פרק 25: יציבות בתוך הכאוס והחזרה למקור
96	סיכום: להיות – הוויה, נוכחות ואלוהות

מבוא: שער למסע של החלמה ותקווה

ספר זה הוא תוצר של תהליך רוחני שאינו מסתיים, והבנות עמוקות שלנו, הכותבים. ההסכמה שלנו לעבור את התהליך, מבלי שידענו מהו ולאן יוביל, היא שהביאה לכתיבתו. הספר שמונח לפניכם לא נולד בחדרי עבודה סגורים, אלא מתוך פעימות החיים עצמם, הוא עדות חיה למסע אנושי שנבנה רובד על רובד, הבנה על גבי הבנה.

הספר התהווה בתוכנו, בחיי היום-יום, בתוך המסע האנושי שלנו פה על כל רבדיו, ורק לאחר מכן הפך למילים ונכתב. הוא כולל את כל תחומי החיים, ולא רק את הנעשה בתוך חדר הטיפולים, חדר האימון או במסגרת תקשור זה או אחר. תפקידו לחבר בין הרוח לחומר, בין העולמות, בין היקומים ובין בני האדם, בינם לבין עצמם ובינם לבין אחרים. הוא נועד לחבר אותנו למהויות העמוקות והנסתרות הגלומות בכל אחת ואחד מאיתנו, להסביר את מהות החיים עלי אדמות בהתאם לחוקי הבריאה והיקום, ולפשט אותם.

מהותו של חיבור: רצועת הפוטון

כדי להפיק את המרב מהמסע הזה, אנו מזמינים אתכם לקרוא ולתרגל מתוך מרחב תודעתי מיוחד: **רצועת הפוטון**.

הפוטון הוא אחד החלקיקים הקטנים ביותר בתא, הוא נמצא בגרעינו, ולמעשה הוא החלק המחבר והמקשר בין כל החומרים בטבע. ברמה התודעתית, החיבור שהוא מבצע הוא הכוח שמחבר בין המחשבה לחומר ובין רמות מודעות שונות.

רצועת הפוטון, אזור עם אנרגיה גבוהה, עם ישויות אור בעיקר נאורות ובאו לעזור לכדור הארץ לצמיחה, לאהבה, ליצירה. הרצועה הזאת נמצאת בכל מקום ביקום, אפשר לדמיין לחוות אותה בעזרת כוונה בכל מקום שתראו.

אנו ממליצים בחום:

לפני כל קריאה או תרגול, שבו במקום שקט, בבית, במרחב הציבורי או בטבע.

קחו לכם כמה דקות לנשום נשימות עמוקות וטובות, שימו בצד בתוך קופסא דמיונית ויפה את כל היום יום, דמיינו את עצמכם נכנסים לתוך רצועה של חלקיקי אור מוזהבים. השימוש בפוטון ברמת התודעה נעשה כדי לנקות ולאחר מכן לחבר את התודעה ואת כלל מרכיביה.

הנוכחות בתוך רצועת הפוטון מנקה את ההילה, מעצימה את החיבור ומאפשרת לעבודה האנרגטית להעמיק בכל פעם מחדש. כשאנו בחיבור, הפחד מתפוגג ובמקומו מופיע אמון עמוק במסע הייחודי של כל נשמה.

מהריסות השבעה באוקטובר לצמיחה מחודשת.

רוב דפי הספר נכתבו לפני השבעה באוקטובר "אוקטובר השחור". אך לאחר שהאסון פקד אותנו, הבנו שהמילים הללו נועדו בדיוק לרגע שאחרי: לתקופת השיקום.

השיקום האמיתי שלנו אינו רק פיזי, הוא רוחני.

האירועים הקשים שעברנו נועדו "לנער" אותנו מהיסוד, לפרק את המבנים הישנים של אגו ושחיתות, ולבנות אותנו מחדש כבני אדם הלוקחים אחריות על גורלם. כשאדם לוקח אחריות, הוא מצמיח את עצמו מחדש, ומגיע למיצוי נתיב הנשמה שלו.

החלמה כדרך חיים

החלמה היא מסע ארוך שאינו קורה ברגע.

היא דורשת מאיתנו להחליף את הנפרדות ואת המלחמה - הן הפנימית והן החיצונית, בחיבור והשלמה.

התהליך הוא אישי ופרטי, אך האדוות שלו הן קוסמיות. ככל שנתמיד בריפוי הפרטי שלנו, כך נשפיע על הסביבה ועל העולם כולו.

החלמה זו אינה מיועדת רק לנו, היקום כולו זקוק לה. המאבק הנוכחי הוא עולמי, ומטרתו להחזיר לעולם את **"כוונת המקור"**: חיבור אנושי תמים, כנה ומכובד, וקשר ישיר ובלתי אמצעי בין האדם לבורא, ללא תלות בממסד כזה או אחר.

איך אנחנו ממליצים לעבוד עם הספר?

הספר הזה הוא אוסף של צעדים לפעולה. אתם יכולים לקרוא אותו מהתחלה ועד הסוף, או פשוט לפתוח בנושא שמעסיק את לבבכם כרגע.

כל פרק, כל כלי וכל תרגול נועדו להוביל אתכם אל התכלית העליונה של הכול: אהבה ללא תנאי. אהבה ללא תנאי היא ההחלמה הגדולה מכולן.

לכל פרק יש דף עבודה, לשהייה ותרגול.

אתם מוזמנים קודם כל לענות עבורכם ורק אחר כך להפנות את השאלות הלאה, לאנשים קרובים אליכם או מטופלים.

דף עבודה: כניסה למרחב ההחלמה

מדיטציית הפוטון:

שבו בתנוחה נוחה,, או בשכיבה, ונשמו כמה נשימות ארוכות וטובות.

אפשר להעזר במוזיקה של מדיטציה, או רעש לבן אחר.

עצמו עיניים ודמיינו רצועה רחבה של חלקיקי אור זהובים עוטפת אתכם.

נשמו את האור הזה לתוך התאים שלכם.

הרגישו איך הוא מנקה את המחשבות ומרגיע את הגוף.

כתבו: איך אתם מרגישים לאחר ה"מקלחת האנרגטית" הזו?

רשמו את כוונת המסע האישית שלכם:

מהי ה"החלמה" שאני הכי זקוק לה כרגע?

למשל: החלמה מפחד, החלמה מכאב פיזי, החלמה ממערכת יחסים.

אם יש כמה 'החלמות' רשמו הכל וכמה שיותר מפורט.

קחו לכם את הזמן הנדרש לכתוב.

זאת רשימה חשובה שיכולה לקחת זמן.

המצפן של המציאות החדשה: שיבה אל הלב

הזמנים שאנו חיים בהם הם זמנים של התכנסות וחיבור מחדש אל הלב.

בעידן שבו המבנים הישנים מתפרקים והמציאות משתנה ללא הרף, הלב הופך להיות המצפן העיקרי והמדויק ביותר שלנו. רק דרכו, ומתוך הקשבה פנימית עמוקה, נוכל לראות ולהבין את המציאות החדשה המתהווה לנגד עינינו.

חשוב להבין כי המעבר בין העולם הישן לחדש אינו נחלת הכלל באופן אוטומטי.

המציאות בנויה מרבדים שונים של תודעה, וכל אדם חווה את המציאות לפי התדר שבו ליבו פועם. מי שיבחר להתכנס פנימה ולהתחבר אל ליבו בחיבור אמיץ, ימצא שם את הנתיב המוביל ישירות אל נשמתו.

דרך הנשמה, נפתח השער הרחב אל האלוהות ואל הבריאה כולה.

זהו חיבור קוסמי המאפשר לנו לחוש ולשאת תדרים גבוהים שלא נראו על פני כדור הארץ אלפי שנים. אלו תדרים שנאלצו לשקוע למצולות עם נפילת אטלנטיס, כיוון שלא נמצאו אז בני אנוש שהיו בשלים מבחינה תודעתית לשאת את עוצמתם מבלי להישבר.

כיום, לאחר עשורים של מאבק קשה בין אור לחושך והתעוררות רוחנית גוברת, הלב האנושי בשל להיפתח מחדש ולהכיל את האור הזה.

הלב יודע את כל התשובות.

כאשר הלב נפתח, הוא הופך לכלי קיבול, מקלט לידע חדש וקדום המגיע מעולמות רחוקים. זהו ידע בונה, שנועד להרכיב מחדש את עולמנו המפורק: את מערכות היחסים בינינו לבין עצמנו, את הקשר המקודש שלנו עם כדור הארץ ואת מקומנו בתוך המארג הגלקטי הרחב. הריפוי העמוק ביותר שניתן לדמיין מחכה למי שיסכים להתמסר ללב ללא פשרות, להסיר את מסכות האגו המכבידות, ולהסכים לקחת את ה"סיכון" המבורך שבחשיפה ובפגיעות.

לעיתים קרובות, דווקא מתוך הכאב הגדול ביותר והשבר העמוק, נולדת הפתיחה המשמעותית ביותר של הלב. כך אנו בנויים כבני אנוש, האור חודר דרך הסדקים. תהליך ההרכבה מחדש של זהותנו ושל עולמנו עשוי לארוך שנים, ועל כן אנו נדרשים לפתח סבלנות וחמלה כלפי עצמנו. היצמדו לאמת הפנימית שלכם, התכנסו פנימה, וצאו אל העולם רק כשאתם נאמנים לעצמכם.

זכרו: אין אמת אחת בלעדית וקשיחה.

האמת היא רב-גונית, סובייקטיבית ושוכנת בתוך כל אחד מאיתנו בדרכו שלו.

היכולת לקבל אמיתות של אחרים מתוך אהבה, גם כשהן שונות לחלוטין משלנו או אף מנוגדות להן, היא המפתח האמיתי לשלום ושלווה פנימית. אם הלבבות פתוחים דיים, אמיתות מנוגדות יכולות להתקיים זו לצד זו בהרמוניה קוסמית.

זהו מסע הדורש אומץ לב, כנות חסרת פשרות והסכמה עמוקה ללכת בדרך שנכונה לכם, גם אם הסביבה סביבכם חושבת אחרת.

מערכות היחסים האנושיות בימינו סובלות לעיתים קרובות מעודף אגו ומפחד משתק מפני אינטימיות ופתיחות. אך עלינו להבין שללא לב פתוח, הדרך להתפתחות חסומה. הלב הוא כמו פרח עדין ונדיר, עלינו לטפח אותו, להגן עליו ולהשקות אותו מדי יום כדי לזכות וליהנות מיופיו ומניחוחו המרפא. החושך שאנו עדים לו בעולם אינו גזירה משמיים שאין לה הופכין, אלא תוצאה ישירה של לבבות סגורים ומפוחדים. אך בתוך הניגודיות הזו טמונה ההזדמנות הגדולה: הלב האטום של האחד עשוי להיות הקריאה המהדהדת להתעוררות עבור האחר.

הלב אינו רק איבר פיזי המזרים דם.

הלב הוא תודעה חיה ונושמת. הוא אורגניזם רוחני המחובר ישירות לבורא. דרך פעימותיו נארג המארג הסמוי שמחבר את כולנו, כחוטים בתוך שטיח אינסופי, לתודעה האלוהית הקיימת בכל מקום ובכל זמן.

דף עבודה: להתחבר למצפן הפנימי

1. זיהוי התדר:

שבו במקום שקט, בבית או בטבע. נישמו כמה נשימות ארוכות וטובות, הניחו יד אחת על מרכז הלב ושאלו בלחש: "מה הלב שלי מרגיש ברגע זה ממש?", "מה הלב שלי רוצה להגיד לי?".

כתבו את התשובה ללא כל שיפוט או צנזורה האם אתם חשים כיווץ, התרחבות, חום נעים, אהבה, דקירה קלה, או אולי פחד שרוצה להישמע?

2. בין העולם הישן לחדש:

שבו במקום שקט, הרשו לידע שמגיע לזרום בצורה נקייה ללא כל שיפוט של 'האם זה אמיתי או לא?' רשמו דבר אחד מה "מציאות הישנה" הרגל מעכב, פחד קדום, או דפוס של האגו, שאתם מרגישים שחוסם כיום את הלב שלכם.

לצדו, רשמו דבר אחד מה "מציאות החדשה" שהייתם רוצים לאמץ לחיבור עמוק יותר.

3. תרגיל הניחוח והטיפוח:

דמיינו את הלב שלכם כפרח ייחודי בתוך גן. איזה תשומת לב ספציפית הוא זקוק לו מכם היום כדי שיוכל להיפתח או להרגיש יותר שקט עוד קצת? למשל: מילה טובה ומחזקת לעצמי, מעשה של סליחה, או פשוט מתן אישור למנוחה עמוקה.

4. מרחב לקבלת האחר:

חשבו על אדם בחייכם שיש לו "אמת" או תפיסת עולם שונה מאוד משלכם, אולי אפילו מקוממת. האם אתם מסוגלים למצוא בתוך מרחב הלב שלכם מקום שיאפשר לאמת שלו להתקיים לצד זו שלכם, מבלי לחוש צורך לשנות אותה או להילחם בה?

פרק 1: ההסכמה, השער ליצירה משותפת עם הבורא.

כאשר אדם מצוי במצב של חיבור, עליו להיות בתודעה מתמדת של הסכמה. כדי להעמיק בתדר זה, אנו מזמינים אתכם לקרוא את המילים הבאות מתוך שהייה ברצועת הפוטון הזהובה והמנקה.

מהותה של ההסכמה היא היכולת העמוקה לקבל את עצמנו, את נשמתנו, את בוראנו ואת העולם בדיוק כפי שהוא. מתוך המוכנות הזו להסכים, נולדת ההבנה כי ביכולתנו ליצור יחד עם הבורא שיתוף פעולה מלא, יצירה חדשה, הבנה רחבה ואור גדול. אור הבריאה הזה מייצר עבורנו הזדמנות יקרה מפז לגלות את הנשמה עם כל נשימה ונשימה, ולהבין את התהליכים המורכבים שהיא עוברת מרגע הפעימה הראשונה, שבה נוצרו כל הנשמות על ידי בורא עולם, ועד לרגע המכונן שבו אנו מבינים כי הגענו לכאן כנשמה שהמתינה בסבלנות לצאת לאור.

עלינו לזכור כי כל נשמה המגיעה לעולם הפיזי אינה מגיעה לבדה.

היא נושאת עמה צירוף של חלקי נשמות אחרות שהתנדבו להעניק לה חלקים מעצמן, מתוך הלמידה והניסיון שלהן. זאת, כדי לעזור לה בתחילת דרכה בעולם הגשמי ולהבטיח שלא תתחיל את מסעה בחוסר הבנה מוחלט, אלא עם בסיס איתן שיאפשר לה לצמוח למקומות הגבוהים ביותר בתוך תהליך אינסופי של התפתחות.

כאשר הנשמה תסיים את גלגוליה בתוך הגוף הפיזי, היא תוכל להשתמש בניסיון שצברה כדי לעזור בעולמות העליונים: להפיץ אור, לסייע לנשמות אחרות ולהצילן מתוך החושך. התהליך המהותי של הנשמה הוא לגלות את ייחודיותה ולהנכיח את הדרך המיוחדת שעשתה בתוך "הספריות הקוסמיות", אותו מאגר אינסופי של ידע וניסיון של כל הנשמות שצעדו בדרך לפנינו. המטרה הסופית היא לגדול ולהפוך את האור האישי לאור גדול עוד יותר, המשתלב ברשת האינסופית של יקומים ואנרגיות שהבורא יצר.

במסעה, נשמה צעירה נדרשת לעבור שנים-עשר שלבים עיקריים תוך כדי גלגולים פיזיים, שחלקם מתרחשים ביקום זה וחלקם ביקומים אחרים, עד שהיא מגיעה ליכולת לשחרר את הצורך לרדת שוב לתוך גוף. הגוף הפיזי הוא זה המאפשר את החוויה וההתנסות בעולם ה"אדמה", הנחשב לעולם המאתגר והדחוס ביותר מבין יקומי האדמה (על פי עץ הספירות בקבלה). האתגר הזה נועד לאפשר לנשמה לגלות את המיוחדות שבה ולחקור את כל אפשרויות הבחירה הנשמטית.

שני חלקי הנשמה

הנשמה האנושית מחולקת לשני רבדים עיקריים הפועלים יחד בתוך המציאות הגשמית: הנשמה החיה והנשמה הנצחית (האלוהית).

א. הנשמה החיה:

תפקידה העיקרי הוא פשוט לחיות, להרגיש, לחוות ולהתמודד עם העולם הפיזי. היא דומה לילד קטן הלומד לקום וליפול תוך כדי חיפוש הנתיב הנכון עבורו. לעיתים הנשמה החיה הולכת כסומא באפלה, מבצעת טעויות ונופלת שוב ושוב כ"המפטי-דמפטי", מבלי להבין מדוע המציאות "מכה" בה. חשוב להבין כי הנשמה החיה והגוף הפיזי שייכים ליסודות האדמה; עם מותו של האדם, הם הופכים לאנרגיה כחלק מהאדמה ואינם מתגלגלים הלאה עם החלק האלוהי.

ב. הנשמה הנצחית (האלוהית):

זהו החלק האלוהי שבתוכנו, זיק מתוך הבורא. כפי שהבורא צמצם את עצמו כדי לברוא את העולמות, כך גם אנו מצמצמים בתוך ליבנו מקום לקבלת החלק הנצחי הזה. בנשמה זו אין מושגים של "טוב" ו"רע", אלא רק רצון טהור ללמידה. תפקידה המרכזי הוא למידה משותפת עם כל חלקי הנשמה והבורא, לחבר בינה לבין החלקים העליונים במימדים האחרים ולעזור לאדם להתחבר לבורא. במבנה האידיאלי, הנשמה האלוהית והנשמה בתוך הגוף מתהוות ולומדות יחד. הן מורידות את הלמידה הנשמטית לאדמה להתממשות.

יש קשר בין כל חלקי הנשמה, הם מדברות ביניהן. מתוך הקשר הנצחי הזה נוצר האיזון וחווית הלמידה שבגללה הנשמה נכנסת לגוף הפיזי.

ככל שאדם נותן יותר, כך נפתח עבורו שפע רב יותר, כפי שנאמר: "שְׁוִיתִי יְהוָה לנגדי תָּמִיד כִּי מִימִינִי בֵּל אֲמוֹת". המשמעות היא לקחת את האיכויות האלוהיות ולתרגמן למעשים יומיומיים. למרות שבשנים הראשונות אנו שוכחים את סיבת בואנו, עלינו לגלות מחדש את החיבור לנשמה האלוהית כדי לנוע בקלות רבה יותר במסלול החיים.

מדריך הרוח:

לכל נשמה היורדת לגוף מוצמד מדריך רוח הקובע עמה מראש את שמה, שיעוריה והמשפחה אליה תיוולד. לאורך החיים עשויים להתחלף המדריכים בהתאם להתפתחותינו, אך תמיד ילווה אותנו מדריך עיקרי מרגע ההתעברות ועד עזיבת הגוף. המדריך עוזר לנו להעצים את השיעורים שלנו, אך לעולם אינו בוחר במקומנו. היתרון הגדול בחיבור למדריך הרוח הוא הגישה למידע ספציפי ולמימד המלאכים, למה שאנו מפרשים לעיתים כאינטואיציה או כ"תחושת בטן". עלינו לבוא לעבודה זו בכבוד ובאהבה, ולהיזהר מישויות המנסות להסית אותנו לנתיבי כוח ושליטה, שכן מדריך רוח אמיתי מבקש רק אהבה בתמורה לעזרתו.

חיבור בין שני חלקי הנשמה, לבין ההדרכה הרוחנית ובין הנפש והגוף הפיזי, מאפשר לנו התפתחות אין סופית. העמקת הלמידה, הזמנות לבחור מחדש, בנו כיצירה, לאפשר לנו להשתנות, להגיע למקור ולברוא מהחושך אור.

