

# ג'ניפר הופמן

מתקשרת את המלאך אוריאל

כל מסרי שנת 2007



מאנגלית: סמדר ברגמן

© כל הזכויות שמורות.

אין לשכפל, להעתיק, לצלם, להקליט, לתרגם, לאחסן במאגר מידע, לפרסם, להעביר, לשדר או לקלוט, בכל דרך או בכל אמצעי אלקטרוני, אופטי, מכני, או אחר כל חלק שהוא מהחומר שבקובץ זה. שימוש מסחרי מכל סוג שהוא בחומר הכלול בקובץ זה אסור בהחלט אלא ברשות מפורשת בכתב מהמו"ל.

## אוריאל מרפא בראו חיים מלאים בנסים

אילו יכולנו לברוא נסים, כמה נפלאים היו החיים שלנו יכולים להיות? אילו יכולנו לברוא נסים, החיים שלנו היו מלאים בכל דבר שאנו צריכים, אף פעם לא היינו חווים עוני, אומללות, בדידות או חוסר סיפוק. כל יום היה מביא ברכות חדשות והפתעות, כל יום היה נפלא יותר מקודמו. אילו יכולנו לברוא נסים, היינו נהנים מכל יום והחיים היו תהליך שמח. אנו מאמינים שהדברים הללו אפשריים, אילו יכולנו לברוא נסים. ואנחנו יכולים, אנחנו פשוט מנסים לעשות זאת בדרך שגויה.

לעתים קרובות מדי אנו חיים כל יום ואפילו תקופת חיים שלמה במחשבה שאם הנסים היו מתרחשים, היינו יכולים להיות מאושרים, אהובים ומצליחים. אבל לעתים קרובות מדי הם לא מתרחשים ואנו נעים מיום ליום, ממתנינים להזדמנות שלנו, לנס שיוציא אותנו לחופשי. אנו מצפים שאחרים יחוללו נסים עבורנו, שמצבים ישתנו, שננצח ב"לוטו הרוחני" שיציב אותנו במקום קסום שבו החיים יהיו מהנים, שמחים ומלאי שפע. לנסים אין שום קשר למזל ואין להם שום קשר למציאת העוצמה שלנו. הם תמיד נגישים לנו כאשר אנו יודעים כיצד לבקש, מה לבקש וכיצד לראותם.

כאשר החיים שלנו אינם מלאים בנסים, תפקידנו הוא למצוא מה עוצר אותנו. היקום תמיד מוכן לברך אותנו, כך שכאשר הדברים לא מתרחשים בחיינו, אנו אחראים לעיכובים ולהיעדר התקדמות. הדברים שעוצרים אותנו מבוססים לעתים קרובות על פחד, פחד מפני הצלחה, מדעות של אחרים, מהשארית הידידים ובני המשפחה שלנו מאחור, משינוי, מהזדמנויות חדשות. גם היעדר אמונה או אמון בעצמנו וביכולות שלנו עלול לעכב אותנו. ואם הדברים לא התנהלו כשורה במשך זמן רב ואנו שוקעים בייאוש ובחוסר תקווה, אין זה משנה עד כמה אנו זקוקים לנס, אנו צריכים להיות מסוגלים לנסות פעם אחת נוספת כדי לברוא נס שכזה.

בדומה למסע הרוחני שלנו, הכלים בהם למדנו להשתמש תמיד היו נגישים לנו. פשוט לא ידענו כיצד להשתמש בהם או לא היינו מוכנים לכך. בכל פעם שאנו לומדים משהו חדש אנו פשוט מתחברים למה שתמיד היה נגיש לנו. והדבר נכון גם לגבי נסים. בריאת נסים היא אך ורק שימוש באנרגיה האוניברסלית במטרה להגשים את הדברים שאנו רוצים בחיינו. אין בנסים שום דבר מיוחד או קסום. לא עומדת לרשותנו כמות מוגבלת של נסים ואיננו צריכים לחכות למקרה חירום או לאירוע מיוחד כדי להשתמש בהם. היקום לא שופט את החשיבות או את הערך של הבקשות שלנו לנסים. בין אם אנו מבקשים כוס מים משום שאנו צמאים או בית חדש כיוון שאנו זקוקים למקום לגור, כל הנסים שווים בעיני היקום וכולם מוענקים כשאנו מבקשים את הדברים הנכונים, בדרך הנכונה ולומדים כיצד לראות את התוצאות.

מה הם הדברים הנכונים? הם כל דבר שאנו רוצים. ממש כפי שהיקום לא שופט את הנסים שלנו, גם אנו לא אמורים לשפוט אותם. כאשר אנו שופטים את היכולת שלנו לקבל נסים, או את מידת היותנו

ראויים להם, אנו מגבילים את התהליך ולא מקבלים דבר. אנו חייבים ללמוד לבקש ולדעת שמשום שזה הדבר שבו אנו רוצים, הוא יגיע אלינו. אנו חייבים להאמין ביכולת שלנו לעבוד עם האנרגיה האוניברסלית ולברוא נסים, ולדעת שיש בכוחנו לעשות זאת. ככל שנתייצב בעוצמה שלנו ונלמד להשתמש בה, כך תהפוך היכולת שלנו לברוא נסים טובה יותר.

אנו מבקשים בדרך הנכונה כאשר אנו פשוט מבקשים. איננו צריכים להצדיק את הסיבות שלנו למה שאנו רוצים. המורה הדגול אמר: "בקשו וינתן לכם". וזה בדיוק מה שאנו חייבים ללמוד לעשות. פשוט לבקש ולדעת שעל-ידי הבקשה אנו רותמים את האנרגיה אשר תביא את הנסים שלנו אלינו. כאשר אנו מתחילים למצוא סיבות מדוע הנסים שלנו לא אמורים להתרחש או לא יכולים להתרחש, אנו מגבילים את התהליך והנסים לא מתרחשים. אנו מאוחדים עם המקור וראויים לכל הדברים הטובים. וחלק מתהליך הבקשה הוא לא להגביל את הדברים שאנו מבקשים. היקום יביא לנו את הדבר הטוב והמושלם ביותר עבורנו, בדרך הטובה והמושלמת ביותר. לכן התנתקות מהתוצאה חשובה או שאנו עשויים לפספס את הנס לחלוטין.

מעט קשה יותר לדעת מתי הנסים מגיעים כיוון שהתוצאות עשויות להיות שונות מאוד מאלה להן ציפינו. כתבתי את סיפור הנס שלי ב"שלושים יום לנסים יום-יומיים" ובעלוני קודמים. לפני כמה שנים, ביקשתי חופשה בצרפת בזמן שבו לא היה לי כסף לצאת לחופשה. במקום לתת לי את הכסף, היקום העניק לי הזדמנות לצאת לטיול כמתרגמת. לא רק שלא היה עליי לשלם בעבור הטיול, אני קיבלתי תשלום עבור עבודת התרגום. כך, קיבלתי את הנס שלי אבל בדרך שלא יכולתי לצפות לה. כאשר אנו מבקשים, אנו חייבים להתנתק מהתוצאה כדי שהיקום יוכל להביא לנו את התוצאה הטובה ביותר האפשרית.

כאשר אנו משתמשים בעוצמה שלנו לברוא נסים, אנו משתמשים בכלים העומדים לרשותנו כדי לברוא את המציאות שלנו. הדבר דורש תרגול אבל אנו יכולים להשתמש ביכולת הזאת, שהיא זכותנו מלידה, לברוא את כל שאנו רוצים בחיינו. לכן בקשו את מה שאתם רוצים, יהיה אשר יהיה, האמינו שיש ביכולתם לברוא נסים, דעו שאתם ראויים להם, התנתקו מהתוצאה והמתינו לתוצאות. הן יתרחשו ואתם יכולים לברוא מציאות שהיא זרימה נפלאה של ברכות ונסים.

## לשנות את הנתיב שלנו

כאשר אנו לומדים לחיות חיים קסומים, הכל מתממש עבורנו ללא מאמץ. כל צורכינו נענים ואנו צועדים אל תוך זרם האנרגיה האוניברסלית. החיים שלנו נטולי בעיות משום שכל דבר שהיה בעבר בעיה פשוט מטופל. אך תחילה עלינו להבין שנסים אינם קשורים לתהליכים קסומים או על-טבעיים, הם קשורים לשינוי. כאשר אנו מבקשים שיתחולל נס, אנו מבקשים שהדברים יהיו שונים ~ ואנו חייבים להיות מוכנים להתבונן בעצמנו ובחיינו מנקודת מבט שונה. בריאת נסים משמעותה שינוי הנתיב שלנו. האם אנו מסוגלים להתמודד עם השינוי?

אין לנסים קנה מידה של גודל או חשיבות, האחד אינו טוב יותר מן האחר. כל נס שאנו בוראים מגיב לדבר-מה שרצינו להגשים בחיינו. והדבר כרוך בשינוי המציאות הנוכחית שלנו. לכן, כדי להגשים עבודה חדשה, העבודה הנוכחית שלנו חייבת להשתנות. מערכת יחסים חדשה תחליף מערכת יחסים קיימת או תכניס אדם חדש לחיינו. הדברים הללו בוראים שינוי במציאות שלנו שאינה טובה יותר מזו שהייתה, היא פשוט שונה. ואנו חייבים להיות מוכנים להשתנות לפני שהנסים יוכלו להתחולל.

רובנו מתנגדים לשינוי עד אשר אנו מגיעים לנקודה שבה הוא חייב להתרחש. אפילו אם המצב שלנו אינו נוח, לפעמים קל יותר להישאר במצב מוכר מאשר לפתוח את הדלת לבלתי ידוע. אם הנסים לא מתרחשים בחיינו, הסיבה עשויה להיות שאנו מתנגדים לשינוי שצריך להתרחש כדי לאפשר את התרחשותם.

אנו מזהים את הצורך בשינוי כאשר אנו מוכנים. לכן אין זמן נכון או זמן שהוא הטוב ביותר לשינוי, זהו דבר-מה שאנו עושים כאשר אנו מרגישים אמיצים מספיק לאפשר לבלתי ידוע להתממש בחיינו. הנכונות שלנו לשינוי אינה הבטחה שהכל יהיה תמיד נפלא ~ עדיין ייתכן וניתקל בבעיות ובתקופות של בלבול, אבל כאשר אנו מוכנים, אנו מניחים בצד את הפחדים שלנו ומספקים ליקום את ההזדמנות לעבוד עמנו במטרה לברוא את הנסים שביקשנו לעצמנו. והדבר משנה את הנתיב שלנו בדרכים שאיננו יכולים אפילו לדמיין ומאפשר למציאות החלומות שלנו להתממש לנגד עינינו.

## ערכה של דחייה

אף-על-פי שבדרך כלל איני נוהגת לדחות דברים, לפעמים אני מגלה שאיני מסוגלת להתחיל לעשות דבר-מה שיש לעשותו. אני עושה דברים רבים אחרים, למשל אני מנקה את הארון שלי, מתחילה משהו אחר, עובדת בגינה או קוראת, מודעת לחלוטין שיש משהו אחר שעליי לעשות. אבל אני פשוט לא מסוגלת להתחיל לעשותו. אז, כשהמועד הסופי ניצב למולי, אני חייבת למהר ולסיים, ומשמעות הדבר שעליי לנטוש כל דבר אחר כדי לסיים פרויקט אחד זה ולמקד את כל האנרגיה שלי בו. קל יותר היה להתחיל לעשותו מוקדם יותר אבל למדתי שכאשר אני דוחה, יש משהו שעליי ללמוד.

לפעמים אנחנו דוחים כיוון שהתחייבנו למשהו שאיננו רוצים לעשות. לפעמים אנחנו חוששים שלא נהיה מסוגלים לעשות משהו כהלכה או לא נשיג את התוצאות שרצינו, ולכן איננו רוצים להתחיל. תהיה הסיבה אשר תהיה, כאשר אנו דוחים דברים ניתנת לנו הזדמנות לבחון את הרגשות שלנו ללמוד שיעור. אם מעורב בכך אדם אחר, זו עשויה להיות חוויית למידה עבורנו, בה אנו בוחנים כיצד התחייבנו לעשות דברים למען אחרים ומדוע.

לא יועיל אם נשפוט את עצמנו בשל היעדר המוטיבציה שלנו או אם נבקר את אי היכולת שלנו להתמקד במה שאנו צריכים לעשות. יש סיבה לכל דבר שאנו עושים. ולפעמים חוסר היכולת שלנו לעשות דבר-מה, אומר לנו הכל על מה שעלינו ללמוד מהמצב. האם אותו אדם מבקש מאיתנו טובות כל הזמן? האם נענינו בחיוב כאשר רצינו לסרב? האם זה משהו שלאמיתו של דבר איננו אוהבים לעשות? האם אנו עסוקים מדי ופשוט זקוקים למנוחה?

תכופות אנו מרגישים שאנו חייבים לומר "כן" אף-על-פי שברצוננו לומר "לא". איננו צריכים להתפלא אפוא כאשר אנו נוקטים בסחבת. ויש שיעור שעלינו ללמוד. האם עלינו לבדוק את הלוח הזמנים שלנו לפני שנסכים לקבל על עצמנו התחייבויות חדשות? האם זו הזדמנות עבורנו לתרגל אמירת "לא"? האם אנו יכולים להציב את עצמנו במקום הראשון ולוודא שיש לנו זמן לטפל בחיינו? דחייה אינה סימן שאנו עצלנים או חסרי מוטיבציה; היא הזדמנות עבורנו ללמוד שיעור נוסף ולנוע קדימה בנתיב שלנו. השבוע, אם אתם דוחים דברים, השתמשו בהזדמנות לבחון את רגשותיכם בקשר לנושא. כבדו את הרגשות שלכם והשתמשו במידע זה כדי לקבל החלטות שונות בפעם הבאה שהמצב יחזור על עצמו. אל תלקו את עצמכם וראו זאת כשיעור נוסף במסע שלכם.