המדרג האנרגטי והמצפן הרגשי

בעולמות העליונים קיימת היררכיה ברורה הנעה בין אור לחושך.

הישויות מתחלקות לנשמות שעשו דרך ובוחרות להיות מדריכות רוח, לישויות אור עליונות שהן טהורות ובעלות כוחות כבירים, ולרובד המלאכים. המלאכים הם ישויות אור שאינן מתגלגלות בדרך כלל בגוף אדם, והם עוסקים בלימוד ובעזרה לאלו המוכנים להתחבר אליהם ללא פחד.

הדרך לדעת אם אנו צועדים בנתיב הנכון היא המצפן הרגשי שלנו, אותה ידיעה ותחושה פנימית שאינה זקוקה להוכחה. כאשר אנו פועלים מתוך כוונה נקייה, אנחנו יכולים להתמודד עם פחדים והופכים ל"עמוד האש לפני המחנה" עבור סביבתנו. השינוי בנו הופך לאדווה של אור המאפשרת לאחרים לראות את המציאות בעיניים חדשות, להוריד פילטרים מעוותים ולגלות את הברכה שבחיבור הישיר לאלוהים.

דף עבודה: תרגול הסכמה וחיבור לחלקי הנשמה

1. הצהרת הסכמה:

שבו ברצועת הפוטון ואמרו בלב או בקול: "אני מסכימה לקבל את עצמי, את נשמתי ואת הבורא כפי שהם ברגע זה". שימו לב האם עולה התנגדות בגוף? נשמו אל תוך המקום המכווץ עד שירגיש רך יותר.

2. דיאלוג עם הנשמה החיה:

חשבו על "נפילה" או טעות שחוויתם לאחרונה. במקום להלקות את עצמכם, דמיינו שאתם מחבקים את "הנשמה החיה" שלכם כילד קטן. מה היא ניסתה ללמוד או להרגיש דרך החוויה הזו?

3. זיהוי הנחיה מהמדריך:

היזכרו ברגע שבו עלה רעיון פתאומי או "תחושת בטן" שהנחתה אתכם נכון. כתבו על הרגע הזה והודו למדריך הרוח שלכם על המידע המדויק.

4. שאילת שאלה:

פנו למדריכי הרוח או למלאכים ושאלו שאלה פשוטה (של "כן" או "לא") בנושא שמעסיק אתכם. המתינו לתחושה בגוף או לסימן שיגיע במהלך היום. מה הרגשתם? אחרי הכן או לא, אפשר גם לבקש תשובות ארוכות יותר.

פרק 2: Stairway to Heaven - היקום כמרחב של למידה והתפתחות

היקום שבו אנו חיים לא נוצר במקרה.

הוא פרי תכנון קפדני של הבורא, מעין ניסוי אדיר מימדים שנועד לאפשר לנשמות לחוות את מלוא טווח הקיום. בתוך המרחב האינסופי הזה, ברא הבורא באמצעות המפץ הגדול אינספור יקומים, וביניהם בולטים עשרת "יקומי האדמה".

יקומים אלו אינם נפרדים מאיתנו, הם מקבילים לעשר הספירות המוכרות לנו מעולם הקבלה, ומשמשים כשלבים בסולם של עלייה רוחנית. תכלית הסולם הזה היא ללמד את האדם להכיל בהדרגה את האור האלוהי העצום מבלי להתפרק, כאשר כל יקום טומן בחובו רובד חדש של הבנה וגילוי. בעוד שכדור הארץ הוא היקום הפיזי היחיד במערך הזה, שאר יקומי האדמה הם יקומים אנרגטיים במהותם. כאשר כל אחד מהם מהדהד עם חלקים פיזיים ואנרגטיים שונים בגופנו, מה שיוצר קשר הדוק ובלתי נפרד בין המבנה הגופני שלנו למבנה היקום כולו.

יקום "אדמה" שבו אנו שוכנים, הוא הצעיר מבין עשרת יקומי האדמה, והוא נחשב למאתגר ולקיצוני מכולם. האנרגיות שבו הן הדחוסות ביותר והרחוקות ביותר מדרגות החיבור הישירות לבורא. על כן, כל נשמה הבוחרת לרדת אל הגוף הפיזי ביקום זה, מגיעה כשליחה אמיצה המבקשת להתמודד עם התנאים המורכבים הללו וללמוד דרכם את השיעורים העמוקים ביותר של הבריאה.

המדרג הרוחני: בין אור לחושך

בתוך המציאות שאנו תופסים בחושינו, מתקיים יקום בתוך יקום. לצד העולם הגלוי של חומר וטבע, פועל יקום שאינו נגלה לעין שאינה מיומנת, יקום המאוכלס בישויות, מלאכים וגם כוחות מעכבים, המשפיעים כולם על המתרחש בכדור הארץ.

בדיוק כפי שבמציאות האנושית קיימת היררכיה המנהלת את המדינה, כך קיימת היררכיה רוחנית המשתרעת ממחשבת הבריאה ועד לאחרונת הישיות.

בראש הפירמידה ניצב הבורא, ומתחתיו ישויות האור העליונות שמעולם לא התגשמו בגוף וממששות כעוזרות הקרובות ביותר לניהול הבריאה.

המדרג ממשיך אל עולם המלאכים, הכולל מלאכים שנוצרו כישויות אור טהורות, ולצידם נשמות אנושיות שסיימו את תהליכי הלמידה שלהן עלי אדמה והתעלו לדרגת מלאך. מתחתיהם נמצאות הנשמות המצויות בשלבי "השתלמות": אלו העולות לעולמות העליונים וחוזרות שוב ושוב לגלגולים פיזיים, עד שהן ממצות את הצורך בלמידה דרך הגוף.

בצד השני של הספקטרום נמצאים כוחות החושך והישויות שהתרחקו מהאור. עלינו להבין כי העולם הוא ניגודי במהותו ואין אור ללא חושך. תפקידו של החושך בתוכנית האלוהית הוא לאתגר את האור ולגרום לו לגדול ולהתעצם. החושך מתבטא פעמים רבות בריכוז עצמי קיצוני (אגו), שבו האדם רואה רק את סיפוקיו המיידיים, מה שמוביל לאובדן המצפן הפנימי. אך גם במצבים אלו, מתקיים מאבק בלתי פוסק של כוחות האור שלא לוותר על אף נשמה.

חשוב להדגיש, כל מה שאלוהים ברא, נמצא תחת השגחתו. האור והחושך, מי שלמד והתפתח וגם מי שלא. הדבר הראשון שהבורא העניק לכל הנשמות בעולם ובכלל זאת הבחירה. הבחירה ללמוד, הבחירה לראות את עצמינו כערך חשוב, הבחירה לקחת אחריות על נתיב שלנו ועל ההתפתחות בתוכו. בתוך עומק הלמידה והתכוונות לאור, נוכל לחזור אל המקור של הווייתנו ולברוא איתו מחושך לאור.

בתוך המסע המתגר הזה, אנו לעולם לא לבד. כל אדם מלווה על ידי:

1. מדריך רוח: המסייע בדיוק הנתיב והתפתחות התודעה.
2. שומר נשמה קבוע: המלווה אותנו בנאמנות מרגע הלידה ועד סוף הגלגול.
3. ישויות שיעור: לעיתים נצמדת אלינו ישות מעכבת, שתפקידה (באופן פרדוקסלי) הוא לאלץ אותנו להתגבר על פחדינו ולחזק את בחירתנו המודעת באור.

ככל שהמודעות שלנו עולה ואנו נצמדים להחלטות ערכיות וחיוניות, כוחן של ההשפעות השליליות והשואבות נחלש, עד שהן עוזבות את המרחב שלנו מחוסר יכולת להשפיע. כך אנו זוכים לעלות בדרגות הרוחניות אל עבר חירות אמיתית.

דף עבודה: ניווט במדרגות היקום

1. זיהוי הקיצוניות: כדור הארץ מוגדר כ"יקום קיצוני".

חשבו על סיטואציה אחת שחוויתם השבוע שבה הרגשתם את הקיצוניות הזו. למשל:
כעס גדול מול אהבה גדולה, או מחסור מול שפע.

איך הידיעה שזהו מרחב של למידה וניסוי משנה את הדרך שבה אתם מסתכלים על המקרה?

2. מיפוי המצפן והמצפון:

החושך מתואר לעיתים כ"ריכוז עצמי". רשמו רגע אחד שבו פעלתם רק מתוך אינטרס אישי צר, ורגע אחר שבו פעלתם מתוך התחשבות בכלל או בבורא.

האם שמתם לב להבדל בתחושה הפיזית בלב או בנשימה בין המקרים?

3. חיבור לשומר הנשמה:

תשהו לכמה רגעים ברצועת הפוטון. נסו לחוש את הנוכחות השקטה של "שומר הנשמה" המלווה אתכם מרגע הגעתכם לעולם.

איזה מסר של תמיכה או הרגעה הייתם רוצים לקבל ממנו ברגע זה?

4. ניקוי השפעות מעכבות:

אם אתם מזהים מחשבה טורדנית או מחלישה שחוזרת על עצמה, דמיינו שאתם מפסיקים "להאכיל" אותה באנרגיה של תשומת לב ופחד. אמרו לעצמכם: "אני נשמה הבוחרת באור, אין בתוכי מקום לשאיבת אנרגיה שלילית".

שימו לב איך ההצהרה הזו משפיעה על רמת החיוניות שלכם.

פרק 3: הנתיב : מסע הגילוי בתוך הגוף הפיזי

הגוף הפיזי שבו אנו שוכנים אינו רק כלי קיבול פסיבי. הוא זקוק לאתגר החווייתי המשלב גוף ונפש כדי לאפשר לנו להסיר מעלינו את כל החסמים, תקרות הזכוכית והמשקעים שנצברו בגלגולים קודמים.

הגענו לגלגול הנוכחי עם "מטען" שבאנו לשנות, והגוף הוא המעבדה שבה השינוי הזה מתבצע.

הנתיב שבו בוחר כל אדם היורד אל העולם הוא ייחודי לו לחלוטין.

עם זאת, על גבי נתיב זה קיימות אינסוף אפשרויות בחירה המשתנות בהתאם למידת המוכנות שלנו להתמודד עם השיעורים הקארמטיים שלנו. ככל שאנו מעבדים ומבינים את השיעורים הללו, הם מרפים מאיתנו באופן טבעי, ומפנים מקום לאור הבורא למלא אותנו, במקום שנמשיך לפעול מתוך דפוסים אוטומטיים של חוויות עבר מכאיבות.

ה-GPS הרוחני והנתיב הממומן

הגוף האנושי זקוק לזמן הסתגלות לאנרגיה הגבוהה של הבריאה.

עלינו ללמוד ללא הרף כיצד לשנות תבניות מחשבתיות מקובעות מבלי לחפש היגיון צר או נוסחאות קבועות בדרך שבה הבורא מציב לפנינו אתגרים. בתוך מערכת היחסים הזו, עלינו להבין: אנו מייצגים את הפעולה, והבורא מייצג את התוצאה.

כאשר אנו מסכימים לראות בבורא אב עדין ומלטף או מורה אסרטיבי ומדויק, אנו יכולים לחזור אל הנתיב המקורי שהתחייבנו לעבור בטרם ירדנו לגוף.

בתוך שפע האופציות הקיימות בחיינו, **ישנו נתיב אחד שהוא "הממומן"** והנתמך ביותר באנרגיה על ידי הבורא. זהו המסלול המדויק ביותר עבור הנשמה שלנו. כאשר אנו סוטים ממנו, מופיעים בחיינו שיבושים: תאונות קטנות, עיכובים או אתגרים לא צפויים. אלו אינם עונשים, אלא "GPS רוחני" המאותת לנו לחפש את המסלול מחדש, גם אם באותו רגע איננו מבינים את פשר העיכוב.

רוב הזמן אנו הולכים עיוורים, שכן חוויית הירידה לעולם משכיחה מאיתנו את תוכנית הלימודים המקורית שלנו. אך הדרך היא המהות עצמה, והיא מאפשרת לנו לגלות הכול מחדש, לטעות, לשאול ולבקש.

אם נאזור אומץ לעבור דרך הפחד, הכאב והעלבון הצפונים בזיכרונותינו מבלי לברוח מהם, נוכל ליצור מודעות פנימית חדשה המגלה את העוצמה האדירה של הנשמה.

כל חיינו אנחנו באים והולכים מהנתיב הממומן, זה המסע שלנו פה.

פתיחת הראייה והתפתחות מעבר לתוכנית

לכל אדם ישנה הזכות להתקדם בגלגול זה אף מעבר למה שנועד לו במקור.

אנו יכולים ללמוד נושאים חדשים ולהעצים את עצמנו עבור הגלגולים הבאים, ובכך לכייל את עצמנו בצורה שמקצרת את זמן הלימוד ומאפשרת לנשמה לקבל תפקידים מאתגרים ומרתקים יותר בעולמות העליונים בעתיד.

היכולת לפתח ראייה על-חושית, תקשור או אינטואיציה עמוקה קיימת כפוטנציאל אצל כל אחד מאיתנו.

מי שקובע את קצב הפתיחה הוא אנחנו, בהתאם ליכולתנו להסיר את החסמים והכעסים שהצבנו בעצמנו. ככל שנלמד להתמיר רגשות מעכבים אלו, נגלה שביכולתנו להעניק נתינה עמוקה, לעצמנו ולאחרים.

רק כאשר נסכים להתמלא ולקבל בעצמנו, נוכל להקרין אנרגיה חיובית שתיצור תנועה מבורכת ותסייע גם לסובבים אותנו למצוא את דרכם מתוך אהבה גדולה.

דף עבודה: זיהוי הנתיב והסרת חסמים

1. ה-GPS הרוחני:

חשבו על "שיבוש" או אתגר לא צפוי שקרה לכם לאחרונה : תקלה טכנית, ויכוח סתמי, עיכוב בתוכנית. במקום לראות בכך מטרד, שאלו את עצמכם: "מה המקרה הזה מנסה לסמן לי לגבי הנתיב שלי? לאן הוא מנסה להחזיר אותי?"

2. מעבר דרך הרגש:

בחרו רגש "קשה" שאתם חווים לעיתים קרובות : פחד, תסכול, עלבון... שבו ברצועת הפוטון והסכימו פשוט להרגיש אותו בגוף למשך כמה דקות, מבלי לנסות לשנות או "לתקן" אותו.

כתבו: מה קורה לרגש כשיש לו מקום בתוכם? האם הוא משתנה, נרגע או הופך לתובנה?

3. הנתיב הממומן:

דמיינו שני מסלולים לפניכם: האחד מרגיש כבד ומאולץ, והשני מרגיש זורם ונתמך באור. מהי הפעולה הקטנה ביותר שאתם יכולים לעשות היום כדי להתקרב למסלול ה"ממומן" והזורם יותר? לפעמים זה פשוט להרפות מהתעקשות מסוימת.

4. בקשת הנחיה לפתיחה:

פנו לבורא או למדריך הרוח שלכם ובקשו: "אנא עזרו לי לזהות את החסם שמונע ממני לראות את האמת שלי בבהירות".

שימו לב למילים, תמונות או תחושות שעולות בכם במהלך היום בעקבות הבקשה.

פרק 4: הטוב, הרע והאיזון הקדוש, למה יש רוע בעולם?

הטוב והרע אינם טעויות של הבריאה, הם אינם יכולים להתקיים זה בלי זה.

הם חלק בלתי נפרד מיסודות היקום, המבוסס על ניגודיות שחייבת להתקיים כדי לאפשר תנועה והתפתחות. ממש כפי שהאור והחושך או האהבה והשנאה מגדירים זה את זה ואינם יכולים להתקיים בנפרד, כך גם הטוב והרע משמשים כקטבים המניעים את גלגלי הנשמה.

הטוב והרע קיימים בכולנו, השאלה היא האיזון בין השניים.

הרוע מתחיל לצאת מאיזון ברגע שבו האדם מצמצם את כל הווייתו וקיומו לצריכה עצמית בלבד. זוהי חשיבה אנוכית הפועלת על חשבון הסביבה, ללא גבולות, ללא חמלה וללא דין וחשבון, מתוך שאיפה לסיפוק יצרי שאינו יודע שובע.

מצב זה משול לאדם המכור לסמים: כל "מנה" של כוח, שליטה או חומר רק מגדילה את הרעב למנה הבאה. הרוע זקוק להזנה מתמדת של עוד רוע כדי להשקיט ריקנות פנימית שאינה ניתנת לסיפוק, מה שמוביל בהכרח לאובדן שליטה, להרס ולחורבן, גם של הסביבה וגם של האדם עצמו.

האור כמעין המזין

לעומת הריקנות המכלה של הרוע, האור מביא עמו את האיכויות האלוהיות ושואף ליצור תנועה מתמדת של השפעה, מערכות יחסים ו"אהבת חינם". זוהי אנרגיה המזינה את עצמה ואת כל מי שבא עמה במגע. היא מעשירה את הפרט ואת הכלל, ומגדילה את היכולת האינסופית לנתינה ולצמיחה. במקום הריקנות המחלחלת, האור ממלא את הגוף הפיזי בתחושת שובע רוחני, המאפשרת לאדם להעניק מטובו במידה המדויקת והנכונה לכל מי שזקוק לו.

עם זאת, עלינו לזכור שגם האור זקוק לאור נוסף כדי לגדול.

השאיפה שלנו היא לחיות באיזון, האיזון האמיתי בחיינו אינו נמצא בניסיון למחוק צד אחד, אלא בקבלה עמוקה של שני הקטבים השוכנים בתוכנו. המסע הפנימי שלנו הוא בהתבוננות הכנה שלנו בתוכינו, האם אנחנו באיזון? או שיצאנו מאיזון?

לרקוד עם הצל

במסע הנשמתי שלנו, תפקידנו הוא לאזן בין האור והחושך מתוך הבנה שאין אדם שהוא רק אור ואין אדם שהוא רק חושך.

הליכה בנתיב שאנו מחוברים אליו בגוף וברגש היא זו שמאפשרת לנו להרגיש שלמים. האור והחושך הם שני חלקי השלם המזינים את נשמתנו, עלינו לראותם כחלקים שווים שבאים ללמדנו את מורכבות היקום.

כאשר אנו מסוגלים להביט לשניהם בעיניים ולקבלם כחלקים הכרחיים בדרכנו, אנו מגלים את הייחודיות שבנו ויכולים להתמודד עם השיעורים שהם מציבים לפנינו מבלי לברוח. עלינו לשמור על הפוקוס על האור, אך בו בזמן לא לפחד מהחושך.

גם כאשר נדמה שמישהו "עושה" לנו רע בכוונה לפגוע, עלינו לזכור שאנו האחראים הבלעדיים על תגובתנו ועל שלומנו. זהו שיעור שנועד ללמדנו לקחת אחריות על נתיב חיינו ולבחור בטוב מתוך מודעות, ולא מתוך תמימות.

אין אנו צריכים להילחם באפלה שבתוכנו.

עלינו לזהות אותה, להבין את מקורותיה, להבין וליישם את הלמידה שהיא מזמנת לנו. כאשר אנו מתבוננים בחמלה על כל מעשינו, אלו המוארים ואלו שפחות, אנו מפנימים את המשמעות של "שְׁוִיִּיתִי יְהוָה לְנֶגְדִי תְּמִיד". ברגע שבו הנשמה, הגוף והרוח הופכים לאחד תחת עין האלוהות, אנו זוכים לנצח במאבק הפנימי ולצעוד בנתיב המיטבי עבורנו, מתוך הבנה שהכול הוא חלק מאיתנו.

תהליך זה יכול להיות מורכב. אל תחששו לבקש עזרה מקצועית נכונה עבורכם, כדי להעמיק את הלימוד והיישום.

דף עבודה: לאזן את האור והצל

1. זיהוי ה"צריכה העצמית":

חשבו על רגע שבו הרגשתם "רעב" שלא ידע שובע : לאוכל, לאישור, לכסף או לשליטה. האם באותו רגע הרגשתם מחוברים לסביבה או מנותקים ממנה? נסו להבין מה הרעב הזה באמת ממלא? מה הוא החוסר האמיתי? למה אתם באמת זקוקים ברגע הזה?