## המסר של אוריאל ~ המטרה והמשמעות של השיעורים שלכם

כל אחד מהשיעורים שלכם יש מטרה ומשמעות. המטרה היא להדריך אתכם בנתיב שלכם ולסייע לכם בצמיחה הרוחנית שלכם. למשמעות יש שני היבטים. המשמעות הרוחנית היא משמעות של ריפוי והבנה. המשמעות הנוספת היא המשמעות שאתם בוחרים להעניק לשיעור. כאשר אתם משלימים שיעור, הוא מייצג ידע והבנה חדשים והוא דבר-מה שאתם יכולים להשתמש בו בנתיב שלכם. השאלה

האם תוכלו להשתמש בשיעורים שלכם כבכלים במסע הרוחני שלכם תלויה בשאלה האם הבנתם את המטרה ובמשמעות שאתם מעניקים להם.

לכל אחד מהשיעורים שלכם יש מטרה ואי לכך ערך. אפשר והמטרה תתברר לכם רק זמן רב לאחר שחוויתם את השיעור או אפילו רק כאשר תפגשו בשיעור שנית. שיעורים לעולם אינם עונש, הם פשוט דרכים באמצעותן אתם לומדים להשתמש בכשרונות ובעוצמה שלכם. והמטרה של כל השיעורים היא אותה מטרה, לסייע לכם להבין את האלוהות, העוצמה והחיבור שלכם למקור ולהכיר בהם.

בכל השיעורים המשמעות הרוחנית היא אותה משמעות. אבל כל אחד מכם משייך להם משמעות אישית. כאשר אתם בוחנים אותם מנקודת מבט שיפוטית וביקורתית, כאשר אתם סבורים שנכשלתם לעשות טוב יותר או לבחור באופן שונה, אתם מפחיתים מערככם. בכל רגע אתם בוחרים ופועלים כמיטב יכולתכם. כל שיעור מאפשר לכם ללמוד דבר-מה, לבחור דרך וכיוון בנתיב שלכם. הבחירות אינן מוגבלות אבל אתם בוחרים על פי היכולת שלכם באותו רגע.

אם תראו את השיעורים שלכם כפי שהם, לאור המטרה והמשמעות הרוחניות שלהם, כשלב שבחרתם לעבור במסע הרוחני שלכם, אשר תכליתו לאפשר לכם להירפא, תוכלו לראותם מתוך ריחוק וניתוק. אז תוכלו להשתמש בהם כדי לבחור מעמדה של עוצמה. השיעורים שלכם יכולים לעזור לכם לצעוד אל תוך עוצמתכם ואין להם שליטה בכם, לבד השליטה שאתם מעניקים להם. השבוע, בחנו את השיעורים שלכם מתוך ריחוק וניתוק, כדי שתוכלו לגלות את המטרה והמשמעות שלהם. האם אתם יכולים להימנע משיפוט ומפחד ולראות את הערך שבהם? האם אתם רואים כיצד הם סייעו לכם במסע הרוחני שלכם? אם תעשו זאת הדבר יעזור לכם למצוא שלוה ושמחה בחייכם, ואין זה משנה עם אילו שיעורים אתם מתמודדים.

## אוראל מרפא הנתיב והמסע

לפני שאנו נולדים, אנו קובעים נתיב לחיים אשר מספק לנו את ההזדמנויות הטובות ביותר להגשים את החוזה הרוחני שלנו. חוזה זה הוא רמת הצמיחה שהנשמה שלנו תגשים בתקופת חיים נתונה. הנתיב כולל את השיעורים שאנו חייבים ללמוד ואת הקרמה שנוכל לרפא אשר תגשים את החוזה שלנו. המסע הוא סדרת התנסויות שאנו חייבים לחוות כדי לגרום לדבר להתרחש. היעד הסופי שלנו הוא להתחבר מחדש עם המקור ולהתעלות לרמות תודעה גבוהות יותר. אנו יודעים שהגשמת החוזה שלנו תורמת לצמיחת הנשמה שלנו ובוראת אפשרות זו עבור כל האנושות גם כן. כל אחד מאיתנו לוקח על עצמו משימה חשובה זו כאשר אנו מתנדבים לבוא לכאן ולבצע את עבודתנו.

כאשר אנו מתחילים את המסע שלנו אנו בטוחים שהוא בר השגה ואנו בוטחים ביכולת שלנו להשלימו במהירות ובהצלחה. אבל הטבע הרוחני שלנו שוכח עד כמה כואבים החיים יכולים להיות, כמה קשה להתגבר על חלק מההתנסויות, כמה קשה לסלוח וכמה חזקות יכולות להיות ההתקשרויות הרגשיות שלנו לאנשים ולדברים. מנקודת מבט רוחנית, המסע קל. אבל אנו עושים את העבודה הרוחנית בצורה האנושית ולפעמים החוויה האנושית ניצבת בדרכנו. אף-על-פי שאנו מתחילים את המסע שלנו מתוך כוונה נחושה לסיימו, דברים שונים יכולים להאט אותנו עד אשר ניעצר במקומנו, לא מסוגלים לנוע כלל. הנתיב שלנו, שפעם נראה כה קל להשגה, הפך קשה מדי. אנו תקועים, אבודים ולא מסוגלים לנוע לשום כיוון.

אנו נתקעים כאשר אנו רואים את המסע כמטרה של ההתנסות האנושית שלנו, במקום להתמקד ביעד. כל התנסות אינדיבידואלית מכילה את כל המרכיבים שיעזרו לנו להגשים את המטרה שלנו. במקום לחזור על התנסויות קשות וכואבות, אנו יכולים להגשים את צמיחת הנשמה שלנו באמצעות שיעור או שניים. כאשר אנו מתמקדים בכאב, בשיפוט ובפחד שאנו חווים במסגרת השיעורים שלנו, אנו נכנסים למעגל של שיעורים אשר חוזרים על עצמם והמסע שלנו יכול להסתחרר ולצאת משליטה. הדבר עשוי להסיט אותנו מהנתיב ולהכניס אותנו לתוך ריק רוחני בו אנו מרגישים שאיבדנו את החיבור הרוחני שלנו, שאנו חסרי אונים ושאיננו יכולים עוד לדמיין כלל את היעד שלנו, ובוודאי שלא להשיגו.

כדי לחזור למסלול אנו צריכים לשנות את המיקוד שלנו מהמסע אל היעד וללמוד לראות את ההתנסויות שלנו ברמה הבסיסית ביותר שלהן: צמיחת הנשמה וריפוי הקרמה שלנו. על-ידי העברת המיקוד שלנו ממה שקורה לשאלה מדוע הדבר קורה, אנו משתמשים בהבנה הרוחנית כנקודת ההתייחסות שלנו במקום בהבנה הרגשית. הרגשות הם חלק מהחוויה האנושית ויכולים לעזור או להפריע לנו במסע שלנו. הם מפריעים לנו כאשר אנו משתמשים בהם כדי לשיפוט ולבקר את עצמנו ואחרים; הם עוזרים לנו כאשר אנו משתמשים בהם כדי לקבל החלטות אישיות שונות.