2. מבט בעיני החושך:

רשמו תכונה אחת שלכם שאתם נוטים לשפוט או להסתיר (ה"צל" שלכם). שבו ברצועת הפוטון ושאלו את התכונה הזו בשקט: "איזה שיעור באת ללמד אותי? ממה את מנסה להגן עלי?".

כתבו את התשובה שעולה מבלי לבקר אותה.

3. תרגיל החמלה המשותפת:

דמיינו שאתם יושבים על האדמה, ומשני צידכם יושבים ה"אני" האנושי שעושה טעויות וה"אני" האלוהי הנצחי.

שלחו חמלה לשניהם בו-זמנית. הרגישו איך הם מתמזגים ליישות אחת שלמה שהיא אתם.

4. לקיחת אחריות על הנתיב:

אם יש אדם שפגע בכם לאחרונה, במקום לשקוע בשנאה המצמצמת אתכם, שאלו את עצמכם: "איזו אחריות אני לוקח על השלווה שלי מעכשיו? איך אני בוחר באור ובחירות שלי למרות הפגיעה?".

פרק 5: איזון והרפיה, הדרך אל הלמידה הרכה

להיות באיזון אמיתי פירושו, בראש ובראשונה, לתת לעצמנו את החירות המלאה להיות לעיתים בחוסר איזון. איזון הוא לא מצב סטטי וקפוא, אלא תנועה מתמדת.

היציאה מהמרכז היא חלק מהותי ובלתי נפרד מהחזרה אליו; היא המאפשרת לנו את הדינמיות בחיינו.

חלק נכבד מתהליך הלמידה הנשמתי שלנו כרוך דווקא בשהייה במצבים של חוסר איזון שאינם נוחים לנו. המפתח הוא לשהות שם מבלי למהר "לפתור" אותם או לברוח מהם מתוך פחד.

אם נרגיל את עצמנו לשאוף אך ורק לאיזון מוחלט, כל תנודה קלה תעורר בנו ביקורת עצמית משתקת, שרק תנציח את חוסר האיזון ותמנע מאיתנו את הלמידה הטמונה בתוך חוסר הנוחות.

המעבר ללמידה מתוך הרפיה

המעבר ללמידה מתוך הרפיה, ולא מתוך מאמץ או שעבוד, הוא תהליך של מודעות יומיומית המזכיר את התרגול המתמיד של אהבה עצמית.

אין זה אירוע חד-פעמי, אלא נוכחות חיה הפועלת מתוך אהבה, בדומה לפעולת הנשימה המחברת אותנו לסנכרון הקוסמי.

בעוד שהאוטומט האנושי שעליו גדלנו מחנך אותנו שרק "עבודה קשה" ומאמץ מלחמתי מביאים תוצאות, עלינו להבין כי הגישה הזו מתישה את הנפש וסוגרת את הערוץ האנרגטי שלנו. מאמץ יתר פוגע במערכות יחסים ויוצר כאבים כרוניים, עייפות ומחלות. כאשר הגוף מאותת לנו בדרכים אלו, זוהי הזמנה לעצור ולשאול מתוך חמלה: "מה הכאב הזה מבקש לספר לי?". במקום להילחם בעצמנו ולשנוא את אותם חלקים שבאים לשמש לנו כמורים, אנו מוזמנים להקשיב להם.

התנגדות הגוף לקצב החדש

חשוב להבין כי ברגע שאנו בוחרים במודע להרפות מהמאמץ, הגוף עלול להפגין התנגדות ראשונית פשוט משום שהוא אינו מורגל בקצב החדש.

התנגדות זו יכולה להתבטא במחשבות טורדניות "אני עצלן", "אני מפסיד משהו" או בכאבים פיזיים נודדים.

עלינו להתייחס לסימנים אלו כאל חלק מתהליך הניקוי ולהרפות עוד יותר.

למידה מתוך הרפיה מייצרת איזון בין הרצון להתפתח, לבין היכולת להכיל את התהליך מבלי לגרום נזק מיותר למערכות הגוף והנפש.

כשאנו מרפים, אנו מגלים חוק קוסמי חשוב: כדי לקבל דבר מה מהיקום, עלינו ראשית להעניק אותו לעצמנו.

אדם המשתוקק לאהבה חייב לטפח אותה בתוך ליבו פנימה בטרם תהדהד אליו מהסביבה.

אנו ממליצים לכם לגשת גם לקריאת הספר הזה מתוך אותה הרפיה רכה.

תנו למילים להיכנס באהבה ובאיטיות, וסמכו על הקצב הנכון לכם בתהליך ההחלמה.

דף עבודה: לתרגל הרפיה בתוך חוסר האיזון

1. לשהות בתוך ה"לא נוח":

זהו רגע ביום שבו אתם מרגישים חוסר איזון: כעס, עייפות, בלבול... במקום לנסות "לתקן" את המצב מיד, שבו בשקט למשך שתי דקות ופשוט הרגישו את חוסר הנוחות בגוף. אמרו לעצמכם: "מותר לי להיות לא מאוזן כרגע".

שימו לב איך התחושה משתנה כשמפסיקים להילחם בה.

2. זיהוי "העבודה הקשה":

רשמו תחום אחד בחייכם שבו אתם פועלים מתוך מאמץ יתר, מתח או תחושת שעבוד. איך היה נראה התחום הזה אם הייתם מכניסים לתוכו קצת יותר הרפיה ונשימה?

מהי הפעולה הקטנה ביותר שאתם יכולים להרפות ממנה היום?

3. דיאלוג עם הכאב:

אם יש לכם כאב פיזי או אי-נוחות, דמיינו שאתם שואלים את המקום המכווץ: "מה באת ללמד אותי על הקצב שלי?".

רשמו את המחשבה הראשונה שעולה לכם, ללא שיפוט או היגיון.

4. נתינה עצמית כתנועה ליקום: חשבו על משהו שאתם מאוד רוצים לקבל מהסביבה: הערכה, חום, הקשבה...

הקדישו חמש דקות היום להעניק את הדבר הזה לעצמכם באופן יזום.

שימו לב איך זה משפיע על רמת המתח שלכם מול אחרים.

פרק 6: אהבה כמהות, השער אל הדלתות

האהבה שלי לעצמי אינה תלויה בדבר. היא מהווה הכרה עמוקה ומוחלטת בכל החלקים המרכיבים אותי: הגוף, הנפש, ההווה והנשמה. בין אם אלו חלקים שאני כבר אוהב ובין אם אלו חלקים שאני עדיין מתקשה לקבל.

כאשר אני מסכים לצעוד בדרך ולקבל את עצמי כפי שאני, אני מבין שאני מצוי בתהליך תמידי של השתנות. אני כלי שלם המכיל בתוכו גם מגרעות, והיכולת שלי להפוך לשלם יותר תלויה במוכנות שלי לפעול מתוך דחף של יצירה ולא מתוך כיווץ של פחד. כישות חווה, אינני מוגבל בהתפתחותי האינסופית.

החיבור לבורא: מאל מעניש לאב רוחני

הצד המשלים של האהבה העצמית הוא האהבה לבורא, שהוא חלק בלתי נפרד ממני.

זוהי אהבה ללא סייג המקבלת את הבורא לא כיישות דתית מפחידה או מענישה, אלא כאב רוחני האוחז בידי ומוביל אותי אל ה"ארץ המובטחת" הפרטית שלי. הבורא הוא חלק מנשמת: בעוד חלק קטן ממנה שוכן בגוף הפיזי, חלקה הגדול מצוי במימדים העליונים, מתקשר עמי ומחבר אותי אל מקור השפע האינסופי. שפע זה כולל בריאות, כסף, זוגיות ומשפחתיות, כל אלו זמינים עבורי ככל שאני מוכן לקבלם דרך צינור האהבה העצמית והחיבור לבורא. על כל אחד ואחד מאיתנו להבין ולהטמיע שהאנרגיה הזו נובעת מהידיעה שאני והבורא מקשה אחת של יקום אינסופי.

במצב של "שְׁוִייתִי יְהוָה לְנֶגְדִי תָמִיד", עלי לאמץ את האיכויות האלוהיות של אהבה ללא תנאי ולהחיל אותן גם על אותם אנשים שקשה לי איתם, על אלו שפגעו בי או שאני מתקשה לשאת את נוכחותם. הסיבה לכך היא שרק דרך חמלה כלפיהם וכלפי עצמי, אוכל לשחרר את עצמי מהכבלים הרגשיים ולחוות איזון אמיתי. אהבה ללא תנאי אינה אומרת חציית גבולות, באהבה ללא תנאי לעצמי אני שומרת על הגבולות הנכונים וההכרחיים עבורי.

במקרים של טראומה, צריך עזרה רגשית מקצועית כדי להגיע לזה וזה ממש חשוב לקבל אותה כשצריך.

שלושת רבדי האהבה

א. אהבה כמהות וכתודעה:

האהבה היא כוח אינסופי המבוסס על ההסכמה שאני ראוי לקבל ולהעניק מאורות הבריאה. היקום כולו נבנה מאהבת הבורא את עצמו, ואנו נבראנו כחלק מאותה אהבה. עלינו ללמוד מחדש לאהוב את הגוף והנשמה כיישות אחת. הבורא אינו שופט ואינו פועל מתוך אגו אנושי של שכר ועונש, אלו הן תבניות של דתות ממסדיות שנועדו לשלוט.

העידן הנוכחי מאפשר לנו להתחבר ישירות לחוויה האלוהית בחופש ובכבוד, מתוך ידיעה שאהבת הבורא אלינו היא נצחית וקבועה, ללא קשר למעשינו.

ב. אהבה מתוך אי-ידיעה כמקור של צמיחה:

עלינו לאהוב את עצמנו ואת הבורא גם כאשר מהותם אינה מובנת לנו עד תום. אי-הידיעה נתפסת לעיתים כחוסר אונים בגלל הסגידה של העולם המודרני לשכל ולמידע, אך למעשה גלומות בה אינספור אפשרויות.

התרגול הרוחני העמוק ביותר הוא להיות בחוסר ידיעה ממקום של כוח, לקבל את ה"קוד האלוהי" בשלבים, ולהבין שדווקא במקום שבו אנו מוותרים על השליטה השכלית, צומחת הלמידה התודעתית המשמעותית ביותר.

מהו הקוד האלוהי?

הקוד האלוהי הוא ההתחברות וההתהוות עם הבורא. כל החלקים שלנו יוצרים בתוכינו התהוות אלוהית, החיבור הזה יוצר הוויה שמתממשת בתוך הגוף הפיזי. הקוד האלוהי הוא החיבור בין הגוף לבין הרוח. לא רוח בנפרד ולא גוף בנפרד ולא נפש בנפרד.

הקוד הוא החיבור.

הקוד האלוהי מאפשר לאדם להיות בחיבור לאהבה ללא ידיעה מה היא תביא איתה, בלי תנאים.

ג. אהבה ללא תנאים למכלול השלם:

האהבה האמיתית אינה תלויה בדבר חיצוני, אלא בעצם הווייתנו ובאמון שאנו נותנים בדרך. כאשר אנו חיים באהבה כזו, אנו יכולים גם להיפרד מהעולם בשלום ובהרמוניה יקומית, ללא סבל מיותר, כיוון שהפחד מהמוות (הנובע מפחד מחוסר שליטה) מתפוגג בתוך הביטחון שהבורא מוביל אותנו אל הטוב העליון.

המעבר דרך * "דלתות" התודעה, המעבר מתאפשר אך ורק דרך שער האהבה.

אלוהים הוא אהבה, הבנה וחמלה. כאשר אנו לוקחים אחריות מלאה על מחשבותינו וכוונותינו, אנו יוצרים שיווי משקל חדש המאפשר לנו לרפא את גלגולי העבר ולהתקדם אל עבר האור.

* הרחבה על דלתות התודעה בפרק הבא.

דף עבודה: תרגול אהבה כמהות

1. קבלה ללא סייג:

עמדו מול המראה, הביטו לעצמכם בעיניים ואמרו בנחת: "אני אוהבת את כל החלקים שבי, גם את אלו שאני עדיין רוצה לשנות". שימו לב לביקורת הפנימית שעולה; במקום להילחם בה, שלחו לה חיוך של חמלה.

2. הסרת התנאים מהבורא:

חשבו על אמונה ישנה שיש לכם לגבי "שכר ועונש" או על תחושה שאלוהים כועס עליכם. דמיינו שאתם מוחקים את התנאי הזה ורואים מולכם "אבא רוחני" שרק רוצה לאחוז בידכם.

איך התחושה בגוף משתנה כשהאיום מוסר?

3. שהייה בחוסר ידיעה:

בחרו נושא בחייכם שבו אתם מרגישים חוסר ודאות גדול. במקום לנסות למצוא פתרון שכלי מייד, אמרו לעצמכם: "בתוך האי-ידיעה הזו גלומות אינספור אפשרויות טובות עבורי". נשמו אל תוך המרחב הפתוח הזה והרפו את הכתפיים.

4. ריפוי דרך אהבה:

חשבו על כאב פיזי או על אדם שמעורר בכם קושי. דמיינו שאתם שוטפים את הכאב או את דמותו של האדם באנרגיה של "אהבת חינם" (כמו מים זהובים), ללא שום ציפייה לשינוי.

האם המחסום שבתוכם מרגיש מעט יותר רך עכשיו?

פרק 7: הדלתות - שערים לידע קוסמי ולאחדות פנימית

כדי שהחלק האלוהי השוכן בתוכנו יוכל להתחבר במלואו לאנרגיית הבורא ולידע קוסמי רב-ממדי, עלינו למצוא את ה"דלתות".

אלו הם שערים אנרגטיים המובילים אותנו ליקומים מקבילים שבהם טמונה הברכה והתודעה הגבוהה. חיבור זה מאפשר לנו לפרק את המחסומים התודעתיים המעכבים את התפתחותנו כאן, על יקום אדמה.

כל יקום כזה נושא תדר וידע ייחודיים שעלינו להטמיע כדי לעלות בסליל התודעה האינסופי אל הבורא.

המטרה היא ללמוד בצורה שקטה, מאוזנת ומרובדת, תוך שמירה על הקשבה פנימית המאפשרת לנו לקבל את הקצב שהבורא מציב לפנינו באהבה ובשלווה.

המעבר אל הלא-נודע

ברגע שבו אנו מוכנים להיפתח אל הידע המגיע מיקומים אחרים, עלינו להסיר את הדעות הקדומות, את הפחדים ואת מגבלות חמשת החושים שבהם חונכנו. כדי לקבל את הידע במלואו, על כל העומק שלו ועל כל רבדיו, עלינו להסכים להתבונן בידע החדש ללא שיפוט, גם אם הוא סותר את תפיסותינו המוקדמות או "לוחץ" על יבלות ומחסומים שטרם פירקנו. בדרך כזאת נוכל לשהות בתוך ידע שהוא מורכב, להעמיק בו, להבין איך הוא משפיע על החיים שלנו ועל החיים של אנשים אחרים. במידה ויש שיפוט ודעות קדומות, היכולת שלנו לקבל ידע מצטמצמת.

החיבור ליקומים הללו פותח ספקטרום אינסופי של תדרים שנועדו להנגיש לכל אחד את הידע בדרך שיוכל להכילו, במטרה לקצר את הסבל האנושי. עלינו רק לוודא שהידע ניתן באהבה וללא תנאים מקדימים. יקום אדמה הוא המעבדה המתגרת והדחוסה ביותר של הבריאה, ודווקא הקיצוניות שבו היא זו המאפשרת לנו לחוות את פריצות הדרך הגדולות ביותר, בעזרת הגשרים והדלתות אל המקורות הגבוהים.

מעבר האנרגטי והדלת האדומה

הדלתות הן סדרה אינסופית של מעברים אנרגטיים המגשרים בין חלקי הנשמה שלנו המתקיימים בו-זמנית במימדים שונים.

כל מעבר כזה מאפשר גישה לידע נשמתי עמוק יותר המשפר את יכולת הדיוק בריפוי ובחווית המכלול היקומי.

הדלת הראשונה והחיונית ביותר היא הדלת האדומה.

אדום הוא צבע האדמה והצ'אקרה הראשונה (צ'אקרת הבסיס). כדי לעבור בה, אדם נדרש לעבד ולאבד את עברו: ללמוד לחיות עמו בשלום ובשלווה, גם אם היה קשה או כואב, ולהסכים להביט קדימה אל הלא-ידוע בסקרנות.

המעבר בדלת הוא החיבור האולטימטיבי לאלוהות שבנו.

הוא דורש סנכרון בין הניצוץ הפנימי ליישות-העל של הבורא. ברגע שבו אנו נוגעים בדלת, אנו מסכימים להיות חלק מבריאה משותפת ולהנכיח את היסוד האלוהי בתוכנו בעודנו שוכנים בגוף פיזי.

הדלת האדומה מסמלת את האחדות הנכספת בין החומר לרוח: מצב שבו אנו נהנים מהעולם הפיזי ומהגוף מבלי להשתעבד להם. כאן, הפיזי והרוחני אינם נפרדים אלא מהווים מקשה אחת המגדירה את ייעודנו.

הסתגלות לתדר החדש

חשוב להיות מוכנים לכך שלאחר המעבר האנרגטי בדלת האדומה עשויה להגיע טלטלה רגשית. הגוף הפיזי זקוק לזמן כדי להסתגל לתדר הגבוה של הגוף האנרגטי. הדבר יכול להתבטא ברגישות גדולה, במצבי רוח משתנים ובציפה של זיכרונות מהעבר שיש לתת להם מקום וחמלה. הדלת האדומה היא רק ההתחלה. לאחריה מופיעות במרחב התודעתי אינספור דלתות נוספות, שכל אחת מהן מאפשרת לשחרר טראומות קארמתיות נוספות ולתת לבורא לרפא אותנו מתוך הרפיה מוחלטת.

אנחנו חוזרים בספר ומדגישים, במידה ויש טראומות, חשוב לא לטפל בהם לבד וללכת לאנשי מקצוע מוסמכים לעזרה רגשית ואז העבודה הרוחנית משלימה את העבודה הרגשית.

דף עבודה: המפגש עם הדלת האדומה

1. עיבוד העבר:

שבו ברגע של שקט וחשבו על אירוע מעברכם שעדיין גורם לכם כיווץ בלב או רצון לברוח. דמיינו שאתם מניחים את האירוע הזה על סף הדלת האדומה. האם אתם מוכנים להפסיק לתת לו להיות עוגן המעכב אתכם?

כתבו הצהרה: "אני בוחר לחיות בשלום עם עברי כדי לפנות מקום ללא-ידע המבורך".

2. מדיטציית הדלת האדומה:

עצמו עיניים ודמיינו את עצמכם עומדים מול דלת גדולה בצבע אדום עמוק ומזמין. הרגישו את החום של הצבע ואת החיבור שלו לאדמה היציבה. שימו לב למה שאתם מרגישים בגוף כשאתם רק מניחים יד על הידית. האם יש שם סקרנות? חשש? פתיחות? נשמו אל תוך התחושה. תעברו בדלת - מה אתם לומדים מהמעבר?

3. איזון חומר ורוח:

רשמו דבר אחד פיזי שאתם נהנים ממנו מאוד : אוכל טוב, בגד נעים, טיול בטבע.. ודבר אחד רוחני שמעניק לכם שלוה. נסו להרגיש בלב איך שניהם מקודשים באותה מידה בבריאה. איך הידיעה שהחומר אינו "נחות" משנה את רמת ההנאה שלכם מהחיים היום?

4. הקשבה לתגובת הגוף:

אם עברתם תהליך רגשי חזק היום, שימו לב אם הגוף שלכם מרגיש עייף או רגיש יותר. במקום להילחם בעייפות, אמרו לעצמכם: "אני נותנת לגוף הפיזי שלי את הזמן והמרחב להסתגל לתדר החדש".