כאשר אנשים אחרים מעורבים בהתנסות שלנו, אנו חייבים לזכור שהם חלק מהמסע שלנו, ואין זה משנה עד כמה קשה, לא הגיונית או כואבת עשויה התרומה שלהם להיות. התבוננות בשיעורים הללו מתוך ריחוק וראיית האינטראקציות הללו מתוך הבנה רוחנית, מסייעות לנו לעבד את החוויה, לקבל את השיעור ולהמשיך הלאה. ההבנה הרגשית שלנו מתמקדת בתחושה הגרועה שלנו, בהתנסות הכואבת וגורמת לנו לשפוט את עצמנו כבלתי ראויים לאהבה, תוך התבססות על מידה האהבה שאחרים רוכשים לנו. בדרך כלל אנו חווים את אותן חוויות עם כל האנשים בחיינו והאופן שבו אנו מבינים את החוויות הללו יכול לעזור לנו לברוא חוויות שונות ופחות כואבות.

הדבר נכון גם לגבי המצבים בחיינו. לעתים קרובות אנו משחזרים מצבי חיים בהם אנו מתמודדים עם בדידות או קשיים כלכליים, מפוטרים מהעבודה, מסיימים מערכת יחסים או מעורבים בסוג כלשהו של דרמה, עד אשר אנו מסכימים לראות כיצד בראנו את המצבים הללו ומאמצים את שעלינו ללמוד מהם. ההבנה הרוחנית שלנו תופסת את המצבים הללו כשיעורים הבאים לבדוק באיזו יעילות אנו משתמשים בעוצמה שלנו. כאשר אנו בוחנים את הדברים מתוך ההבנה הרגשית שלנו, אנו רואים את עצמנו כחסרי מזל, לא ראויים או חסרי אונים.

אין אלה תקלות או טעויות בחיינו. כל מצב הוא דבר-מה שאנו בראנו עבור המסע שלנו, בין אם במודע או שלא במודע, כדי לעזור לנו להגיע ליעד שלנו. אנו הם אלה שבחרים כמה זמן יידרש לנו להשלמת המסע. המצבים המתגרים ביותר מכילים את השיעורים הגדולים ביותר ואנו יכולים ללמוד אותם במהירות אם נתבונן במסע שלנו מנקודת מבט רוחנית, תוך שימוש בהתנסות הרגשית ככלי עזר שיאפשר לנו לקבל החלטות שונות, לזכור את העוצמה שלנו ולשחרר את הפחד והספק.

אנו יכולים להגשים את החוזה הרוחני שלנו במסגרת תקופת חיים ולמעשה, עובדי אור רבים עושים זאת עכשיו. כאשר החוזה שלנו הושלם, אנו חופשיים לעשות דברים אחרים בחיינו, להרחיק לכת אף יותר בנתיב שלנו ואפילו לבחור מסע מסוג שונה. החיים שלנו לא מסתיימים כאשר החוזה הושלם, אף-על-פי שאנו יכולים לעשות זאת. אין זה מקרה שאנשים רבים מאוד בוחרים סגנונות חיים שונים או מחליטים לבצע שינויים קיצוניים בקריירות שלהם. הם הגשימו את החוזה שלהם ובחרו לעבור לדברים אחרים. ברגע שנבין את החיבור שבין הנתיב והמסע הרוחניים וניישם את הידע הרגשי והרוחני שלנו, למידת השיעורים שלנו תהפוך למסע של צמיחה והבנה והיעד שלנו יהפוך ברור. אז נוכל לברוא גן עדן עלי אדמות עבור עצמנו והחיים יהפכו לסדרה של נסים וברכות אותם נברא מעמדה של עוצמה, והנתיב והמסע שלנו יהפכו להרפתקה נהדרת של שמחה והגשמה.



## אוריאל מרפא תהליך הבריאה המשותפת

המסע הרוחני שלנו יכול להתממש בשתי דרכים: הוא יכול להיות מסע שבו אנו מתגברים על מכשולים, שבו אנו נאבקים ללא הרף בפחדים שלנו ובתחושות אי הכשירות שלנו או הוא יכול להיות מסע של הארה, שבו כל חוויה חדשה מאפשרת לנו להעשיר את חיינו בהערכה גדולה יותר לעוצמתנו. כמו כן, אנו יכולים לחוות את המסע שלנו לבד הן במישור הרוחני והן במישור הגשמי או להבין שאף-על-פי שאפשר שאנו לבד בחיים הפיזיים, הרי שיש לנו אינספור ידידים ותומכים במישור הרוחני.

כמו תמיד, אנו בוחרים כיצד יראה המסע הרוחני שלנו ויכולים לקבל בחירות שונות לגבי כל שיעור חדש וחוויה חדשה שאנו פוגשים. רובנו בוחרים בנתיב הקשה, כיוון שאנו מאמינים שהחיים אמורים להיות קשים וככל שאנו סובלים יותר כך גדול יותר יהיה הגמול בסוף המסע. אבל זוהי השקפת עולם ישנה. המפתח לבריאת מסע קל הוא ההבנה כיצד תהליך הבריאה המשותפת עובד.

כאשר לקחנו על עצמנו להגשים את החוזה הרוחני שלנו, בחרנו בצוות של עוזרים אשר ההדרכה שלו תספק לנו את המידע הדרוש להגשימו. המטרה שלנו הייתה להשתמש בקשרים הללו כדי לעזור לנו להיזכר במה שידענו שנשכח ברגע שניכנס למישור הגשמי. חשוב אף יותר, שכחנו שהקשר שלנו איננו עם עצמנו, אלא עם המקור. אנו מתחברים עם המקור כדי ללמוד את השיעורים שלנו ולהעלות את הרטטים שלנו. וכאשר אנו מעלים את הרטטים על-ידי כך שאנו מרפאים את הקרמה שלנו ומסירים מעל עצמנו את הצעיף, אנו הופכים את הדבר אפשרי לכל האנושות. דבר זה, מעל לכל, הוא מטרת המסע שלנו.

כאשר אנו מזמנים את ההדרכה הרוחנית שלנו שתסייע לנו ואת החיבור למקור כדי שיעזור לנו לזכור את מטרת השיעורים שלנו, אנו בוראים במשותף את המסע הרוחני שלנו. המידה שבה אנו מסוגלים לנהל את התנסויות החיים שלנו תלויה בגורמים רבים, אבל ישנם שלושה גורמים שהם החשובים ביותר. הגורם הראשון הוא המקום שבו אנו מחפשים עזרה. רבים מאיתנו מחפשים אנשים שדומים לנו בהשקפותיהם שיידעו אותנו שאנו בנתיב הנכון או שאנו מתקדמים בכיוון הנכון. אם איננו יכולים למצוא אף אחד שיעניק תוקף לנו או להתנסויות שלנו, אנו מאמינים שאנו נמצאים ללא ספק בנתיב הלא-נכון. על-ידי כניסה פנימה, אנו יכולים למצוא את התשובות שאנו צריכים, מהמשאבים שנבחרו בקפידה כבעלי הערך הרב ביותר עבורנו. אנו משתמשים בהדרכה הרוחנית שלנו כדי לברוא במשותף את הנתיב שלנו.