מה הגוף מבקש מכם ברגע זה : מנוחה, כוס מים, שקט?

פרק 8: קפיצה קוסמית, ריפוי בזמן קוונטי

הקפיצה הקוסמית היא הדרך המופלאה שבה הבורא מקדם אותנו בקפיצת מדרגה תודעתית והתפתחותית. היא יוצרת חיבור ישיר ורב-עוצמה בין המקום שבו היינו לפני הקפיצה לבין ההבנות העמוקות שמתהוות אחריה. העדות לקיומה של הקפיצה היא התחושה הברורה שהשינוי כבר כאן, עומק של הבנות שממשיכות להיפתח ולהתבהר בתוכנו גם בזמן שאחרי. עלינו להבין כי קפיצות קוסמיות אלו מתרחשות כל העת כאשר אנו מצויים בעבודה רוחנית הנובעת ממקום אוהב ומקבל, ולא ממקום קשה או שיפוטי.

ברגע שאנו מוכנים להתבונן בכנות, להסכים להרפות ממה שאינו משרת אותנו ולאפשר לידע חדש לזרום פנימה, אנו יוצרים בתוכנו את המרחב המאפשר לקפיצה להתרחש.

סנכרון הנתיבים ואדוות האור

אף שאין לנו מושג מתי או מדוע קפיצות אלו קורות בדיוק, ברגע שאנו מסכימים לעשות את הדרך והיא מסתנכרנת עם רצון הבורא, הפעולה שלנו יוצרת אדווה קוסמית.

אדווה זו מניעה לא רק את ההתפתחות האישית שלנו אלא גם את זו של מעגלינו הקרובים, המשפחה והסובבים אותנו, בתנועה הרמונית של בריאה ואהבה.

כדי להגיע לסנכרון מלא עם הבורא, עלינו לחבר את נתיב הנשמה של הגלגול הנוכחי עם נתיב הנשמה העליונה, המחזיקה את שרשרת הגלגולים כולה. בכך אנו מאחדים את כל חלקינו, בזמן שהבורא מסנכרן את הנתיבים הללו למען לימוד הדדי ויצירת אור הזורם ממנו אלינו ומאיתנו אליו בחזרה. הסנכרון הזה הוא מסע חיינו, הוא לא נקודה אחת בזמן.

קפיצה זו דורשת מאיתנו הבנה שאין אמת מוחלטת, אלא הבנה שהאמת מתהווה ומשתנה בהתאם להתפתחות. חיבור למהות של האמת באותה הנקודה לעומק המשתנה שלה וחיבור לאמת הפנימית שלנו.

הם אלה יוצרים את הסנכרון. הוא זה שמשנה את "תרשים הזרימה" הנשמתי שלנו: הוא סוגר אופציות ישנות ופותח הזדמנויות חדשות להתפתחות מואצת.

זמן ליניארי מול זמן קוונטי

חלק מהותי מהתהליך הוא הסבלנות והנכונות לשהות בתוך ה"לא נודע", ולהסכים לא לדעת את מה שאיננו יודעים. בזמן הנכון, הידע יתבהר מעצמו ויכין את הקרקע לקפיצה הבאה.

חשוב להבין את ההבדל: בעוד שההתקדמות בעולם הפיזי נעשית לפי זמן ליניארי, צעד אחר צעד, הקפיצה הקוסמית מתרחשת בזמן קוונטי: מרחב שבו אין עבר, הווה או עתיד נפרדים. לכן, תהליכים שיכולים להימשך שנים בזמן הליניארי עשויים להתהוות ברגעים בודדים של קפיצה קוסמית, ולהשפיע לטווח ארוך על כל מהותנו.

הנחיתה והקרקע

לעיתים הקפיצה מתרחשת ללא ידיעתנו המוקדמת ואנו מבינים אותה רק בדיעבד, דרך תחושת שחרור, התעלות או אחדות מוחלטת עם היקום. אם זאת עלינו להיות מודעים גם ל"נחיתה על הקרקע" שאחרי הקפיצה שעלולה להביא עמה עייפות גדולה הנובעת מהפער בין הגוף הפיזי לאנרגיה העצומה שקיבלנו. הפער בין התדר האנרגטי העצום שקיבלנו לבין המוגבלות של הגוף הפיזי עלול להביא עמו עייפות גדולה.

כדי לאזן זאת, עלינו להתחבר לצינורות הבריאה ולהחזיר לעצמנו אנרגיה דרך מנוחה, תזונה מיטיבה והנאה מהגוף הפיזי. שהייה בהכרת תודה עמוקה לבורא, למלאכים ולעצמנו על המסע המופלא שעברנו היא המפתח להטמעה מוצלחת של הקפיצה בתוך חיי היום-יום.

דף עבודה: הכנה ועיבוד של קפיצה קוסמית

1. סנכרון הנתיבים:

שבו ברצועת הפוטון ופנו לבורא במילים שלכם: "אנא עזור לי לסנכרן את הנתיב שלי בגלגול הזה עם נתיב הנשמה העליונה שלי. הראה לי את הצעד הבא שעלי לעשות". שימו לב אם עולה תמונה, מילה או תחושת כיוון עדינה, תקשיבו לה, תאמינו למה שעולה.

2. הסכמה לאי-ידיעה קוונטית:

חשבו על תהליך בחייכם שמרגיש תקוע או נמשך זמן רב מדי. אמרו לעצמכם: "אני משחררת את התלות בזמן הליניארי ומסכימה לקפיצה קוסמית שתפתור את הנושא ברגע אחד של חסד".

שימו לב איך המחשבה הזו משפיעה על רמת המתח בכתפיים ובלב.

3. זיהוי האדווה:

הביטו על האנשים הקרובים אליכם: משפחה, חברים. איך השינוי שאתם עוברים בקריאת הספר משפיע עליהם? האם אתם מזהים שינוי בתגובות שלהם או באנרגיה בבית? כתבו על "אדווה" חיובית אחת שזיהיתם.

4. טקסי קרקוע, אחרי קפיצה:

אם חוויתם רגע של "וואו" או הבנה מטלטלת, הכינו לעצמכם רשימת קרקוע: מהו האוכל שמרגיע אתכם? איזו פעילות גופנית עדינה עוזרת לכם לחזור לגוף? רשמו 3 דברים שאתם מודים עליהם לבורא ולעצמכם ברגע זה.

פרק 9: הסכמים נשמתיים, התרה, שינוי ושחרור מהעבר

הסכם נשמתי הוא חוזה מקודש הנחתם בין נשמות עליונות טרם רדתן אל הגוף הפיזי.

מטרתו העיקרית היא לאפשר לנשמה לממש את פוטנציאל הלמידה שלה ולהגיע להארה בנושאים שנבחרו מראש. חשוב להבין: הסכם כזה אינו "טוב" או "רע" בבסיסו; הוא מהווה הזדמנות לגדילה בתוך "אשכול נשמות" קבוצת נשמות בעלות תדר דומה המגיעות ללמידה משותפת על פני כדור הארץ.

כך למשל, אם בגלגול קודם לא עלה בידינו להציל אדם קרוב, אנו עשויים לרדת שוב תחת הסכם המאפשר לנו לנסות ולהצילו בגלגול הנוכחי. דרך הקשר הזה, אנו לומדים את גבולות האחריות האישית שלנו: אנו מבינים שאנו אחראים על הפעולה, בעוד הבורא אחראי על התוצאה. הבנה זו היא המפתח לשחרור שתי הנשמות מתלות הדדית מעיקה.

התמרוצים לזיהוי הסכם נשמתי

כדי שנוכל לזהות את קיומם של הסכמים אלו בחיינו, עלינו לשים לב לשלושה תמרוצים עיקריים המעידים על קשר קארמתי עמוק:

1. נשמות תאומות (Soul Mates): קשר כנה, פתוח ועמוק באופן יוצא דופן. הוא מלווה בתחושת היכרות עתיקה שבה הטוב רק הולך ומתעצם עם הזמן, גם בתוך עליות ומורדות.
2. קשרים תקועים: מערכת יחסים שאינה מתנהלת בהרמוניה למרות רצון כנה של הצדדים. תחושות של עוול או חוסר סנכרון מונעות מהקשר לעבוד, אך באותה מידה אינן מאפשרות לנתק אותו. זהו סימן לשיעור נסתר שטרם הושלם.
3. מערכות יחסים קטסטרופליות: קשרים קשים, רוויי תלות לא בריאה או סבל רב, שבהם קיימת חוסר יכולת להתנתק. אלו מעידים על הסכם נשמתי סבוך ומכאיב שחובה עלינו להתיר כדי להשתחרר מהלמידה הכואבת.

מלאכת התרת ההסכם ושינויו

לאחר שזיהינו את התמרורים, עלינו לפנות להדרכה העליונה כדי להבין את "סעיפי החוזה". רק מתוך הבנה זו נפתחת האפשרות לבחור בשינוי ההסכם לטובת כל הצדדים.

מכיוון שהסכם הוא חוזה דו-צדדי, הריפוי האידיאלי מתרחש כאשר שני הצדדים על פני האדמה מסכימים על התרתו. ואולם במקרים שבהם הצד השני מתכחש, אינו פתוח להידברות או שאינו בין החיים, ניתן לבצע את התיקון במימד העליון. בעזרת ליווי רוחני וישויות אור, ניתן לשחרר את הקשר לטובתם העליונה של כל המעורבים.

היתרון העצום בהתרת הסכם נשמתי הוא הניקוי המתרחש על פני כל ציר הזמן. כל סוגיה שאנו פותרים כעת מנקה את העבר ואת העתיד כאחד. היא חוסכת מאיתנו את הצורך לשחזר את הסבל בגלגולים הבאים ומאפשרת לנו להתקדם לשלבי למידה גבוהים יותר, כאלו המבוססים על סקרנות, חקרנות ואהבה. רק באהבה ננצח.

דף עבודה: זיהוי והתרה של חוזים נשמתיים

1. מיפוי מערכות יחסים:

רשמו את שמותיהם של שלושה אנשים בחייכם שאתם מרגישים אליהם קשר "לא רגיל" לטובה או לרעה. ליד כל שם, ציינו איזה תמרור מופיע שם: האם זו נשמה תאומה, קשר תקוע או קשר קטסטרופלי?

2. פנייה להדרכה:

שבו ברצועת הפוטון, עצמו עיניים ובקשו מההדרכה העליונה: "הראו לי מהו הסעיף המרכזי בהסכם שלי מול [שם האדם]".

שימו לב למחשבה הראשונה שעולה: על מה הסכמנו? תאמינו למה שעולה.

הסכמה לשחרור:

אם זיהיתם הסכם שמסב לכם סבל, אמרו בלב או בקול: "אני מודה על הלמידה שהסכם זה איפשר לי עד כה, וכעת אני מבקשת מהבורא ומהנשמה העליונה שלי להתיר ולשנות אותו לטובתי העליונה ולטובת הצד השני". שימו לב לתגובת הגוף, האם יש הקלה בנשימה?

3. דמיון עתידי:

דמיינו את עצמכם משוחררים מהכבלים של ההסכם הזה. איך נראים החיים שלכם כשאתם פועלים מתוך בחירה חופשית במקום מתוך מחויבות קארמתית מעיקה?

כתבו פעולה קטנה אחת שתעשו היום כדי לחגוג את החופש הפנימי החדש שלכם.

פרק 10: גבולות ההכרה, מהרחם אל האינסוף

ההכרה שלנו היא מארג מורכב ומרתק, המורכב מכלל החוויות שצברנו לאורך הדרך מול הורים, משפחה, מורים וחברים. אלו הן חוויות של למידה, צפייה וחיבור המהוות את המשתנים הגלויים שאנו מודעים אליהם בחיי היום-יום.

אולם, גבולות ההכרה האמיתיים שלנו משתרעים הרחק מעבר למודע. הם מגיעים אל עבר הסכמים נשמתיים ואירועים שהתרחשו בגלגולים אחרים, המשיקים למציאות חיינו הנוכחית ומשפיעים עליה בצורה סמויה. מבלי שנבין זאת תמיד, זיכרונות עתיקים אלו הם המקור לדחפים הבלתי מוסברים או למחסומים העקשים ביותר שלנו.

הרישום הראשוני: התודעה העוברית

עלינו להבין כי המכלול המעצב את הילד ואת הכרתו מתחיל עוד בהיותו ברחם אימו. העובר אינו רק "גוף מתפתח", הוא ישות חשה הרושמת בתוך גבולות הכרתה את כל מה שמתרחש סביבו. הוא חווה האם היה רצוי ואהוב, האם רצה לצאת לעולם או שחש פחד ודחייה. כל אלו מעצבים את תחילת דרכו מהרגע הראשון עלי אדמה.

לעיתים, הנשמה מגיעה עם "מטען פתרונות" מגלגולים קודמים שנועדו ללימוד מול המשפחה הנוכחית. אך כאשר המשפחה כופה על הילד רצונות הסותרים את נתיבו הנשמתי, נוצרת התנגשות המעוררת מלחמות עולם פנימיות, התמרדות ואגו. לכן, עלינו לסרוק את הכרתנו מההיריון ואילך, ולפרוץ את הגבולות מהמוכר והידוע אל עבר הלא-נודע. רק שם נוכל להחליף דפוסים מכשילים בתובנות חדשות המדויקות להתפתחותנו.

איך נזהה ונרחיב את גבולות ההכרה?

זיהוי גבולות ההכרה מתחיל בשאלת שאלות נוקבות:

איך אני מבין את עצמי? איך אחרים רואים אותי? מה חוסם אותי מלהתפתח למקומות הנכונים למרות הרצון העז? התשובות לשאלות אלו דורשות מאיתנו לעבור דרך הפחד והכאב, לא כדי לסבול, אלא כדי לאפשר ל"ילד הפנימי" לצמוח ולהרגיש מוגן בתוך חוקיות הבורא.

הכוונה היא להפסיק את המאבק על "מי שאני", למסור את המפתחות לבורא וללכת אל הלא-נודע באמונה מלאה. תהליך זה אינו חייב להיעשות במאמץ; הוא יכול להתרחש בשקט ובהתמדה ובעקביות מתוך אמונה בעצמינו ובלווי הרוחני שלנו.

הנשמה מהירה, הגוף לומד לאט

חשוב להבחין בין מהירות התיקון האנרגטי של הנשמה לבין קצב ההטמעה של הגוף הפיזי. בעוד שהנשמה מתקנת את עצמה כהרף עין, לגוף הפיזי לוקח זמן להנכיח את השינוי. הגוף עטוף בשבע הילות המקבילות לצ'אקרות ומשמשות כפילטרים מווסתים. לכן, הבנה חדשה עשויה להתקבל בתחילה בהלם, הכחשה או אפילו כאב פיזי.

עלינו לתת לתובנות זמן לשקוע. רק כאשר ההכרה מסתנכרנת עם הגוף הפיזי, מתאפשר ריפוי מלא למחלות ולטראומות.

חשוב להדגיש: בטראומות מורכבות בגוף הפיזי יש צורך בעזרה נפשית מקצועית, ריפוי אנרגטי לבדו לא מספיק כדי להשלים את התמונה.

כאשר אנו מאפשרים לעצמנו לפגוש ולעבד, את חוויית העבר ולהבין שהייתה זו בחירה נשמתית לחוות שיעור מסוים, אנו נפתחים למציאות חדשה.

גבולות ההכרה הופכים אז לאוקיינוס אינסופי שיכול להכיל טלטלות ולצמוח מהם, באהבה ובהכרת תודה.

דף עבודה: חקירת גבולות ההכרה

1. סריקה אל תוך הרחם:

הקדישו רגע של שקט ברצועת הפוטון. נסו לדמיין את עצמכם כעוברים ברחם. האם אתם מרגישים שם נינוחות או אולי כיווץ?

שלחו לעובר שהייתם אור זהוב ואמרו לו: "אתה בטוח, אתה אהוב, יש לך מקום יקר בעולם הזה".

2. שאלות של פריצת גבולות:

בחרו דפוס אחד שבו אתם "רוצים לזוז ולא מצליחים". למשל: קושי להציב גבולות, פחד מכישלון. שאלו את עצמכם: "איך אני רואה את עצמי בתוך הדפוס הזה? ואיך אלוהים, שאוהב אותי ללא תנאי, רואה אותי באותו רגע?".

כתבו את ההבדל בין שתי נקודות המבט.

3. זיהוי הקצב הפיזי:

חשבו על תובנה גדולה שהייתה לכם לאחרונה. האם הגוף שלכם "הסכים" איתה מיד, או שהרגשתם עייפות או התנגדות? רשמו איך אתם יכולים לתת לגוף שלכם יותר מרחב להטמיע את הידע: שינה, אמבטיה חמה, הליכה בטבע...

4. מסירת המפתחות:

דמיינו שאתם מחזיקים ביד צרור מפתחות המייצג את השליטה שלכם בחיים. דמיינו שאתם מוסרים את הצרור לבורא ואומרים: "אני מוכנה ללכת ללא-נודע מתוך ידיעה שכל מה שקורה הוא לטובתי העליונה". מהי התחושה הראשונה שעולה בלב ברגע המסירה?

פרק 11: תהליך סליחה וחמלה, מהקורבנות אל החירות

העיקרון המנחה אותנו במסע הזה הוא "לא תחסם שור בדישו".

במשמעותו העמוקה, הדבר אומר שעלינו לעולם לא לחסום את הדרך להתפתחות. זה נכון גם מאחר והדרך עצמה משמעותית יותר מהאדם או מהנשמה הצועדים בה, וגם מאחר ותמיד תישאר עבודה נוספת לעשות וזהו מצב תקין ומבורך.

דוגמה מרכזית לעבודה זו היא הוויתור על תודעת הקורבנות. זהו תהליך המתחיל בזיהוי אמיץ של עצמנו כקורבנות, משימה שאינה פשוטה כלל ודורשת מודעות עמוקה ולעיתים עזרה רגשית מקצועית. הקורבן הקלאסי חי בתחושה מתמדת ש"כולם נגדו", שאיש אינו מבין אותו ושכל רצון הסובבים הוא להרע לו. במצב זה, האדם הופך לשקוף, גם בעיני עצמו וגם בעיני העולם.

המלכודת השקופה של הקורבן

הקורבן הולך בודד בעולם, שקוע בתוך מציאות שלילית שהוא מתעב אך אינו מצליח להיחלץ ממנה. ככל שהוא משתוקק לאהבה, כך הוא מגיב בכעס ובקוצר רוח, שמייצרים עוד התנגדות מהסביבה ומעצימים את הפלונטר. הוא פועל מתוך הסכמות פנימיות עתיקות מבלי להבין שהן אלו שמנהלות אותו.

עלינו להבין: הקורבנות היא בדרך כלל בחירה שנעשתה שלא ביודעין, או שיעור שהנשמה בחרה לעבור כדי ללמוד כיצד לצאת ממנו. במקום לקבל את תפקיד "הכבשה השחורה" שהמשפחה או החברה מנסות להצמיד לנו, עלינו לראות את עצמנו בעיני עצמינו, ככבשה צבעונית ויפה. כזו שאינה חייבת להיטמע בעדר או לסבול ממנו, אלא יכולה להחזיר לעצמה את זהותה הייחודית בתהליך של אהבה וסליחה.

הנס שבשינוי הפעולה

הצעד הראשון לחירות הוא סליחה מוחלטת לעצמנו על כל מה שעשינו, ביודעין או שלא, בגלגול זה או באחר. זהו דף חדש שבו אנו משנים את מעשינו וכוונותינו, מתוך ידיעה שאנו אחראים על הפעולה, בעוד הבורא אחראי על התוצאה.

כאשר אנו מתייצבים באומץ מול ההתקרבות, בוחרים לפעול בדרך הפוכה ממנה, מתרחש הנס. קיימת חוקיות אלוהית: אם אנו משנים את התדר ופועלים מתוך אחריות, הבורא יוצר עבורנו מציאות חדשה והרמונית. לעיתים הוא אף "מכופף" את חוקי הטבע כדי לסייע לנו לתקן ולהפוך לאלו שיושיטו יד לאחרים ללא שיפוט.

ישנו אלמנט כמעט טרגי-קומי בלהיות קורבן:

הרגע שבו נופלת ההכרה שציפינו מאחרים לתקן את הטעויות שלנו, או שחשבנו ש"מגיע לנו" דבר מה רק בגלל שסבלנו. ברגע שההבנה הזו מגיעה, אנו הופכים מ"ליצן חצר" שקוף לאדם יוצר ופורה, המשתמש בלמידת השלילה של העבר כדי לבנות עתיד מאור פנים.

סליחה הוא תהליך עמוק ולא תמיד פשוט.

בטח בפגיעה שיוצרת טראומה. אנחנו ממליצים בחום בעת הצורך, לפנות לעזרה נפשית מקצועית, במידה ומה שכתבנו הוא 'גדול' מידי עבורכם.

דף עבודה: מהקורבנות אל החמלה והחירות

1. זיהוי הקול הקורבני:

רשמו משפט אחד שאתם אומרים לעצמכם לעיתים קרובות ומתחיל במילים: "למה תמיד לי...", "אף אחד לא מבין ש...", או "זה לא פייר ש...". הביטו במשפט הזה מהצד: האם זה קולו של הקורבן בתוכם? איך הייתם מנסחים אותו מחדש מנקודת מבט של לקיחת אחריות? למשל: "אני בוחרת ללמוד איך להתמודד עם...".

2. הסליחה הגדולה:

שבו ברצועת הפוטון, עצמו עיניים וחשבו על טעות מהעבר שמכבידה עליכם. אמרו לעצמכם בלב שלם: "אני סולחת לעצמי על מה שעשיתי מתוך חוסר ידיעה או כאב. אני מסכימה לפתוח דף חדש". האם הלב מרגיש מעט קל יותר עכשיו?

3. מהכבשה השחורה לצבעונית:

דמיינו את עצמכם בתוך ה"עדר" שלכם משפחה, עבודה. במקום לנסות להשתלב או להרגיש דחויים, דמיינו שאתם נצבעים בצבעים זוהרים, מיוחדים ושמחים.

איך התחושה להיות "שונה לטובה"? האם אתם מוכנים להפסיק לבקש אישור מהעדר ופשוט להיות אתם?

4. בקשת נס מהבורא:

חשבו על פלונטר בחייכם שמרגיש ללא מוצא. פנו לבורא ואמרו: "אני מתחייבת לעשות את הפעולה הנכונה והפוכה מהקורבנות. אנא עזור לי ביצירת התוצאה ובמתן הנס לו אני זקוקה". איזו פעולה קטנה והפוכה לקורבנות אתם יכולים לעשות כבר היום? למשל: לבקש עזרה במקום לצפות שינחשו אותה, או לחייך לעצמכם במראה.

פרק 12: רוח משפיעה על חומר, סוד התדר האנרגטי

עלינו להבין כי כל דבר הקיים ביקום, ללא יוצא מן הכלל, הוא אנרגיה בעלת תדר ייחודי. חלק מהדברים נראים לנו מוצקים, חלקם מופיעים כנוזל או גז, וחלקם קיימים בתדרים שאינם נראים לעין האנושית כלל.

מכיוון שכל מרכיב בבריאה הוא בעל מטען אנרגטי, הוא נמצא במצב מתמיד של השפעה והשפעות מהתדרים הסובבים אותו. כאן פועל חוק קוסמי מכריע: ככל שהתדר גבוה וטהור יותר, כך גדלה יכולתו להשפיע על החומר המצוי בתדרים נמוכים ודחוסים יותר.

המטרה שלנו להכניס לתוך החיים הגשמיים שלנו, שהרבה מהתדרים שלהם הם נמוכים, תדרים גבוהים. ככל שהתדר יותר קרוב לתדר של הבורא, הוא יותר נקי וגבוה, הוא יכול להשפיע על תדרים נמוכים.

תדרים נמוכים הם: תבניות חשיבה שליליות מתמשכות, טראומות לא מטופלות ומעובדות, חומר גשמי, התמכרויות וכו'.

תדרים גבוהים הם: אהבה ללא תנאי גם שמאוד קשה לנו, הודיה ולו הקטנה ביותר, הסכמה להתחבר לתדר גבוה, שיתוף, פגיעות בזמן קושי, נתינה וקבלה וכו'.

הרוח כמעצבת החומר

הרוח שלנו, שהיא נגזרת ישירה מרוח הבורא, מהווה במהותה תדר אנרגטי גבוה מאין כמוהו. ברגע שאנו לומדים להתחבר לבורא מתוך תודעה של אהבה ללא תנאי, אנו יוצרים, התנהלות אנרגטית, המסוגלת להשפיע על כל חומר במציאות חיינו.

גוף האדם הוא חומר דחוס. על ידי התחברות מכוונת לתדרים הגבוהים של הבורא, אנו יכולים לבצע ניקוי יסודי של הגוף הפיזי מאנרגיות זרות וממשקעים אנרגטיים. אם תדרים אלו, הנובעים מטראומות, סכסוכים או הסכמים ישנים, נותרים ללא טיפול ומתבססים במערכת, הם עלולים להתגבש לכדי מחלה פיזית של ממש.

אחריות אנרגטית: מחשבה, מילה ופעולה

כל מחשבה שעוברת בראשו וכל מילה שאנו מוציאים מפינו יוצרות תדר המשפיע באופן המשכי על סביבתנו. זוהי אחריותנו האישית למצוא את הדרך לנקות את חוויות העבר הכואבות מהשדה האנרגטי שלנו.

לכל אדם קיימת היכולת המולדת ליצור תדרים שליליים הנובעים מכאב, אך באותה מידה טמונה בו היכולת ליצור תדרים חיוביים מתוך מודעות גבוהה ורצון עמוק לעזור לעצמו ולאחרים.

רוב בני האדם אינם תופסים את עוצמת ההשפעה שיש לאנרגיה שלהם על המציאות.

השפעה זו היא קיומית, כפי שניתן לראות בדוגמה של תינוק אשר ללא תדר האהבה והמגע האנושי, פשוט אינו יכול לשרוד, גם אם יש לו תזונה מספיקה.

האהבה היא התדר הגבוה ביותר, והיא הדלק ההכרחי לקיום החיים עצמם.

דף עבודה: העלאת התדר והשפעה על החומר

1. זיהוי התדר האישי:

הקדישו רגע להתבוננות פנימית ברצועת הפוטון. אם הייתם צריכים לתאר את התדר שבו אתם נמצאים כרגע כצבע או כצליל, מה הוא היה? האם הוא מרגיש נמוך ודחוס כבד או גבוה וקליל? אין תשובה נכונה, רק התבוננות. אם הוא נמוך, הזרימו אליו במשך כמה דקות אהבה ללא תנאי. איך זה מרגיש עכשיו?

2. כוחה של מחשבה:

בחרו מחשבה שלילית שחוזרת על עצמה למשל: "אני תמיד נכשלת". נסו להרגיש איפה המחשבה הזו יוצרת כיווץ בגוף הפיזי שלכם בבטן? בגרון? כעת, דמיינו שאתם מזרימים לנקודה הזו תדר של אהבה ללא תנאי מהבורא. ראו איך האור ממס את הכיווץ. מה השתנה בתחושה הפיזית?

3. השפעה על הסביבה:

חשבו על הפעם האחרונה שנכנסתם לחדר מלא באנשים. האם הרגשתם איך התדר שלכם משתנה? האם אתם נוטים לספוג תדרים של אחרים או להקרין את התדר שלכם עליהם? רשמו פעולה אחת שתעזור לכם לשמור על תדר גבוה גם בסביבה מאתגרת למשל: נשימה עמוקה, דמיון של מעטפת אור כדי לשים הגנות אנרגטיות.

4. תרגיל הטעינה האלוהית:

דמיינו שאתם מחברים את הרוח שלכם ישירות לרוח הבורא, כמו מכשיר המחובר למקור כוח אינסופי. נשמו את התדר הגבוה הזה לתוך האיברים בגופכם שמרגישים עייפות או חוסר איזון. אמרו לעצמכם: "הרוח שלי משפיעה על החומר ומנקה כל תדר שאינו משרת אותי".

פרק 13: מהי האמת? פריצת בועת האשליה

השאלה האם קיימת אמת מוחלטת מהדהדת בלב המסע הרוחני שלנו.

כדי לענות עליה, עלינו להתחיל בהבנה העמוקה: אני אינני הגוף הפיזי שלי. אינני המחשבות המזדמנות שלי, אינני הרצונות החולפים שלי ואפילו לא הנפש הרגשית שלי. אני הנשמה שלי, ישות נצחית המתגלגלת ולומדת בכל רגע מחדש מהי האמת הנכונה עבורה, ומהו הפוטנציאל לגלות רבדים נוספים של אלוהות בתוך הרגע הזה.

אלוהי המותגים והריקנות המודרנית

אנו חיים בעולם רווי גירויים טכנולוגיים וחזותיים.

אמצעי המדיה השונים מפציצים אותנו ללא הרף במידע מגמתי ומלא פחד, המיועד לשלוט בצורת החשיבה שלנו ולנתב את רצונותינו. המטרה הסמויה היא לגרום לנו לצרוך בבולמוס חומרים ומוצרים שאיננו זקוקים להם, כפיצוי זמני על ריקנות נשמתית עמוקה.

שטיפת המוח הזו הופכת מותגים, נהנתנות וראוונות לאלוהים החדש. זה מצב בו אנשים קונים כדי לחזק את האגו או מחפשים שייכות מזויפת כחלק מעדר קבוצת ספורט, מפלגה פוליטית, ואת כל אלו הוא עושה מבלי להבין שהניצחון או ההפסד של הקבוצה אינם קשורים להתפתחותם האישית.

האמת מוסתרת תחת שכבות של אשליה צרכנית.

לקיחת אחריות ושימוש בטכנולוגיה אנרגטית

הדרך היחידה להגיע לאמת היא לקיחת אחריות מלאה על עצמנו.

זהו תהליך של בדיקה מתמדת: האם האמונות שלי מדויקות לי? אילו שגיאות שורשיות מהילדות או מהמדיה מנהלות אותי? מכיוון שקשה לאדם להיות הראי של עצמו ללא משוא פנים, רצוי שיסתייע בעבודה הרוחנית במטפל או בבן ברית שישמש עבורו כשיקוף נאמן בדרך.

ככל שתהליך התיקון מעמיק, אנו יכולים להרפות מאמיתות שגויות והסכמים ישנים כדי לפנות מקום לידע חדש ויעיל. מתוך התיקון האישי, נפתחת האפשרות להתחבר ישירות למערך של הבורא ולקבל גישה לטכנולוגיה אנרגטית. המתבטאת בשימוש בכלים קוסמיים גבוהים בייצוג אנושי, טכנולוגיה המאפשרת לנו לעלות בשלבי ההתפתחות בקצב מהיר ומדויק יותר.

נקודת הקצה הייחודית

הדבר החשוב ביותר הוא להבין שכל אחד מאיתנו הוא נקודת קצה ייחודית של הבורא.

וכי עלינו לגלות את המיוחדות האישית שלנו מבלי להיבלע בעדר. עלינו לעמוד זקוף: רגליים יציבות על הקרקע וראש בשמיים, תוך בדיקה מתמדת של ניקיון המחשבה והדיבור. כך נוכל לממש את ההעצמה האלוהית בדרך הייחודית שהסכמנו לבצע בגלגול הזה.

דף עבודה: בירור האמת מתוך האשליה

1. זיהוי הפיצוי החיצוני:

חשבו על מותג, חפץ או קנייה שביצעתם לאחרונה מתוך דחף רגעי. שאלו את עצמכם בכנות: "על איזה חלל בנשמה הקנייה הזו ניסתה לחפות?". נסו להרגיש את הריקנות הזו בגוף ולמלא אותה באור זהוב מרצועת הפוטון במקום בחומר. האם הצורך בחפץ נחלש?

2. מבחן האמיתות הישנות:

רשמו אמירה אחת שגדלתם עליה. למשל: "כדי להצליח חייבים לסבול", "אסור לסמוך על אף אחד". בדקו: האם האמת הזו משרתת אתכם היום? אם לא, כתבו "אמת חדשה" שמדויקת לכם כרגע למשל: "אני מצליחה מתוך הנאה וקלות" והסכימו להרפות את הישנה. אימרו מתוך אמונה עמוקה, בכל יום את האמת החדשה שלכם כמנטרה, עד שתהפוך למציאות בחייכם.

3. איתור ה"ראי" הרוחני:

מי האדם בחייכם שיכול לומר לכם את האמת העכשווית ללא משוא פנים, מתוך אהבה? אם אין כזה כרגע, פנו לבורא ובקשו: "אנא שלח לי את המדריך, המטפל או החבר שיעזור לי לראות את עצמי בבהירות ובחמלה".

4. תרגיל נקודת הקצה:

דמיינו שאתם קרן אור אחת שיוצאת מהשמש הגדולה, מהבורא, הקרן הזו היא ייחודית לכם. מה המיוחדות שלה? איזה צבע יש לה? מה היא באה להאיר בעולם שרק היא יכולה? עמדו זקוף, דמיינו את הראש בשמיים ואת הרגליים באדמה, והרגישו את העוצמה שבייחודיות הזו שלכם.

פרק 14: הפחד מהמוות, הדרך אל ההשלמה והשחרור

המוות נתפס בעיני בן האנוש כסיום מוחלט וסופי, אך בפועל מדובר אך ורק בסיומו של גלגול אחד בתוך רצף אינסופי.

הקושי העיקרי שלנו נובע מההזדהות העמוקה עם הגוף הפיזי, קשה לנו להפנים כי רק המעטפת חדלה להתקיים, בעוד הנשמה ממשיכה בדרכה ללא פגע.

האדם הוא שיתוף פעולה בין הגוף הגשמי לבין הנשמה שבאה לעשות איתו דרך. בעוד הנשמה מבינה כי הגוף הוא כלי מוגבל בזמן, בעל "אפשרויות יציאה", הגוף והנפש חווים את הפרידה כחרדה קיומית. לאורך כל הגלגול, החלק הנשמתי הגבוה מנסה ליצור קשר עם החלק הארצי ולהסביר לו שמדובר במערכה אחת בתוך הצגה גדולה. הצגה שבסופה, ניתן לשחרר את התפאורה ולחזור להיות אנרגיה טהורה המיישמת את למידתה בתוך אשכול הנשמות העליון וברשת הקוסמית כולה.

תהליך הפיוס והפרידה

כאשר הגוף מגיע לקראת סוף דרכו, בין אם מזקנה, ממחלה או מתאונה, חיוני לעזור לו להפסיק את המאבק חסר הסיכוי על החיים הפיזיים.

הסכמה לסיים את התהליכים הרגשיים והנפשיים מול עצמנו ומול הסובבים אותנו, במטרה לסייע לאדם לשחרר את הגוף בנחת כדי שלא יאלץ לחזור בגלגול נוסף כדי לבצע תיקונים מול אותם אנשים או קשיים.

פרידה שנעשית בהשלמה מונעת את הצורך לחזור בגלגול נוסף רק כדי לבצע "תיקונים" מול אותם אנשים.

הסבל בסוף החיים נובע לרוב מחוסר קבלה של הגלגול או מהתנגדות למה שהיה. הריפוי האמיתי מגיע כשאדם מתפייס עם כל מרכיבי חייו, לוקח אחריות ומבין שעשה כמיטב יכולתו בתוך גבולות היכולת שלו. כשאדם מקרין השלמה כזו ליקיריו, הוא מעניק להם מתנה של שחרור מפחד ומאפשר לנשמה לעזוב ללא סבל מיותר.

התמודדות עם מוות פתאומי ומימד הביניים

במקרים שבהם הנשמה נקטפת בפתאומיות, נוצר שבר עמוק, לכל הצדדים.

לעיתים נשמות כאלו "נתקעות" במימד הביניים מבלי להבין שהן כבר אינן בגוף פיזי. במצבים אלו, תפקידו של המלווה הרוחני הוא לגשר בין העולמות. המטפל עוזר לנשמה להבין את מצבה ומעביר אותה במסלול מהיר של ריפוי דרך "אגם אנרגטי לבן", אל אשכול הנשמות שלה. במקביל, נוצר דיאלוג של סליחה מול המשפחה שנותרה בהלם, כדי לשחרר נקיפות מצפון ותלות אנרגטית שעלולה לעכב את כולם.

תפקיד המלווה הרוחני

המטפל בתהליך זה אינו מנסה להציל את המטופל בכוח, אלא משמש כמלווה העוזר להתייחס אל המוות כאל חלק טבעי מהקיום. עבודת המטפל היא לסייע למטופל ולמשפחתו להסכים לשחרר זה את זה באהבה, מתוך ידיעה שהנשמות ייפגשו שוב במימדים אחרים.

הליווי בשקט ובשלווה מאפשר לנשמה לעבור ליקום הבא מתוך צמיחה, מבלי לבטל את חשיבות והקושי של האבל האנושי, אלא תוך הוספת רובד של חמלה המאפשר לזמן לעשות את שלו.

דף עבודה: להתיידד עם המעבר והנצחיות

1. זיהוי ההזדהות:

רשמו שלושה דברים שאתם מזוהים איתם מאוד, למשל: המראה שלי, המקצוע שלי, התפקיד שלי כהורה/בן זוג. כעת, עצמו עיניים ודמיינו שאתם נשמה ללא הגוף והתארים הללו. מה נשאר מכם? איך זה מרגיש להיות "רק נשמה". קלה, חופשייה וקיימת מעבר לזמן?

2. השלמה בזמן הווה:

אל תחכו לסוף הדרך. חשבו על אדם אחד שאתם זקוקים לסגור מולו מעגל של סליחה או פיוס. מהי המילה האחת שהייתם רוצים לומר לו היום כדי להרגיש נקיים? כתבו אותה בלבבכם, שלחו לו אותה בתדר של אהבה מרחוק, או בצעו את השיחה אם זה מתאפשר.

3. מדיטציית האגם הלבן:

שבו ברצועת הפוטון ודמיינו אגם של אור לבן וטהור. ראו את עצמכם טובלים בו ומשילים מעליכם כל פחד, עייפות או זיכרון כואב מהגוף. הרגישו איך האנרגיה שלכם הופכת קלה וזוהרת. שימו לב לתחושת השקט בגוף לאחר ה"טבילה" הזו.

4. מכתב מהנשמה העליונה:

דמיינו שהחלק הנשמתי הגבוה שלכם כותב לכם מכתב הרגעה קצר. מה הוא אומר לכם על הנצחיות שלכם? מה הוא מבקש מכם לזכור ברגעי פחד? רשמו את המשפט הכי מרגיע שעולה בכם כעת.

פרק 15: פחדים קדומים – התמודדות עם משקעי גלגולים קודמים

בכל גלגול שאנו עוברים טמונות למידות משמעותיות לצד נושאים שלא באו על פתרונם. את אלו בחרנו להביא עמנו אל הגלגול הנוכחי, כדי להתמודד עמם ולפתור אותם אחת ולתמיד בתוך חוויית הגוף והחומר.

ברגע שבו עולה בתוכנו זיכרון עמום או תחושה שאינה שייכת לביוגרפיה הנוכחית שלנו, עלינו לעצור ולשאול את עצמנו סדרה של שאלות מהותיות: *מה עלי להבין מהגלגול הזה? מה דורש שינוי? איך המידע הזה מועיל לי ברגע הזה? והאם נכון להביא את הכוח והעוצמה שהיו לי שם אל חיי הנוכחיים?*

עלינו לבחון האם קיים בזכרון שעלה, שיעור שמקרין על הקשיים המלווים אותנו היום, והאם פעולת השינוי עכשיו תוכל לשנות דפוסים דומים לאורך שרשרת הגלגולים כולה.