אז אנו חייבים לראות כיצד אנו משתמשים בהתנסויות שלנו כדי להעניק תוקף למסע שלנו. כאשר החיים שלנו קשים, אנו מאמינים שאיננו ראוים לדבר-מה טוב יותר. ככלות הכול, אילו היקום היה אוהב אותנו ללא תנאי, האם לא היה מעניק לנו את התנסויות החיים הטובות ביותר האפשריות? כך היה עושה, אבל הוא עובד איתנו, לא עבורנו. הוא מגיב לאנרגיה שאנו משדרים, הבאה לידי ביטוי

במחשבות ובאמונות שלנו. הוא מתאים את האנרגיה, מחשבה למחשבה, לאנרגיה שאנו בוראים ומגיש לנו את התוצאה בהתאם. הוא אינו יכול לברוא שום דבר שהוא יותר ממה שאנו מבקשים. בתהליך הבריאה המשותפת, כאשר המחשבות שלנו ערוכות עם טובתנו הגבוהה ביותר, התוצאה הטובה ביותר האפשרית תמיד נגישה לנו.

המידה שבה הפחד קיים במחשבות ובאמונות שלנו היא הגורם השלישי החשוב ביותר בבריאה המשותפת. המקור פועל ממקום של אהבה ללא תנאי, שהיא היעדר פחד. הוא גם זוכר אותנו כמושלמים לגמרי. כאשר אנו מפחדים ומבקשים עזרה ממקום של פחד ואמונה בחוסר השלמות שלנו, המקור אינו יכול לעזור לנו עד אשר נשוב למקום שבו הוא יכול להתחבר אלינו ושבנו אנו מסוגלים לזכור מי אנחנו, ישות אלוהית מושלמת בכל הדרכים. אין זה משנה עד כמה קשים, מבולבלים או נוראים הם החיים שלנו, אנו חייבים לזכור שאנו בראנו אותם ושהם מושלמים עבורנו באותו רגע, כיוון שזה בדיוק השיעור אותו עלינו ללמוד. ככל שנשחרר את הפחד כך יתפכו החיים שלנו במידה רבה יותר לתהליך של בריאה משותפת חסרת מאמץ.

כאשר אנו לומדים כיצד לעבוד עם תהליך הבריאה המשותפת ומבינים אותו, החיים שלנו יכולים להיות זרימה חסרת מאמץ של שפע, שלוה, שמחה ואהבה. אבל המסע שלנו הוא תמיד מסע של בריאה משותפת. אנו תמיד עובדים עם אנרגיית המקור בכל היבט של חיינו. אם החיים שלנו מצויים בתוהו ובהו, מלאים בדרמה, וכל צעד קדימה הוא קשה, מאמצי הבריאה המשותפת שלנו היו חד-צדדיים למדי, זאת אומרת שלא השתמשנו בקשרים ובעוצמה שלנו כדי לברוא נתיב קל וזורם. אנו יכולים לשפר את הבריאה המשותפת שלנו באמצעות כמה שינויים.

ראשית עלינו להתחיל בכך שנכיר בעובדה ששכחנו את עוצמתנו. אין משמעות הדבר שנבקש מהיקום להציל אותנו, אף-על-פי שלעתים הוא יעשה זאת. כאשר אנו מכירים בכך ששכחנו את עוצמתנו, אנו מכירים בקיומה. אז אנו נזכרים כיצד הגענו למצב שבו אנו נמצאים. האם פעלנו מתוך פחד או אמונה בחוסר האונים שלנו? האם לא ביקשנו את שאנו רוצים או קיבלנו פחות ממה שאנו יודעים שמגיע לנו? לבסוף, אנו מבקשים עזרה בביצוע השינויים ההכרחיים כדי שנוכל לנוע קדימה בכיוון חדש, שלו, שמח ושופע יותר.

היקום סבלן עד אין קץ כלפינו, ועבור רבים מאיתנו הפעולה הפשוטה של ההכרה בעוצמה שלנו היא שמצויה בבסיס השיעורים שלנו. כל התנסות חיים קשה מתחילה באובדן עוצמה. העוצמה אינה נעלמת, אנו פשוט שכחנו. ברגע שאנו נזכרים, היא שבה והופכת לחלק מאיתנו ואנו יכולים לצעוד אל תוך יכולות הבריאה המשותפת שלנו ולברוא את החיים שאנו רוצים, חיים שמשקפים את השפע, השלוה, השמחה והאהבה ללא תנאי שהם המורשת האלוהית שלנו.

## להיות חלק משיעורים של אחרים

אנו יודעים שהשיעורים שלנו כוללים אנשים אחרים שתורמים את זמנם ואת האנרגיה שלהם כדי לעזור לנו להתקדם בנתיב הרוחני שלנו. במהלך המסע שלנו, נהיה הן תלמידים והן מורים, נלמד מאנשים מסוימים ונלמד אחרים. כאשר אנו הופכים לחלק משיעורים של אנשים אחרים, אנו הופכים למורה והתפקיד שלנו הוא לתרום מזמננו ומהאנרגיה שלנו כדי לעזור להם להתקדם בנתיבם הרוחני. כאשר איננו מודעים למתרחש, אנו עלולים להפוך מעורבים רגשית בבעיה אשר בוראת קרמה נוספת עבורנו ואשר יכולה להציב אותנו בתפקיד הקורבן.

אנו הופכים מעורבים בשיעורים של אחרים באמצעות בעיה דרמתית ולעתים קרובות רגשית מאוד. לדוגמה, אנו נמצאים בעמדה שבה אנו חייבים להגן על עצמנו, מישהו בוגד באמון שלנו או מנסה לנצל אותנו. בהתחשב במצב, התגובה הראשונה שלנו עשויה להיות כעס. זוהי נקודת החיבור. מה שנעשה בשלב הבא קובע האם נהפוך למורה או לקורבן.

כאשר אנו בוחרים להיות מורים, אנו מבינים שאנו פשוט מהווים חלק מהשיעור ומגבילים את השתתפותנו במצב. משמעות הדבר שאנו נשארים מחוץ לדרמה, לא הופכים מעורבים רגשית ולא מניחים למצב להפוך למשהו גדול יותר. אם לא נבחר באפשרות הזאת, קיים חשש שנהפוך לקורבן, נברא עוד קרמה ונהפוך כה מעורבים בשיעור עד שהוא יהפוך לשיעור שלנו ומישהו אחר יצטרך להיות לנו למורה ולהראות לנו את הדרך החוצה.

אף-על-פי שאפשר שאיננו מחשיבים את עצמנו למורים, לעתים קרובות אנו ממלאים תפקיד זה בשיעוריהם של אנשים אחרים. הבחירות שנקבל יקבעו האם נוכל ללמד ולנוע הלאה או האם נהפוך כה מעורבים בשיעור שננוע ממצב של מורה למצב של קורבן. קבלת ההחלטה הזאת מחייבת תרגול של ריחוק, בו אנו לומדים לראות את המלכודות הרגשיות ובמקום להגיב להן, לדעת שהן סימן עבורנו לכך שפשוט יש לנו תפקיד למלא במצב. תמיד ניצבת בפנינו הברירה האם למלא את התפקיד שלנו ולנוע הלאה או האם להישאר בתוך השיעור ולהפוך לחלק גדול אף יותר ממנו.