פתיחת תיבת פנדורה של הנשמה

כאשר אנו מוכנים להתמודד עם השאלות הללו בכנות, אנו מתחילים לפרק את המטען של הגלגול.

עלינו לבדוק כיצד החוויה ההיא מעצבת את מערכות היחסים שלנו היום: האם אנו נוטים לרצות אחרים? האם אנו כנועים, או שמא אנו מסוגלים להיות אסרטיביים ולהציב גבולות ברורים? לעיתים קרובות, הפחד העמוק ביותר הוא שמא נפתח את "תיבת פנדורה" של הגלגולים ונאבד שליטה בתוך מקום לא ידוע ומאיים.

אך האמת הקוסמית היא שאין אפשרות להתחמק מאף לימוד ושכל התנסות היא חיונית בנתיב ההתפתחות שלנו. הסיבה לכך היא שחוסר התמודדות עם הפחדים הללו רק מחמיר אותם ועלול להפוך אותם למחלות פיזיות שנועדו לעורר את תשומת לבנו לבעיה שסירבנו לראות.

כלים לזיהוי שורש הפחד

כדי לזהות האם פחד מסוים מקורו בגלגול קודם, עומדות בפנינו מספר דרכים:

- מדיטציה וכתיבה אינטואיטיבית: שאילת הנשמה ישירות האם השורש נמצא בהווה או בעבר הרחוק.
- סימנים מהיקום: בקשת סימנים ברורים או שימוש בקלפי תקשור לקבלת הכוונה.
- ליווי מקצועי: בנוסף ניתן להיעזר באדם מומחה המחובר לרוח שיוכל לעזור לנו לפענח את הלימוד הנשמתי חוצה הגלגולים

כל אדם המוכן להיות פתוח ולקבל תשובות ללא שיפוט, ללא כעס וללא אגו, יכול להתחבר למקום שבו הבורא אוהב ומבין בחסד ובאמת. למרות שכל אחד יכול לרכוש את המיומנות לתקשר עם נשמתו, אנו ממליצים בחום לבקש עזרה בליווי של יד אוהבת ותומכת. בתוך הפחד העמוק, העבודה המשותפת היא הדרך הבטוחה ביותר לצמות.

דף עבודה: פירוק פחדים מגלגולים קודמים

1. זיהוי הפחד הלא מוסבר:

חשבו על פחד אחד בחייכם שמרגיש גדול יותר מההיגיון, למשל: פחד ממים למרות שמעולם לא טבעתם, פחד מקהל למרות שאיש לא פגע בכם. שבו ברצועת הפוטון ושאלו את הנשמה שלכם: "האם הפחד הזה שייך לגלגול הנוכחי או למשהו קודם יותר?".

2. שאלות התיקון:

אם זיהיתם פחד שמרגיש קדום, רשמו את השאלות הבאות וכתבו את התשובה הראשונה שעולה לכם ללא מחשבה, כתיבה אינטואיטיבית:

- מה הנשמה שלי רצתה ללמוד דרך החוויה המקורית ההיא?
- איך הפחד הזה מנסה להגן עלי היום, ואיך הוא עוצר אותי?
- מהו הכוח, הכישרון או היכולת, שהיה לי באותו גלגול ואני יכול להשתמש בו עכשיו?

3. הצבת גבולות כתיקון:

חשבו על סיטואציה שבה אתם מרגישים כנועים או מרצים. דמיינו שאתם עומדים מול הדמות מהעבר ומציבים גבול ברור באסרטיביות ובאהבה. שימו לב איך התחושה בגוף משתנה כשאתם מפסיקים להיות הקורבן של הגלגול ההוא ובוחרים בזהות הצבעונית שלכם.

4. בקשת סימן לסיום הלימוד:

פנו לבורא או למדריכים שלכם ובקשו סימן ברור במהלך 24 השעות הקרובות לכך שהלימוד שלכם התממש במלואו. היו קשובים לשירים ברדיו, משפטים אקראיים ברחוב או תמונות שצדות את עיניכם.

פרק 16: מסע הנשמה – בין האישי לקולקטיבי

מסע הנשמה הוא תנועה אינסופית המתרחשת בין גופים, יקומים ועולמות מגוונים.

הנשמות, שנבראו כחלקים מניצוץ האלוהות, אינן מתכלות לעולם. הן רק מתפתחות בתהליך שאין לו סוף. המטרה העליונה של הבורא ושל הנשמות כולן היא להגיע לתודעה של אהבה אינסופית. גם אם הדרך נראית מפותלת וקשה מנשוא, זוהי תכלית הכול.

אלוהים מעניק לכל נשמה את זכות הבחירה: מתי לרדת אל הגוף, לאילו הורים להיוולד ומהו נתיב הלמידה שתרכזה להעצים. כל בחירה כזו היא המשך ישיר לגלגולים קודמים ולמערכות יחסים שטרם באו על תיקונן. אף שברגע הירידה לגוף נשכח מאיתנו החוזה עליו חתמנו, הנשמה מנתבת אותנו ללא הרף אל סיטואציות שחוזרות על עצמן. אותם ענפים שביקשנו לחקור לעומק בתוך המעבדה של הגוף הפיזי.

השיעור הקולקטיבי: ערבות הדדית בתוך הכאב

לצד המסע האישי, כל נשמה בוחרת להשתתף בשיעורים קולקטיביים השייכים לקבוצה, קהילה או לאום. זוהי הסכמה לערבות הדדית, לעבור מסע משותף על עליותיו ומורדותיו.

לעיתים השיעורים הללו הם קשים מנשוא, כמו השואה או אירועי השבעה באוקטובר. אין מילים אנושיות שיכולות להכיל את עומק הטראומה, אך עלינו להבין כי המאבק על קיומנו כעם הוא חלק משיעור גדול המזמין אותנו לראות את המציאות ברבדים עמוקים יותר.

ההתבוננות על המסע הקולקטיבי לאורך מאות שנים מאפשרת לנו לחפש פתרונות חדשים שלא היו בסל האפשרויות שלנו בעבר. ההיסטוריה האנושית רוויית מלחמות, והאירועים הקשים של תקופתנו הם חלק ממאבק עולמי שיימשך עד שהאנושות תבחר בפתרונות של הידברות במקום בקרב.

העבודה הרוחנית העמוקה היא זו שתאפשר, בסופו של דבר, להניח את הנשקים.

משוואת האיזון והאחדות

כולנו מחוברים אנרגטית במשוואה השואפת לאיזון.

היכולת שלנו להשפיע זה על זה נובעת מהרצון הפעיל להפסיק להילחם בעצמנו ובאחרים. השקט האמיתי בארץ יבוא רק לאחר שנשיג שקט פנימי של אחדות ודרך ארץ, המכבדת את כל חלקי העם ללא קשר לדת או מוצא.

כל הנשמות הנמצאות כאן כעת התנדבו להגיע לתקופת שיא זו של מאבק כדי ליצור משהו אחר, גבוה וטהור יותר, אל מול האגו והשחיתות המורידים את העולם על ברכיו. המטרה היא לזקק את האור ולהזין את הרשת הקוסמית האינסופית של הבורא.

דף עבודה: חיבור בין הנתיב האישי לקולקטיבי

1. זיהוי הענף הנשמתי:

חשבו על סיטואציה שחוזרת על עצמה בחייכם. למשל: תחושת אכזבה מאחרים, או צורך מתמיד להציל את כולם. אם זה היה ענף שהנשמה שלכם בחרה לחקור, מהו השיעור שטרם הושלם שם? רשמו פעולה אחת קטנה שתוכלו לעשות אחרת בפעם הבאה.

2. הסכמה למסע הקולקטיבי:

שבו ברצועת הפוטון, דמיינו שאתם עומדים מול הנשמה העליונה שלכם לפני שירדה לגוף. שאלו אותה: "למה בחרת להיות חלק מהעם הזה דווקא בתקופה הזו?". כתבו את התשובה הראשונה שעולה, ללא פילטרים של פחד.

3. יצירת אדווה של שקט:

חשבו על קבוצה בעם שאתם חשים כלפיה התנגדות עזה. נסו לשלוח להם תדר של "הסכמה לחיות יחד בהרמוניה" מתוך הלב, מבלי שתצטרכו להסכים עם דעותיהם. שימו לב איך הפעולה הזו מרגיעה את המתח בתוך הגוף שלכם.

4. משאלת הלב הטהורה:

רשמו משאלה אחת עבור המדינה והעם שלנו, שאינה קשורה לניצחון צבאי אלא להתפתחות רוחנית ואחדות. איך אתם יכולים להנכיח את המשאלה הזו בתוך הבית שלכם היום? למשל: דרך דיבור מכבד, או מעשה של חסד.

סיכום חלק א': מהבנה להוויה – הגשר אל עולם המעשה

סיימנו כעת את החלק הראשון של מסענו.

חלק שבו הנחנו את היסודות ובנינו את השפה החדשה שבה נתקשר עם עצמנו, עם הבורא ועם היקום. צללנו אל מעמקי הנשמה, חקרנו את מבנה היקומים המקבילים, והבנו כיצד הלב משמש כמצפן המדויק ביותר שלנו בתוך מציאות משתנה ומאתגרת.

עסקנו בכנות ברוע, בכאב ובפחד מהמוות, וגילינו כיצד האהבה ללא תנאי והסליחה העצמית הן המפתחות היחידים המאפשרים לנו לעבור דרך הדלתות אל עבר חופש אמיתי. למדנו שכל אחד מאיתנו הוא נקודת קצה ייחודית של הבורא, ושכל קושי, מחלה או הסכם נשמתי נושאים תפקיד בנתיב ההתפתחות שלנו. הבנו שהרוח משפיעה על החומר ושכל תדר שאנו מפיצים יוצר אדוות בתוך הרשת הקוסמית האינסופית.

אך ידיעה בלבד אינה מספיקה.

כדי שהאור ינכח בתוך החומר, עלינו להפוך את ההבנות הללו לפעולות.

מה מחכה לנו בחלק ב'?

אם חלק א' היה המפה, חלק ב' הוא המצפן והצידה לדרך.

חלקו השני של הספר נועד להושיט לכם את הכלים המעשיים ולהפוך את הידע המופשט למציאות חיה.

בפרקים הבאים נלמד:

- כיצד לבצע ניקויים אנרגטיים הלכה למעשה.
- איך להשתמש בטכנולוגיות קוסמיות כדי לרפא את הגוף והנפש.
- כיצד להנכיח את רצועת הפוטון בכל רגע בחיי היומיום שלנו.

אנו מזמינים אתכם לעבור איתנו את הסף: מהמקום שבו הראש הבין, אל המקום שבו הידיים פועלות והלב מרגיש את השינוי ברמת התא.

אנחנו ממשיכים, יד ביד עם הבורא, אל עבר היישום והריפוי המלא.

חלק ב': הכלים האנרגטיים – להנכיח את הרוח בחומר

מבוא: האני השלם – סנכרון בין הפנים לחוץ

המהות העומדת בבסיסם של הכלים האנרגטיים המוגשים לכם בחלק זה, היא היכולת לחבר מחדש בין הגוף האנרגטי לגוף הפיזי וליקום כולו.

לעיתים קרובות נוצרת הפרדה אנרגטית בין חלקינו השונים.

ניתוק זה יכול להתרחש בעקבות טראומה מטלטלת, אך הוא עלול לקרות גם כתוצאה מעצב חולף, הודעה קשה או יום מתיש שמוציא אותנו מאיזון. במצבים אלו, האנרגיה שלנו אינה מסונכרנת, מה שיוצר תחושת אי-נוחות, כאב פיזי או מועקה שקשה לבטא במילים.

תהליך הסנכרון מתחיל עוד מרגע היווצרותנו, כשהזרע והביצית נפגשים ומתאימים עצמם ליקום בדומה לזרע הנובט באדמה. בתחילה, ההורים משמשים כגננים, אך בשלב השני על האדם ללמוד בעצמו להשתמש בכל אחד מחלקיו, לחוש את היקום ולהתפתח מבלי לאבד את נתיב הנשמה המקורי שלו.

כוונת המקור: הדיבור שהופך למציאות

כוונת המקור נולדה בדברי אלוהים, שברא את העולם בדברו. הוא לימד אותנו כי חיבור בין כוונה פנימית לדיבור ורצון יוצר כוח לברוא מציאות.

אנו שוכנים בעולם אדמה, היקום הצעיר והקשוח ביותר, אליו התנדבנו להגיע כדי ללמוד בו דרך רגשות ומערכות יחסים. כוונת המקור של כל נשמה היא לבצע תהליך של העצמה וגדילה. למרות שהנשמה יודעת את כוונתה בטרם הכניסה לגוף, ברגע הכניסה לחומר היא שוכחת אותה כדי להתחיל למידה כדף חלק ובבחירה חופשית.

חלק מכוונת המקור כרוך ביצירת משברים ומיצירת שלבים של שבר. הסיבה לכל אלו היא וזאת משום שהאדם נוטה מטבעו להיצמד לאזור הנוחות והאנוכיות. רק זעזוע של היקום יכול להניע אותו אל עבר ה"לא ידוע", ישירות אל המקום שבו שוכנות הסקרנות והיצירתיות האמיתיות.

איך נזהה ונתחבר לכוונת המקור?

זיהוי הכוונה דורש פירוק של מה שחשבנו כאמת ושאלת שאלות חדשות, כדי להרחיב את נקודות המבט שלנו על המציאות.

שאלות כמו:

מה האירוע/הכאב/ מערכת היחסים,

בא ללמד אותנו? על עצמינו? על העולם? על המסע שלנו פה?

איפה נמצאת תקרת הזכוכית שלי? האם אני רוצה להגיע אליה? ואם כן, מהם הדרכים?

מה נשמה שלי באה להגיד לי עכשיו?

מי אני היום? מה המטרה היחידה שלי?

אין כוונת מקור אחת קבועה, אלא כמה כוונות המדויקות לכל שלב בהתפתחותנו.

חשוב לשהות בשאלות שמרגישות לכם מקדמות, בעיקר שאלות פתוחות, רחבות שמאפשרות לימוד והרחבה.

הזיהוי יכול לקחת זמן, תתנו לזה את הזמן שמרגיש מדויק.

לאחר הזיהוי, עלינו לקלף את השכבות שצברנו, להרפות ולהתאחד פיזית ואנרגטית עם המקור, בסנכרון מלא עם הבורא.

זהו תהליך שנמשך לאורך מספר גדול של חיים וגלגולים, שכן אין כוונת מקור אחת קבועה, אלא שלכל שלב בהתפתחותנו יש מספר כוונות מקור שהן ספציפיות לו עצמו.

דף עבודה: סנכרון ראשוני לכוונת המקור

1. בדיקת סנכרון יומית:

עצמו עיניים והניחו יד על הלב ויד על הבטן. שאלו את עצמכם: "האם כל החלקים שלי נמצאים כאן כרגע?". אם המחשבות נודדות, אם אתם מרגישים מפוזרים, נשמו כמה נשימות עמוקות ודמיינו שאתם אוספים את כל חלקיכם חזרה לתוך הגוף הפיזי.

2. חקירת אזור הנוחות:

חשבו על תחום בחייכם שמרגיש "נוח מדי" או תקוע. אם היקום היה יוצר שם, שבר, קטן כדי להזיז אתכם. מה הייתם רוצים שישתנה? מהי הלמידה שמתחבאת מאחורי חוסר הנוחות הזה?

3. זיהוי רגש ככלי נשמתי:

בחרו רגש חזק שחוויתם לאחרונה. זכרו שהנשמה זקוקה לגוף שלכם כדי להרגיש אותו הלכה למעשה. הודו לגוף על היותו כלי קיבול לחוויות. מה הרגש הזה מנסה לומר לכם או ללמד אתכם, על כוונת המקור של הנשמה שלכם?

4. חזרה לזרע:

דמיינו שאתם זרע לפני נביטה. מהי הכוונה הטהורה ביותר שאתם רוצים להצמיח בגלגול הזה? למשל: "ללמוד לאהוב", "להביא מרפא". כתבו את המשפט הזה והניחו אותו במקום גלוי לעין.

פרק 17: טכנולוגיה אנרגטית – ניקוי ושערים בין מימדים

ניקוי אנרגטי אינו מותרות.

הוא חיוני לכל אדם, בכל יום. כבני אדם, אנו צוברים ללא הרף משקעים מהאנשים שאנו פוגשים, מהאירועים הפוקדים אותנו וממחשבותינו השליליות. אלו יוצרים חסימות במרידיאנים ובמרכזי האנרגיה (הצ'אקרות) של גופנו. כאשר איננו מטפלים במשקעים אלו, אנו מגיבים לעולם מתוך כעס או תסכול מבלי להבין את המקור לכך.

עלינו לקחת אחריות מלאה על התחזוקה האנרגטית שלנו, בדיוק כפי שאנו דואגים להיגיינה הפיזית.

הכלים הראשונים לצמצום הצטברות זו הם הסרת הביקורת העצמית וחיבור רגשי עמוק.

הניקוי מתאפשר לכל אדם מעצם האמונה והכוונה שלו, והוא יכול להתחיל בפעולות פשוטות כמו דמיון המקלחת היומית כמקווה פרטי מטהר. עם זאת, ניקוי עמוק באמת דורש מאיתנו לתת מקום לרגש הקשה, להאיר את הכאב, ורק לאחר הבנת השיעור, להחליפו באור הבורא.

שיטות מעשיות לניקוי והתעלות

קיימות אינסוף דרכים לניקוי תודעתי:

- צינור האור: דמיון צינור אור ישר העובר דרך הגוף ומתרחב למרחב מוגן, עם כנפי נשמה המזרימות סלילי אור מטהרים.
- מסעות תודעתיים: יציאה אל מימדים אחרים, ישיבה תחת מפלים של מים חיים או היעזרות באנרגיית העצים הסופחת מועקה.
- בית הבורא: ריחוף תודעתי אל התדרים הגבוהים ביותר, גזירת חוטים אנרגטיים מעכבים והסרת תקרות זכוכית המגבילות את התפתחותנו.

כאשר אנו פועלים מתוך אנרגיה נקייה, שילוב של טוהר כוונה ומחשבה מטיבה, אנו יוצרים חיבור ישיר ונטול הפרעות לעולם שמעבר, מה שמאפשר ריפוי מהיר ותיאום ציפיות מדויק מול הבורא.

שערים אנרגטיים: הלב והמועדים

שער אנרגטי הוא מעבר בין מימדים.

השער המרכזי והחשוב מכולם הוא הלב שלנו. הוא הגשר בין האדם הפיזי לאלוהות ובין הנשמה שבגוף לנשמה העליונה. כדי להשתמש בשער זה, עלינו לפרק את חומות המגננה שבנינו ולהסכים להקשיב לרגש ללא שיפוט.

בנוסף ללב, קיימים שערים קבועים בזמן ובמרחב.

חגים, מועדים, תאריכים מסויימים בלוח השנה, או אירועי פרידה קולקטיביים יוצרים שער זמן, שבו הכוונה האנושית המשותפת פותחת הזדמנות לשינוי ועליית מדרגה רוחנית, מתוך אהבה ללא תנאי.

פרוטוקול עבודה: ריפוי דרך שער אנרגטי

כאשר אנו מבקשים ריפוי משמעותי במימד אחר, עלינו לעקוב אחר סדר פעולות מדויק:

1. הרפיה: כניסה למצב תודעתי עמוק (גלי תטא/גמא) בעזרת נשימה.
2. יציאה: התנתקות תודעתית מהגוף אל עבר שער אנרגטי, בתפר שבין החלל לאטמוספירה.
3. בקשה: הצגת בקשה מפורשת מהשער להובילנו אל חלק הנשמה הדורש ריפוי ספציפי.
4. התבוננות וריפוי: מעבר בשער, סגירתו מאחורינו, צפייה בשיעור ובקשת הטמעה של תדר הריפוי.
5. חזרה: חזרה דרך השער, סגירתו הסופית וחזרה מדורגת אל הגוף הפיזי.