## כיצד אנו בוראים בריאה-משותפת

תהליך הבריאה המשותפת הוא תהליך שבאמצעותו אנו עובדים עם היקום כדי לברוא כל היבט של המציאות שלנו. אנו עשויים להאמין שאנו משתמשים בעוצמה שלנו כאשר אנו בוראים את הדברים הנפלאים בחיינו, אבל היקום לא מבחין בין טוב ורע, הוא פשוט מגיב לבקשות שלנו. אנו יכולים לברוא במודע או שלא במודע ויהיו אלה הבקשות הלא מודעות שלנו, אלה שאנו מבקשים מתוך פחד, שדומה שמניבות את התוצאות המיידיות ביותר. בין אם אנו בוראים שפע או מחסור, אהבה או פחד, שמחה או עצב, אנו משתמשים באותו תהליך. תהליך זה עושה שימוש בכוונה, ברגשות ובאמונות שלנו כדי לברוא את המציאות בה אנו חיים.

אנו ממקדים את המחשבות בכוונה שלנו וכל מחשבה בוראת את המציאות שלנו. הרגשות מוסיפים אנרגיה לכוונה. לכן כאשר אנו כועסים, עצובים או מפחדים זו האנרגיה אשר תתווסף לכוונות שלנו. האם שמתם לב שכאשר הדברים מתנהלים באופן גרוע דומה שהם הולכים מדחי אל דחי? ודברים מתחילים להשתפר ברגע שאנו משנים את המיקוד שלנו מתחושות שליליות כלפי מצב כלשהו ליצירת פתרון. כאשר האנרגיה הרגשית שלנו משתנה, אנו משנים את האנרגיה שאנו מוסיפים לכוונות שלנו ואז אנו יכולים לברוא דבר-מה אחר.

כאשר איננו מאמינים שאנו ראויים לדבר-מה, אבל מבקשים אותו למרות הכל, אנו שולחים מסרים מבולבלים ליקום. אנו מבקשים אבל לא חושבים שנקבל, משום שאיננו ראויים. או אנו יודעים שזה לא יקרה לנו. לכן דבר אינו קורה, כיוון שאנו צריכים להאמין שאנו ראויים לברכות לפני שנוכל להגשים אותן. מבין אלפי המחשבות שחולפות בראשו בכל יום, כמה בוראות במודע את מה שאנו רוצים וכמה מעצימות שלא במודע את הדבר שברצוננו לשנות?

כל עוד אנו תופסים את עצמנו כחסרי משמעות, כחסרי אונים ואת החיים שלנו כנמצאים מחוץ לשליטתנו, אנו נעשה שימוש בכל עוצמת היקום, העומדת לרשותנו, כדי לברוא אמונות אלה. ברגע שנבין את עוצמת המחשבות שלנו וכיצד הכוונה, הרגש והאמונות עובדים יחד כדי לברוא את המציאות שלנו, בריאת שפע, שמחה, אהבה ללא תנאי ושלווה תהפוך קלה. השבוע העניקו תשומת לב למחשבות שלכם. האם אתם בוראים שלא במודע את מה שאינכם רוצים? האם המחשבות שלכם משקפות את מה שאתם רוצים במציאות שלכם? קל לשנות את המחשבות ברגע שאנו לומדים לזהות את המחשבות שמגבילות אותנו. האם האמונות שלכם תואמות למה שאתם מבקשים? אם לא, אפשר שאתם חוסמים את ההגשמה שלכם. שימו לב למחשבות שלכם ותבראו במודע את המציאות שאתם יודעים שיכולה להיות שלכם כאשר אתם בוראים במשותף ממקום של עוצמה, באמצעות הכוונות, הרגשות והאמונות שלכם אשר עובדים יחד כדי לברוא את מציאות החלומות שלכם.

## אוריאל מרפא האם אתם אבודים בעולם?

עובדי אור רבים מרגישים אבודים בעולם. הם מרגישים שלא במקומם ומחפשים אחר מקום בו ירגישו בנוח. אף-על-פי שהצלחה חומרית אפשר שאינה חשובה להם, הם שואפים להשיגה משום שזהו מדד ההצלחה בעולם. הם מתאמצים לברוא עוצמה חומרית, אף-על-פי שהדבר קשה לעובדי אור, משום שהשיעורים שלהם עוסקים בחיבור לעוצמה הפנימית שלהם. והם עשויים לחפש אחר אהבה במסגרת מערכות יחסים עם אנשים אחרים, אף-על-פי שהמשימה שלהם היא להתחבר למקור הפנימי של האהבה נטולת התנאים.

אם אתם מקדישים זמן בניסיון לשנות את עצמכם כך שתתאימו לעולם, אתם יכולים בקלות ללכת לאיבוד ולשכוח שהמסע הרוחני שלכם הוא פנימי והתוצאות שתגשמו באופן חיצוני ברגע שתבצעו את עבודתכם הפנימית. המשימה שלכם היא לא להתאים לעולם, אלא לברוא דרך הוויה חדשה עבור עצמכם, אפילו אם אתם היחידים שעושים זאת. אף אחד מלבדכם אינו יכול למדוד את מידת ההצלחה שלכם או את ההישגים שלכם. ובאמצעות הערכת הדרכים שבהן אתם שונים, אתם תמצאו את דרככם.

העולם יציג בפניכם בחירות מרובות בנתיב שלכם וכל אחת עשויה להבטיח הצלחה ועוצמה. אך כל דבר שמחייב שתתעלמו מהכישורים שלכם, שתנטשו את הדרך שלכם או שתשנו את עצמכם במטרה להסתגל, יותיר אתכם בתחושה שאתם אבודים והתוצאות שתשיגו לא תהיינה דומות לתוצאות שמשגיגים אנשים אחרים. כל אחד מכם הגיע לכאן כדי לברוא נתיבים חדשים, דרכי הוויה חדשות ולספק לעולם אנרגיות חדשות לשינוי. כחלוצים, הדרך שלכם שונה מזו של העולם. תחושות אי נוחות ושל היותכם אבודים הן סימן עבורכם שאינכם נמצאים בנתיב הנכון לכם.

כל אחד מכם מחולל שינוי בעולם כאשר אתם מאפשרים לאור שלכם לזהור. העולם אינו מבקש שתתאימו את עצמכם אליו, הוא כפי שהוא. העולם יגיב אליכם ולכישורים שלכם כאשר תצעדו בנתיב שלכם. בעת שאתם מעלים את הרטטים שלכם, אתם בוראים הזדמנות עבור העולם והוא יקבל בסופו של דבר את האנרגיות החדשות הללו וינוע לכיוונן. כל דור של עובדי אור תרם לשינויים שאתם רואים בעולם היום והמאמצים שלהם בראו דרכי הוויה חדשות. אם אתם מרגישים אבודים בעולם, זכרו שהעולם ממתין לכם ושכל שעליכם לעשות הוא להיות מי שאתם, לחלוק את הכישורים שלכם ואתם תתאימו לאנרגיה החדשה שאתם בראתם עבור העולם.