דף עבודה: תרגול ניקוי ופתיחת שער הלב

1. מקלחת של אור:

בפעם הבאה שתתקלחו, דמיינו שהמים הם, מים חיים, המגיעים ישירות ממקור הבורא. ראו איך כל משקע של כעס, עייפות או ביקורת נשטף מהעור שלכם וזורם אל האדמה. אמרו לעצמכם: "אני נקייה, אני מוארת, אני מסונכרנת".

2. הנכחת צינור האור:

שבו בנוח ודמיינו צינור אור רחב וזוהר שעובר דרך קודקוד הראש, לאורך עמוד השדרה ויוצא דרך כפות הרגליים אל מרכז כדור הארץ. הרחיבו את הצינור עד שהוא עוטף את כל גופכם כהילה. איך התחושה בתוך המרחב המוגן הזה?

3. הקשבה לשער הלב:

הניחו יד על הלב ושאלו אותו: "מה חוסם אותך כרגע מלהיות פתוח לחלוטין?". אל תשפטו את התשובה שתעלה. פשוט נשמו לתוך הרגש אור זהוב עד שתרגישו את החומה מתרככת מעט.

4. כוונה לשער זמן:

בחרו את החג או יום המנוחה הקרוב. החליטו שזהו שער אנרגטי עבורכם. מהי הבקשה הספציפית להתחדשות שאתם רוצים להכניס לחייכם דרך השער הזה? כתבו אותה על דף ושמרו אותה עד לאותו יום.

פרק 18: מלאכת התרת ההסכמים – לשנות את חוזי הנשמה

הבנה ושינוי של הסכמים נשמתיים הם מהתהליכים המשמעותיים ביותר שניתן לעבור.

עלינו לגשת למלאכה זו באחריות מירבית ובתיאום מלא עם הנשמה.

הסכמים אלו, שנוצרו סביב אירועים מטלטלים בגלגולים קודמים או במרחב שבין הגלגולים, נועדו לעורר בנו מודעות. הם מבהירים לנו כי חוזים מסוימים, שהיו אולי נכונים לשעתם, כבר אינם משרתים אותנו. נהפוך הוא, הם מעכבים את התפתחותנו ואת מערכות היחסים שלנו בהווה. לעיתים, ההסכם נעשה במעמד צד אחד בלבד, מבלי שהצד השני כלל מודע לכך שהוא חלק מחוזה כובל.

מלכודות של הסכמים ישנים

הסכמים אלו מתבטאים בדרכים יומיומיות ומכאיבות:

- דאגת-יתר חונקת: אמא שהבטיחה בגלגול קודם ש"תמיד תגן על בנה", עשויה להפגין בהווה דאגה משתקת המפרקת את הקשר.
- קשרים הרסניים: בני זוג שאינם מצליחים להיפרד למרות סבל מתמשך, בגלל הבטחה עתיקה "להיות יחד לנצח".
- סכסוכים משפחתיים: אחים הנמצאים במערכת יחסים לא מאוזנת שנועדה לפתור חוב שלא נסגר בחיים קודמים.

בכל מקרה של מערכת יחסים תקועה, הנגררת שנים ללא מוצא, עלינו לבדוק, לעיתים בסיוע איש מקצוע, האם מונח לפנינו הסכם נשמתי הדורש פרימה והתרה.

הדרך לשינוי והפרת הסכם

כדי לסיים הסכם נשמתי, נדרשים ראשית הסכמה מודעת בתוך הגוף הפיזי וחיבור לנשמה הגבוהה כדי להבין את פרטי החוזה: על מה בדיוק חתמנו שם? זה יכול להיות יותר מדבר אחד.

רק לאחר ההגדרה המדויקת, אנו פונים בבקשת עזרה מהבורא ומיישיות אור עליונות. הן אלו שבכוחן לשנות את ההסכם, גם אם מדובר ביוזמה של צד אחד.

עבודה זו דורשת זמן לעיכול רגשי ומוכנות של הגוף הפיזי. ללא עיבוד והבנה של ההתנגדויות הפנימיות, לא ניתן יהיה ליצור את הדף החלק המאפשר פתיחה של אפשרויות חדשות.

אזהרה: עלינו להיזהר מאמונות טפלות או מהבטחות להסרת כשפים. הסכמים נשמתיים אמיתיים מותרים אך ורק מתוך כוונת מקור נקייה ובעזרת רוח האלוהים.

חוזים נשמתיים מול עצמנו

הסכם אינו חייב להיות מול אחר. הוא יכול להיות חוזה שלנו מול עצמנו. לעיתים אנו יוצרים הסכם שלילי, המצדיק חוסר יכולת להתמודד, ובכך חוסמים את צמיחתנו. לעומת זאת, אנו יכולים ליצור הסכם חיובי, שבו אנו מכירים בערך עצמנו ומסירים את הייסורים מנתיבנו.

כאשר אנו צועדים בדרכים עקלקלות ומתעלמים מהצורך בשינוי החוזה, נוצרות חסימות אנרגטיות שעלולות להתבטא כמחלה או תאונה. זוהי קריאה של הרוח לעצור להתבוננות. המחלה באה לספר לנו מה חסום בנשמתנו, ורק בתוך הגוף הפיזי יש לנו את הכוח לשנות את החוזים הללו ולדייקם.

דף עבודה: זיהוי והתרה של הסכמי נשמה

1. זיהוי ה"סבך" התקוע:

חשבו על מערכת יחסים אחת שמרגישה לא מאוזנת כבר שנים. רשמו: מהו החוזה הנשמתי, שייתכן וקיים שם? למשל: "אני תמיד אהיה זו שמוותרת", "אתה תמיד תזדקק להצלה שלי". תרשמו את כל מה שעולה, ללא סינון.

2. דיוק פרטי ההסכם:

שבו ברצועת הפוטון ושאלו את הנשמה הגבוהה: "על מה בדיוק הסכמתי מול הנשמה הזו?" שימו לב לתמונה או למשפט שעולים, תאמינו לכל מה שעולה.

בקשת שינוי במעמד צד אחד:

אם זיהיתם שאתם יצרתם את ההסכם, פנו לבורא ואמרו: "אני, במודעות מלאה, מבקשת לסיים את ההסכם הזה. אני משחררת את הנשמה השנייה מהחובה כלפי ומבקשת דף חלק". הרגישו את השקט שמתפשט בגוף.

3. זיהוי החוזה מול עצמי:

רשמו משפט אחד שבו אתם מגבילים את עצמכם, למשל: "אני לעולם לא אצליח באמת". האם אתם מוכנים להחליף אותו בחוזה חיובי? כתבו אותו כעת: "אני מסכימה שאני ראויה לצמוח בצעדים מאוזנים ומלאי אור".

פרק 19: תודעת העץ – חיבור בין שורשי האדמה לצמרות הרוח

תפקידם של העצים על פני כדור הארץ הוא ליצור תודעה אנרגטית קוסמית גבוהה.

לכל עץ, בין אם הוא נטוע באדמה הפיזית ובין אם הוא קיים ביקומים מקבילים, יש חוכמה ייחודית המכילה ידע עתיק וניסיון מצטבר של המין כולו.

העצים אינם רק אובייקטים חזותיים. הם יוצרים רשת תודעתית ענפה שמקורה ביקום העץ הקדום. זהו אחד היקומים הראשוניים שנבראו, ומטרתו לחבר בין התודעה הגבוהה לבין האדמה. העצים משמשים כאנטנות: מצד אחד הם מקורקעים עמוק ברובד האדמתי ותומכים זה בזה דרך שורשיהם, ומצד שני הם מקיימים בענפיהם תקשורת רוחנית רציפה עם השמיים. רבות מהנשמות השוכנות כאן היום הגיעו במקורן מיקום העץ, ותפקידן במציאות הכאוטית הוא לשמש מקור של איזון והרמוניה.

עמודי התווך של תודעת העץ

להיות בתודעת עץ פירושו בראש ובראשונה, להיות.

זוהי היכולת לשהות במה שעולה בנו, ברגשות ובמחשבות, מבלי לרוץ לפתור כל דבר באופן מיידי. העץ מלמד אותנו לצמוח מתוך העבר ומתוך הכאב, בדיוק כפי שהשורשים חודרים לאדמה קשה כדי לשאוב ממנה חיים.

העץ מלמד אותנו גם אחריות אישית עמוקה:

- הזנה עצמית: העץ מזין את עצמו ללא הרף כדי שיהיה לו מה להעניק לסביבתו: מחסה, פרי, חמצן.
- ויתור על הקורבנות: עץ אינו מנסה להציל עצים אחרים על חשבון חיוניותו. הוא יודע ש"עץ קורבני" אינו יכול להתפתח ולהעניק צל.
- פגיעות כעוצמה: החיבור בין העצים דרך השורשים מייצג מערכת יחסים נקייה ממסכות, שבה אנו מסכימים להיראות כפי שאנחנו באמת.

עץ החיים האישי

לכל אחד מאיתנו יש, עץ חיים, אישי המחובר לבריאה הקדומה.

העץ שבתוכנו אוגר את כל האינפורמציה מכל הגלגולים שעברנו. כאשר אנו מסכימים להתחבר למקור הזה, אנו יכולים לקבל החלטות מדויקות ולהבין את כיוון ההתפתחות הנכון לנו, גם אם הוא שונה מהתכנון המקורי. לעיתים נרגיש את הדיוק הזה כרטט של אמת בגוף, גם אם ההבנה השכלית תגיע רק מאוחר יותר.

דף עבודה: להתחבר לעץ החיים האישי

1. מדיטציית ההשתרשות:

שבו בכיסא כשכפות הרגליים צמודות לקרקע. דמיינו שורשים עבותים וחזקים יוצאים מכפות הרגליים אל מעמקי האדמה. הרגישו איך האדמה מזינה אתכם ואיך אתם הופכים ליציבים ובלתי ניתנים לערעור. אמרו לעצמכם: "אני נוכחת, אני מקורקעת, אני בטוחה".

2. למידה מתוך הלהיות:

בחרו סיטואציה שמעוררת בכם דחף לפתור אותה מיד. נסו להיות כמו עץ, פשוט שהו בתוך התחושה הזו למשך חמש דקות מבלי לשנות דבר. מה אתם מגלים על הרגש כשהוא מקבל מקום של שהייה בלבד?

3. הזנה מול נתינה:

בחנו את השבוע האחרון. האם פעלתם כ"עץ קורבני" שנותן ונותן לאחרים מבלי להשקות את עצמו? מהי הפעולה האחת שתעשו היום כדי "להשקות" את עצמכם: מנוחה, מים, שקט, תחביב?

4. שיח עם עץ בטבע:

צאו לטבע ומצאו עץ שאתם נמשכים אליו. הניחו עליו יד ובקשו בלב: "העבר לי את החוכמה והאיזון של יקום העץ". שימו לב לתחושה בגוף או למחשבה שעולה. האם אתם חשים את החיבור לרשת הקוסמית?

פרק 20: שינוי מתוך הכאוס – אל המימד החמישי

אנו מצויים כיום בתקופה של שינוי עצום. עידן של פירוק והרכבה שבו העוצמות האנרגטיות הולכות וגדלות. מתוך הבנה קוסמית, לעיתים עלינו להגיע למצב של כאוס מוחלט כדי שניתן יהיה להרכיב את המציאות מחדש על יסודות של אמת.

כדור הארץ עובר שינוי אנרגטי נרחב שהביא אותנו למשבר זהות עמוק.

בעוד שהיה נדמה שאנו יודעים לאן פנינו מועדות, יקומי האדמה החלו לנוע לעבר המימד החמישי: מימד של מודעות גבוהה, שיתוף פעולה ומיזוג רעיונות של סובלנות.

זהו תדר המביא עמו שקט המנוגד בתכלית לקיטוב השורר כעת בחוץ.

מהכוחות אל טובת הכלל

הקיטוב והכאוס הנוכחיים צפויים להחמיר עד אשר האנושות תבין כי אי אפשר להמשיך בדרך הכוחנית. השינוי יקרה כאשר נלמד לשתף פעולה לטובת הכלל, מתוך הכרה שברגע שטובת הכלל עומדת לנגד עינינו - גם הפרט מרוויח. רצון הבורא הוא שנתנהל באיזון, בניגוד למצב הקיים שבו, כולם נלחמים בכולם, עד שקו הגבול בין אויב לידיד ובין אמת לשקר היטשטש.

השינוי האמיתי לא יגיע מלמעלה, מבעלי השררה העסוקים בביצור מעמדם, אלא מהעם עצמו. הוא יצמח מתוך התעוררות עקבית של אנשים המגלים את כוחם הפנימי ובוחרים לראות זה את זה באמת.

נושאי לפיד התקווה

לבני האדם בעלי התודעה הגבוהה יש תפקיד מכריע בתקופה זו.

הם נקראים לשאת את לפיד התקווה ולשמש כמקור של אחדות בתוך הטלטלה. לא כולנו נקראים למלחמה פיזית. לכל אחד מאיתנו יש תפקיד ייחודי בבניית המחר. כל פעולה של סבלנות, כל מחשבה של אור, היא נדבך הכרחי בהרכבה מחדש של עולמנו.

הצלחת התהליך תלויה במוכנותנו להרפות מהצורך ב"הוכחות פיזיקה" מוקדמות ולהסכים להאמין במה שאיננו רואים בעינינו הבשרניות, בעיני הבשר-ודם שלנו, שכן האמונה היא זו שהופכת לידיעה ומייצרת בסופו של דבר את התוצאות המוחשיות.

דף עבודה: להיות עוגן בתוך השינוי

1. זיהוי הכאוס כהזדמנות:

חשבו על תחום אחד בחייכם, אישי או סביבתי, שמרגיש כרגע כמו פירוק. תשאלו: "מה נהרס כאן כדי לפנות מקום למשהו טוב יותר? מהי ההרכבה מחדש שאני מייחל לה?".

2. התחברות לתדר המימד החמישי:

שבו ברגע של שקט ודמיינו שאתם נושמים פנימה תדר של סבלנות וסובלנות. הרגישו איך התדר הזה מרגיע את המלחמה הפנימית. איך זה מרגיש בגוף כשהצורך להילחם נעלם ובמקומו בא הרצון, לראות את האחר?

3. זיהוי הכוח שבי:

בתוך השינוי הגדול, מהו תפקיד האור הייחודי שלכם? האם אתם אלו שנותנים תקווה? אלו ששומרים על השקט בבית? אלו שמחברים בין אנשים במילים טובות? רשמו את התפקיד הזה והתחייבו אליו.

4. פעולה למען טובת הכלל:

בחרו פעולה קטנה אחת היום שאין בה אינטרס אישי: חיוך לאדם זר, עזרה קטנה, החזקת מחשבה טובה עבור המדינה. שימו לב איך הפעולה הזו גורמת לכם להרגיש מחוברים יותר ופחות בודדים בתוך הכאוס.

פרק 21: סלילי הדנ"א – צריבת הזיכרון לאורך הגלגולים

בתוך גופו של כל אדם שוכנים שנים-עשר סלילים של דנ"א.

בעוד שהמדע מכנה חלקים מהם דנ"א זבל, הרי שבפועל לכל מקטע במבנה הגנטי הזה יש משמעות אדירה בקביעת האופן שבו אנו מגיבים למציאות.

הצ'אקרות והמרידיאנים בגופנו הם מרכזים הצוברים זיכרונות מהגלגול הנוכחי, אך עבודה עם סלילי הדנ"א מאפשרת לנו לצלול עמוק יותר, אל הקוד הגנטי עצמו. שם, ברבדים נסתרים, טבועים זיכרונות עתיקים מגלגולים קודמים.

השלד כארכיון נשמתי

חשוב להבין כי שלד גוף האדם הוא המחזיק העיקרי של הזיכרונות והסלילים. אין זה מספיק לנקות רק את המרכזים האנרגטיים החיצוניים, עלינו לחדור אל תוך העצמות ולנקות מהן את הטראומות השורשיות. ברגע שהשלד מתנקה, נפסקת הזרמת המידע הכואב אל הצ'אקרות, ואנו מאפשרים החלפה של מקטעי דנ"א במטען אנרגטי טהור וחדש.

פרוטוקול הריפוי בגן הבריאה

תהליך הניקוי מתבצע ברצועת הפוטון, בתוך בועה זהובה של אור ואהבה. אנו מבקשים את פתיחתם של שנים-עשר הסלילים ומחברים אותם לספריית הגלגולים, האישית שלנו. משם, אנו עוברים אל גן הבריאה למסע מדורג של התעלות:

1. הדשא סביב האגם: שלב ההתייצבות והכנת המרחב התודעתי.
2. האגם הקוסמי: העמקת הניקוי בתוך אנרגיית, מים חיים מטהרת.
3. המזרקה שבמרכז האגם: שיא התהליך. העלייה בתוך סילון המזרקה מקבילה לעשר הספירות הקבליות. כאן מתבצע חיבור ישיר לבורא והטמעת הלמידה החדשה בכל תא ותא.

המבנה של עץ הספירות הקבלי הוא לאפשר לנו לעלות, לברוא ולשנות את התבניות המחשבתיות שלנו ולהעצים את הלמידה.

הצלחת התהליך תלויה בנכונות להרפות מהצורך בהוכחות פיזיות מוקדמות. האמונה היא זו שהופכת לידיעה ומייצרת, בסופו של דבר, תוצאות מוחשיות בגוף ובנפש.

היציאה מהמטריקס

המעבר דרך שלבי המזרקה והספירות מאפשר לנו לצאת מעבר למטריקס, אותה אשליית נפרדות שבה אנו חיים. ברגע שהדנ"א מתנקה, אנו מקבלים את היכולת להשפיע על המציאות מתוך תודעה גבוהה וחיצונית יותר. ניקוי הסלילים הוא דרך חיים המאפשרת לחיות בשלום בתוך הקיום הפיזי תוך ריפוי מתמיד של עצמנו.

דף עבודה: ניקוי הזיכרון הגנטי בעצמות

1. חיבור לשלד:

שבו בשקט והפנו את המבט פנימה, אל תוך העצמות. דמיינו את השלד כמרכז אחסון של ידע עתיק. האם יש נקודה (ברך, גב, כתפיים) שמרגישה כבדה? שלחו אליה אור זהוב מרצועת הפוטון ובקשו לנקות את הזיכרון התקוע שם.

2. פתיחת סלילי האור:

דמיינו את שנים-עשר סלילי הדנ"א נפתחים בתוך בועה מוזהבת סביבכם. ראו אילו סלילים זוהרים בבהירות ואילו נראים כבויים. בקשו מהבורא להזרים אור לסלילים החשוכים, כדי לעורר את הפוטנציאל הנשמתי שלכם.

3. עלייה במזרקה:

דמיינו שאתם עומדים במרכז המזרקה בגן הבריאה. חושו את המים האנרגטיים עולים בתוכם לפי שלבי עץ הספירות. בכל שלב אמרו: "אני מסכימה להכיל תדר גבוה יותר. אני מרפה מאשליית הנפרדות".

4. הטמעה בתאים:

דמיינו איך הידע הנקי זורם מהסלילים אל מיליארדי התאים בגוף. הרגישו את השקט שנוצר. רשמו לעצמכם: איך התחושה הפיזית שלי השתנתה כעת?

הערה: הפרק הזה נכתב עבור מי שמבין אותו בליבו ומכן לתרגל כמה פעמים עד להטמעה.

אם הדברים נראים כרגע לא מובנים, קבלו זאת באהבה, ייתכן והזמן המדויק להבנה עבורכם יגיע במועד מאוחר יותר.

פרק 22: המעבר בין המימדים – התעוררות מתוך השבר

המעבר בין המימדים הוא התהליך שבו היקום שלנו מעלה את עצמו לרמות התודעה הבאות. זהו תהליך עמוק המואץ לעיתים דווקא דרך מלחמות, מגפות וקושי רב, המאלצים את בני האדם להתעורר מתרדמתם. ברגע שאנו מקבלים את האור ואת החושך שבנו כחלקים משלימים, אנו מתחילים להבין גם את המתרחש בחוץ: התפרקות מערכות הממשל המקולקלות והאלימות הגוברת הן תנודות של שינוי רוחני, שנועדו לעורר אותנו ליקום תודעתי חדש.

רשת הרב-יקום והזנה הדדית

השפעת המעבר אינה מוגבלת רק לעולמנו אלא מהדהדת בכל הרב-יקום - Multiverse. חלקי הנשמה של כל אחד מאיתנו, המפוזרים ביקומים מקבילים, החלו להפרות אלו את אלו כדי לעורר את המערכת כולה לאיזון. ככל שאנו עולים במודעות, אנו הופכים למזינים ומוזנים של הרב-יקום. אנו יכולים לקבל פתרונות מחלקי נשמה במימדים אחרים, שם הם כבר התנסו ופיתחו תובנות המועברות אלינו ברגע של מוכנות.

האינטרנט ככלי להתעוררות רוחנית

התהליך הזה מתרחש מיליארדי שנים, אך בשנים האחרונות הוא הפך לאינטנסיבי מאי פעם. להתפתחות האינטרנט יש תפקיד מכריע בכך: הוא מאפשר חופש מידע ונגישות למאגרי ידע שלא היו אפשריים בעבר. האינטרנט מונע את היכולת להסתיר את האמת ומחבר בין אנשים העוסקים ברוח לטובת הובלת המהלכים הללו. כשאנו מחוברים תודעתית וטכנולוגית, קל לנו יותר להאמין בחוויותינו ולהתפתח יחד.

האנרגיה הבין-מימדית הופכת את כדור הארץ לכפר גלובלי המזין ומוזן לטוב ולרע. כל אחד מאיתנו הוא מקור הזנה אנרגטי, ומוטלת עלינו האחריות להזין את היקום בטוב כדי לאזן את הרע. ככל שיותר אנשים יבחרו בחשיבה חיובית ובהרמוניה, כך יתאפשר המעבר בצורה המיטבית לטובת כדור הארץ ויושביו.

דף עבודה: סנכרון עם תודעת הרב-יקום

1. זיהוי האור בתוך הקושי:

חשבו על אירוע קשה שקורה כרגע בחייכם או בעולם. במקום לשקוע בייאוש, שאלו: "איך הקושי הזה מאלץ אותי להתעורר? איזה ידע חדש נולד מתוך הכאב הזה?".

2. קבלת מסר מהמימד המקביל:

שבו ברצועת הפוטון. דמיינו גרסה שלכם מיקום מקביל שכבר פתרה את האתגר שבו אתם נמצאים כרגע. פתחו את הלב ושאלו: "איזו תובנה יש לך עבורי?". רשמו את המחשבה הראשונה שעולה, לעיתים שם מסתתר הפתרון המדויק.

3. הזנת הכפר הגלובלי:

הבינו שאתם תחנת שידור אנרגטית. איזו אנרגיה בחרתם לשדר היום לסביבה שלכם ולרשתות החברתיות? פחד וקיטוב, או סובלנות ואחדות? בחרו משפט חיובי אחד ודמיינו שאתם משדרים אותו כמו אדווה לכל כדור הארץ.

4. שימוש מושכל בחופש המידע:

הקדישו היום 10 דקות לצריכת תוכן רוחני שמעלה את התדר שלכם, במקום, מידע זבל או הפחדות. הרגישו איך הנגישות למידע הזה היא מתנה מהיקום שנועדה לעזור לכם במעבר בין המימדים.

פרק 23: הצורך בהגנות – שמירה על חירות התודעה והרוח

הצורך בהגנות אנרגטיות נובע מהצורך העמוק לאפשר לעצמנו צמיחה רוחנית מבלי להיחשף להשפעות חיצוניות שאיננו חפצים בהן. בתקופה המאופיינת בבלבול רב, עלינו להישמר מפני שואבי אנרגיה, ומפני ניסיונות של הנדסה תודעתית ודיסאינפורמציה בתקשורת, המחייבים אותנו לחקור ולהרגיש כל פיסת מידע כדי לקבוע האם היא מהווה אמת עבורנו.

רובד נוסף של הגנה נדרש מול ישויות אנרגטיות המזינות את עצמן מפחד. ככל שאנו מתפתחים, אנו יוצאים משליטתן של אותן אנרגיות וממשלות המבקשות לשמר עדר צייתן. ההגנה היא פעולה הכרחית של ריפוי, המכירה בכוחנו לנהל את חיינו כראות עינינו. ההגנה האיכותית ביותר היא שילוב בין אומץ פנימי לבין בקשת הגנה מההדרכה העליונה והמלאך גבריאל.

העין השלישית: הטכנולוגיה של המבט הפנימי

העין השלישית משמשת ככלי מרכזי בהגנה ובשמירה על האיזון. פתיחתה דורשת קודם כל הסכמה לקבל את מה שהיקום יפתח עבורנו מתוך אמון מלא.

פרוטוקול העבודה עם העין השלישית:

1. ניקוי והתרחבות: חיבור לאור הבורא המאפשר לעין השלישית להתנקות עד להשגת תחושת התרחבות מלאה. התחושה שלכם מדויקת, אתם תרגישו את הפתיחה.
2. טעינה ודיוק: בקשת טעינה לריפוי ומיצוי פוטנציאל, תוך שימוש בסלילים המאזנים בין צד ימין לשמאל בגוף.
3. הקרנה וריפוי פנימי: הפניית האנרגיה מהעין השלישית אל איברים חסומים בגוף הדורשים ריפוי, והוספת טבעות זהב על הצ'אקרות לניקוי יסודי.

בסיום התהליך, אנו משתמשים באנרגיה זו כדי להגן על המרחב הפיזי שלנו. הבית או החדר, על ידי יצירת קווי הגנה צבעוניים וטיהור המרחב בכדור תכלת מנקה. המטרה היא תמיד איזון כולל, מבלי להזניח את הקרקע עבור הרוח.

דף עבודה: בניית מרחב מוגן ופתיחת מבט פנימי

1. בועת ההגנה המשותפת:

שבו ברצועת הפוטון ודמיינו בועה כפולת דפנות סביבכם. הדופן הפנימית עשויה מהאומץ שלכם, והחיצונית מאורו של המלאך גבריאל. בקשו במפורש: "אני מנתקת כל צינור שאיבה שאינו משרת את הטוב העליון שלי". חושו את הריבונות שלכם ותחושת ההגנה.

2. תרגול העין השלישית:

עצמו עיניים והתרכזו בנקודה שבין הגבות. דמיינו שאתם פותחים שם צוהר אל השמיים. אם האור נראה עמום, דמיינו שאתם מנקים את העדשה, באור זהב עד שהמבט הפנימי הופך צלול לחלוטין.

3. טיהור המרחב האישי:

הקרינו מהעין השלישית אור כחול-תכלת הממלא את כל החדר. ראו איך האור ממיס מחשבות טורדניות או זבל אנרגטי שנותר במרחב. השאירו את הכדור הכחול הזה סביבכם כהגנה לשעות הקרובות.

4. זיהוי הלא המאזן:

חשבו על בקשה או אירוע שמרגיש לכם כשואב אנרגיה, ריצוי או לחץ חברתי. תרגלו בלב אמירת, לא, שקט וברור. איך הנשמה מרגישה כשהיא נאמנה לאמת שלה בלבד?

פרק 24: תודעת מלחמה ואשמה, הדרך אל הפיוס הפנימי

תודעת המלחמה היא בראש ובראשונה המלחמה שאנו מנהלים בתוך עצמנו. מבלי משים, היא מוקרנת החוצה וגורמת לנו להילחם באחרים. עלינו להבין כי המלאך הטוב ומלאך החבלה השוכנים בתוכנו הם חלקים בלתי נפרדים מהווייתנו, אין ביכולתנו לבטל אף אחד מהם.

ברגע שנסכים להידבר עם הכעס והתסכול, נוכל להשתמש בעוצמתם בצורה מדודה. למעשה, שני המלאכים הם נשמה אחת. היכולת להביא אותם לשיתוף פעולה היא המפתח לצמיחה. כשאנו מרפים מתודעת המלחמה, נשארת עוצמה טהורה ומלטפת המחוברת ל"מלאך הלבן" שבנו, עוצמה המשקפת מציאות חברתית של אור.

האשמה כמתנה ושיעור נשמתי

האשמה אינה שייכת לנשמה עצמה, אלא לגוף ולחווייה האנושית. היא נוצרת מתוך טראומות, זיכרונות וחוויית שנצברו במהלך החיים האלה ולעיתים גם מגלגולים קודמים. כל עוד האדם מזדהה עם האשמה, היא עלולה להוביל אותו לדפוסים של ריצוי, קורבנות, תסכול וחוסר אונים. אולם ברגע שהוא מבין כי כל חוויה היא שיעור במסע הנשמה, נפתחת האפשרות לסלוח לעצמו ולהשתחרר מהמשא שנשא במשך שנים.

השחרור מתחיל כאשר האדם יוצר איזון פנימי, בין האנרגיה הזכרית לאנרגיה הנקבית שבתוכו, בין הסדר לכאוס, ובין החיבור לבורא ולשכינה לבין הכוחות המושכים אותו אל הפחד, האשמה והניתוק. כאשר האיזון הזה מתבסס, האשמה מפסיקה לנהל את חייו והופכת לשיעור שכבר אינו חייב לחזור על עצמו.

סיפור גן העדן מבטא את העיקרון הזה באופן סמלי. אדם וחווה, הנחש ועץ הדעת אינם רק דמויות היסטוריות, אלא כוחות פנימיים הקיימים בכל אדם. אכילת הפרי אינה בהכרח סמל לחטא, אלא לכניסה אל עולם של בחירה, ניגודים ותודעה. מתוך הכאוס נוצרת האפשרות לצמיחה ולשיבה מודעת אל החיבור האלוהי.

גן העדן האמיתי אינו מקום, אלא מצב תודעתי של איזון, שבו האדם לא מונע מאשמה ופועל מתוך אהבה, אחריות וחיבור לבורא. כאשר אנו מאזנים את הכוחות שבתוכנו, גם הכאוס אינו אויב עוד.

הוא הופך לכוח המאפשר התפתחות, למידה והתרחבות. כך אנו מרפים בהדרגה מרגשות של אשמה, כעס, קורבנות וחוסר אונים, ובמקומם מתפתחים חיים מדויקים יותר, המאפשרים לממש את הפוטנציאל הגבוה של הנשמה.

כמו בסיפור הבריאה, איננו נדרשים להילחם בכאוס, אלא ללמוד להשתמש בו לטובת ההתפתחות שלנו ולא נגדה. כאשר הוא מאוזן ומואר, הכאוס הופך לכוח יוצר ולא לכוח המכלה.

פרק 25: יציבות בתוך הכאוס והחזרה למקור

חוסר היציבות החיצוני והכאוס נועדו לערער אותנו כדי שנמצא בתוכנו את היציבות הפנימית האמיתית. זהו תהליך של הבניה מחדש, המתרחש בגלים. חוסר היציבות הוא השעון המעורר המורה לנו לזהות מה אינו עובד ולפעול באומץ מול הרעש הפנימי. עצם ההתמודדות היא הניצחון הגדול.

המסע הנשמתי אל המקור

המסע החל כשהיינו חלק מהבורא, ומאז אנו נכנסים ויוצאים מגופים שונים כדי לגלות מחדש את מהותנו. כדי להתקדם, עלינו להביט אחורה אל מי שהיינו במקור ולנקות משקעים מהגלגולים הראשונים.

העבר, ההווה והעתיד קיימים יחד ומאפשרים תיקון ברגע הזה. איננו צועדים לבד, אנו נעזרים בנוכחות האלוהית, במלאכים ובבני אדם המשמשים לנו כראי. התגמול האמיתי הוא החזרה לגן העדן הפרטי שלנו: איזון בין האלוהות שבתוכנו לזו שמחוצה לנו.

שדרת הניהול היקומית: הבורא, השכינה ומטטרון*.

הבורא יצר את היקומים כדי לקיים אינטראקציה עם יצירותיו.

- השכינה היא האנרגיה המוציאה לפועל את מחשבותיו.
- מטטרון הוא המעביר אותן למלאכים ולבני האדם.

זוהי שדרת הניהול של היקום. היא דורשת מאיתנו זיקוק אישי, עבודה פנימית עם פחדים כדי להתחבר לאור הנקי ללא מתווכים. ברגע שאנו מחוברים למקור, יש לנו את הכול. אנו מגלים שאנו חיים ב"מטריקס" שבו הכול אשליה הניתנת לשינוי דרך רצון פעיל ומשאלת לב טהורה.

באנו לכאן כשותפים מלאים בבריאה, לא כבובות על חוט.

*מטטרון הוא המלאך בעל העוצמה הכי גדולה שיש. הוא המתווך בין הבורא לכל מה שנברא. הוא חנוך המקראי, אדם שהתעלה עם הבורא, ועלה בגוף השמימה בעודו חי, לשרות הבורא.

מטטרון הוא הדוגמה הכי חשובה לבני האדם, שאפשר ע"י עבודת הבורא והבריאה להתעלות לרמות הכי גבוהות עם הבורא.

דף עבודה אחרון: הפיוס והשיבה

1. פיוס עם "מלאך החבלה":

שבו ברצועת הפוטון וזהו את החלק בכם שכועס או רוצה להרוס. במקום להילחם בו, הזמינו אותו לשיחת פיוס. אמרו לו: "אני מכירה בעוצמה שלך, בוא נעבוד יחד לטובת האור". חושו איך המתח בגוף הופך לאנרגיה של עשייה.

2. שחרור ה"תפוח" של האשמה:

חשבו על אירוע שבו אתם מרגישים אשמים. דמיינו שאתם מחזירים את ה"תפוח" לבורא ואומרים: "למדתי את שיעור הניגודיות, כעת אני בוחרת בתודעה נקייה". הרגישו את הלב מתרחב.

3. חיבור לשדרת הניהול:

פנו בלבכם לבורא, לשכינה ולמטטרון. בקשו: "זקקו אותי מכל פחד, עזרו לי לראות את האמת מעבר למטריקס". דמיינו צינור אור נקי המחבר אתכם ישירות למקור האנרגיה האינסופי.

4. פעולה של שינוי:

מהו הדבר האחד שאתם בוחרים לשנות בחייכם מהיום מתוך רצון חופשי? כתבו את הפעולה הזו והתחילו לבצע אותה. אתם השותפים של הבורא בבריאת עולמכם.

סיכום: להיות – הוויה, נוכחות ואלוהות

המטרה העליונה של המסע כולו מתמצתת במילה אחת: להיות.

מילה זו מקפלת בתוכה את ההוויה, את ההווה, את ההתהוות ואת ה"יהיה" שכן האלוהות עצמה היא ההוויה בהתגלמותה.

עלינו ללמוד להיות נוכחים בכל מה שקיים בנו, בטוב וברע, בדיוק כפי שאנחנו ברגע זה. כל רגע הוא התהוות חדשה כאשר אנו מסכימים להתמסר אליו ללא שיפוט, אנו פותחים את השער לחיבור עם האלוהות השוכנת בתוכנו מתוך שלוה והשלמה מוחלטת.

האלוהות שבי: נוכחות ככוח פעיל

כל אדם הוא רסיס של אור אלוהי, נקודת קצה המקשרת בין המקור לעולם הגשמי. ההבנה שאלוהים הוא אנחנו ואנחנו הוא, ללא אגו, היא הבסיס לצמיחה. פחד או התנגדות לחיבור הזה רק יקשו עלינו לממש את הפוטנציאל המיטבי של נתיב הנשמה.

אם הצעד הראשון בספר היה ההסכמה, הרי שהצעד השני הוא הנוכחות: היכולת להקשיב לעצמנו ולאחרים מתוך רצון ואהבה, ללא צורך בפתרונות מיידיים, אלא מתוך שהייה מלאה בקיים, הפתרונות יגיעו מתוך הנוכחות והחיבור הגבוה.

גם הגוף הפיזי שלנו מבקש את הנוכחות הזו. חולי מופיע לעיתים קרובות כאשר פספסנו את ההקשבה לעצמנו. החלמה אמיתית מתחילה ביכולת להיות נוכחים בתוך הכאב, להבין מה הוא בא לספר לנו, ולקבל את כל הצדדים שבנו.

מתוך הקבלה הזו, האהבה העצמית הופכת לכוח ריפוי אינסופי המנקה משקעים של גלגולים שלמים.

שילוב כוחות: ארץ, רוח ובורא

הדרך שהצענו בספר זה היא התמודדות משולבת: איחוד של כוחות הארץ (על כל סוגי הטיפול האנושיים) עם כוחות הרוח והבורא. זהו השילוב המדויק והנכון.

המסע הרוחני נועד לקרב אותנו אל הבורא השוכן בתוכנו, כדי שיעזור לנו להבין מה באנו לשנות, מה להגדיל ומה לפרק כדי להרכיב מחדש. העבודה עם הבורא אינה עניין דתי, אלא מהות רוחנית עמוקה המאפשרת לנו לגלות מי אנחנו באמת וכיצד אנו מביאים לידי ביטוי את הייחודיות החד-פעמית שלנו בתוך היצירה הגדולה של הבריאה.

מילים אחרונות לדרך

הספר מסתיים, אך המסע שלכם רק מתחיל.

אתם יוצאים מכאן עם המצפן של הלב, עם הכלים של הטכנולוגיה האנרגטית, ובעיקר עם הידיעה שאתם לעולם לא לבד.

הבורא מחזיק לכם את היד, וכל רגע של נוכחות הוא רגע של ריפוי.

ברוכים תהיו בדרככם אל ההווה.

יהודה כהן

חוה ולני

אוגוסט 2026

על מחברי הספר:

יהודה כהן



נולדתי בירושלים (1957), מטפל אנרגטי ומתקשר מלידה, אמפתי ואוהב אדם, אני מקדיש את דרכי לריפוי ולליווי תהליכי עומק. מתוך ניסיון חיים עשיר ולמידה מתמדת אני פועל לחיבור בין גוף, נפש ותודעה, ומסייע למטופליי לשוב אל המקור. בספר זה הוא תרמתי את יכולות התקשור שלי, כדי להביא מסרים של התפתחות, התבוננות ושינוי תודעתי, כדברי שיר שכתבתי:

"הדרך להתפתחות אין־סופית,
כל צעד בה יוצר התבוננות חרישית,
העמקת הלמידה, הַזְדְּמָנוּת לבחור
בנו כיצירה, ותבניות לשבור.
לאפשר השתנות.
להגיע למקור.
לברוא מהחושך אור".

בדרכי, אני מזמין כל אדם לשבור תבניות ישנות ולבחור בעצמו כיצירה מתחדשת,
כפי שהוא עצמו מתהווה ומתחדש בכל יום ויום.



חווה ולני.

מורה לתקשור מעשי ולחיבור פנימי.
אני מלווה אנשים במסע שבין רוח לחיים עצמם.
מלמדת להקשיב לידיעה שכבר קיימת בתוכנו, גם
כשהספק עולה.
יוצרת מרחבים רכים, עמוקים ובטוחים להתפתחות,
ריפוי והתבוננות.
מחברת בין תודעה, גוף, רגש ונשמה בצורה פשוטה
ונגישה.
מאמינה שהתקשור הוא לא מתנה של יחידי סגולה,
אלא יכולת אנושית טבעית שכל אחד, כמו שריר, יכול
לפתח.
כותבת ומלמדת מתוך חוויה אישית, חקירה אמיתית
וחיבור לעולם שמעבר.
התשוקה שלי היא לעזור לאנשים להרגיש שוב מחוברים לעצמם.
ולפתוח עבורם שער : לאמת, לאהבה ולדרך הנשמה שלהם.