## בריאה משותפת של שפע

כאשר אנו שומעים את המילה "שפע", מיד אנו חושבים על כסף ודברים חומריים. אילו הייתי מכריזה על פתיחת קורס בו אלמד בריאת שפע, כל הנרשמים היו חושבים שהשתתפות בקורס תאפשר להם לפתור את כל בעיותיהם הכלכליות. וזה נכון באופן חלקי, אבל ברצוני להדגיש דבר אחד והוא שאנו בוראים במשותף שפע, וששפע אינו רק כסף. אנו בוראים במשותף כל סוג של שפע בחיינו, מעצבות ובריאות גרועה ועד לבריאות טובה, שמחה וכסף. אנו עובדים עם היקום כל הזמן, בוראים במשותף כל היבט של חיינו, והדבר ממנו אנו מקבלים בשפע תלוי בארבעה דברים: במה שיש לנו, במה שאנו רוצים, במה שאנו מבקשים ובאופן שבו אנו מבקשים.

כאשר קיים הבדל גדול בין מה שיש לנו לבין מה שאנו רוצים, אנו מאמינים שקרוב לוודאי שאנו עושים את הדבר הלא נכון או שאנו ממש חסרי מזל. ככלות הכול, אם אנו צועדים בנתיב רוחני, האם היקום לא אמור לברך אותנו בשפע? האם ההליכה בנתיב הרוחני אין משמעותה שנזכה בברכות? זה נכון, אבל תחילה אנו חייבים ללמוד את עקרון הבריאה המשותפת, הקובע שאנו בוראים באמצעות המחשבות והכוונות שלנו את כל הדברים המצויים במציאות שלנו.

מה אתם מבקשים מהיקום? כסף רב יותר, משרה טובה יותר, מערכת יחסים, חיים שמחים יותר? ואז מה אתם עושים? איך אתם מבקשים? האם אתם מתחננים או מבקשים בקול סמכותי? התוצאות מתחילות לנוע לפני שאנו מסיימים את המחשבה, ולכן אם עדיין "אין לכם", לא היקום הוא זה שאינו פועל לטובתכם. כאשר דלתות נפתחות, אנו חייבים להיות מוכנים לעבור בהן. אנו עוצמתיים מעבר לכל שיעור והבנה, וכאשר אנו מבקשים באופן סמכותי, אנו מאשרים את הזכות שלנו לשפע ולכל הדברים הטובים והנפלאים.

אם נמאס לכם להיות עניים, הפסיקו לומר ליקום עד כמה אתם עייפים להיות עניים. בדרך זו אתם רק מקבלים יותר ממה שאינכם רוצים. עקרון הבריאה המשותפת עובד עם כל מחשבה, מילה ופעולה. אם אתם עניים, בודדים, אינכם מרוצים מהעבודה שלכם, או פשוט רוצים חיים שונים, הרי שבראתם במשותף שפע של דברים שאינכם רוצים בהם עוד. מקדו את המחשבות שלכם בדברים שאתם כן רוצים ובקשו ממקום של עוצמה. זכרו שזהו תהליך של בריאה משותפת, אתם והיקום עובדים יחד כדי לברוא עבורכם גן עדן עליו אדמות.

## כוחה של החבלה העצמית

כאשר אני עובדת עם מטופלים, אחד הדברים בהם אנו מתמקדים הוא האופן שבו הם מחבלים בעצמם או פועלים כנגד עצמם. כולם עושים זאת בדרכים שונות, אבל התוצאה היא תמיד אותה תוצאה, הם אינם מצליחים להגשים את מה שהם רוצים, על אף כל מאמצייהם. בין אם החבלה קיימת במסרים השליליים שהם אומרים לעצמם, באמונות שלהם או בחוסר היכולת שלהם לפעול, חבלה עצמית קיימת כאשר דומה שאיננו מסוגלים להתקדם.

לעתים קרובות החבלה מעודנת ובאה לידי ביטוי בדרכים שהן כה מוכרות לנו שאיננו מודעים כלל לקיומה. מטופלת אחת שלי רוצה מאוד להינשא אבל מפחדת לאבד את עוצמתה במסגרת מערכת היחסים, לכן היא מחבלת במאמציה על-ידי כך שהיא בוחרת בגברים שאינם מעוניינים להתחייב ואשר עוזבים לאחר כמה חודשים. מטופלת אחרת רוצה להקים מרכז ריפוי אבל האמונה שלה שהיא אינה אשת עסקים מוצלחת אינה מאפשרת לה להתחיל. אלה הן כמה דוגמאות לחבלה עצמית בפעולה.

חבלה עצמית מונעת מאיתנו להשיג תוצאות, אף-על-פי שאנו מרגישים שאנו עושים כמיטב יכולתנו וכל מאמץ כדי להגשים את שאנו רוצים. עד אשר נבין כיצד חבלה עצמית פועלת בחיינו, נעבוד קשה כדי להגיע לנקודה מסוימת ואז הכל ייעצר. לעתים קרובות זהו דפוס אשר חוזר על עצמו פעמים רבות. אם נוכל להתבונן במצב מתוך ריחוק וניתוק, נוכל לראות באיזו נקודה מתחילה החבלה העצמית לפעול. אבל אנו מחבלים בדברים שהם חשובים לנו מאוד, ולכן לעתים קרובות אנו עצובים, מאוכזבים, כועסים או פגועים מדי מכדי לראות גרמנו למצב ולהבין כיצד התרחש.

בשורש כל חבלה עצמית מצוי פחד, המבוסס בדרך כלל על התנסויות קודמות. פחד זה יכול להיות קטן או גדול, הוא יכול לנבוע במסר סתמי ממישהו אחר. כילדה חליתי מאוד לאחר שנפלתי כשניסיתי לרכב על התלת אופן של אחותי, דבר שרציתי מאוד לעשות. ההורים שלי הזכירו לי ללא הרף שכמעט וקיפחתי את חיי כתוצאה מפעולה זו. ולאחר שנים רבות האמנתי שאם אנסה להשיג את שאני רוצה, אמות. לכן בשעה שעבדתי קשה מאוד כדי להגשים את שאני רוצה, וידאתי שלעולם לא אשיג את מטרותיי. חבלה עצמית חדלה להיות בעיה ברגע שאנו הופכים מודעים אליה ורואים אותה כפי שהיא. ברגע שאנו עושים זאת, אנו יכולים להתגבר על דפוס זה ולהגשים את שאנו רוצים מבלי לחבל במאמצינו.

## המסר של אוראל מה הציפיות שלכם מאחרים?

יש לכם ציפיות מהאנשים בחייכם: שהם יתייחסו אליכם כהלכה, יכבדו אתכם ויעריכו את מאמצים. אפשר שאתם מצפים שהם יחזירו לכם טובה, יעמדו לרשותכם במידת הצורך ויתמכו בכם. אולי אתם מצפים שהם יהיו חביבים, מתחשבים ואוהבים. ולפעמים הם נוהגים כך, אבל לעתים קרובות עוד יותר הם אינם נוהגים כך. כאשר יש לכם ציפיות מאנשים אחרים, דומה שלעתים הם עושים כמיטב יכולתם כדי לא לעמוד בציפיות שלכם. זאת משום שציפיות מאחרים משמעותן שאינכם מספקים את הצרכים של עצמכם.

כאשר אתם זקוקים לאהבה, לקבלה או לאישוש ערככם, אתם מצפים שאנשים אחרים יעניקו לכם דברים אלה. אבל כיוון שאינכם מודעים לכך בעצמכם, אתם מוצאים אנשים שמשקפים חזרה אליכם את חוסר ההערכה העצמית שלכם. במקום למצוא מישהו שמוקיר ושמכבד אתכם, אתם מוצאים בגידה. במקום למצוא אהבה, אתם מוצאים מישהו שמנצל אתכם. אתם ראוים לאהבה ולהערכה, אבל אנשים אחרים אינם יכולים להעניק לכם אותן עד אשר תלמדו להעניק אותן לעצמכם תחילה.

הציפיות שלכם מאנשים אחרים נובעות מהפחד שאינכם ראוים. אבל משום שהפחדים שלכם הם שמניעים אתכם, אתם מוצאים אנשים שמשקפים את הפחדים הללו חזרה אליכם. והם מגיבים אליכם מהפחדים שלהם. האינטראקציות שלכם עם אנשים אחרים מתקיימות בשתי רמות: הרמה הגשמית שבה אתם רואים אותם ומדברים אליהם, והרמה האנרגטית שבה אתם מתחברים לאנרגיה מסוימת שהם ואתם נושאים באותו רגע. ברמה הגשמית אתם יכולים להסתיר את הפחדים שלכם ולהעמיד פנים שהכל כשורה. אבל ברמה האנרגטית, דבר אינו נסתר ואם קיים פחד, הוא יהווה את נקודת החיבור הראשונית.

טוב יותר פשוט לדעת שכל האנשים בחייכם מגיבים אליכם בדרך הטובה, המכובדת והמושלמת ביותר. כאשר אתם בוראים אנרגיה זו בחייכם, אין לכם ציפיות ואתם ניגשים אל כל האינטראקציות שלכם ללא פחד. ללא פחד, אין לכם צורך באישוש, אין לכם צורך במישהו שיזכיר לכם שאתם טובים דיככם. ללא פחד, האינטראקציות שלכם עם אנשים אחרים מתקיימות ברמות האנרגטיות הגבוהות ביותר, וכך אין פחד בנקודת החיבור. וכאשר אין לכם ציפיות מאחרים, כולם ישקפו חזרה אליכם את השלמות שאתם מכירים בעצמכם.



## קחו בעלות

כשעזבתי את הסופרמרקט אתמול, שמעתי במקרה שיחה בין בני זוג. האישה שאלה את בעלה, בטון מצפה, אם הוא רוצה ללכת לבית ידידתה לארוחת ערב באותו לילה. הוא אמר "לא" בתקיפות רבה. היא שאלה אותו מדוע לא והמשיכה לתת סיבות שונות מדוע עליהם ללכת לבית הידידה. הוא שוב אמר "לא" והתרחק.

האישה ראתה אותי וחייכה בעצב, מאוכזבת ופגועה בעליל. הייתה לי תחושה שהיא ובעלה מנהלים שיחות רבות מסוג זה. קרוב לוודאי שהיא הייתה מקבלת תגובה שונה מבעלה אילו הייתה שואלת את השאלה באופן שונה. במקום לומר לבעלה מה היא רוצה, היא שאלה אותו מה הוא רוצה לעשות, וקיוותה שהוא ירצה את אותו הדבר שהיא רוצה. אבל היא לא עשתה זאת והתגובה שלו שיקפה את המחשבות שלו באותו זמן ואת מה שהוא רוצה לעשות.

העצה שלי לאישה זו היא לקחת בעלות על מה שהיא רוצה על-ידי כך שתיידע את בעלה ברצונה בזמן שהיא שואלת את השאלה. כולנו נזהרים כאשר אנו מבקשים דברים מאחרים, כיוון שאיננו רוצים להתאכזב או להידחות. לכן אנו נוהגים כלהטוטנים בשעה שאנו מנסים לקבל את רצוננו מבלי לומר בברור מהו. או אנו שואלים בדרך שמגינה עלינו מדחייה, בייחוד אם אנו מצפים שהתשובה לא תהיה התשובה שאנו רוצים לשמוע. מה גדול יותר, הפחד שלנו מפני הדחייה או הפחד שלנו שמא לא נקבל את שאנו רוצים?

כאשר שאנו לוקחים בעלות על מה שאנו רוצים, יש לנו אפשרויות רבות יותר משום שאנו נותנים לאחרים די מידע שמאפשר להם לדעת מה חשוב לנו. הם יכולים להסכים איתנו או לא, זה לא חשוב. כיוון שאנו הצהרנו מה אנו רוצים, הרצון שלנו הפך לדבר אותו חייב האדם האחר לשקול. אז יש לנו בררה, המבוססת על התשובה של האדם האחר, שמיידעת אותנו כיצד נתקדם הלאה. ולקיחת בעלות מאפשרת לנו לצעוד אל תוך עוצמתנו בכל הקשור למה שאנו רוצים. האם אתם שואלים שאלות בדרך שמסתירה את רצונכם? נסו לקחת בעלות ולתת לעצמכם אופציות רבות יותר לקבל את שאתם רוצים בחייכם.

## אוריאל מרפא

### הארה

אתם יכולים ללמוד על הארה ממורים רבים, כל אחד מהם אפשר שחווה סוג מסוים של הארה ורוצה לחלוק אותה עם אנשים אחרים. המניעים שלהם טובים ויש אנשים שיעזרו בהם במשך הנתב הזה. אבל אחרים לא ישיגו את התוצאות להן הם מצפים וירגישו שהם פספסו דבר-מה או אף גרוע מכך, שההארה נמצאת מעבר להישג ידם. ישנם רמות רבות ונתיבים רבים להארה, וכל אחד מכם הולך בנתיב שונה. אין הגדרה אחת להארה ואין לה חוויה אחת ויחידה, אתם יכולים לחוות חוויות הארה רבות בכל יום.

הארה אינה תמיד רגע של חיבור בודד אשר בו התשובות לכל השאלות שלכם הופכות ידועות באופן מידי. אף-על-פי שדבר זה עשוי להתרחש, לעתים קרובות זהו תהליך הדרגתי יותר שמתרחש על פני חוויות שונות. אם אתם מחכים לרגע בודד זה של התעוררות, של ידיעת האור, אתם עלולים לפספס הזדמנויות רבות לאשר את התקדמותכם, כיוון שהן מגיעות כברכות קטנות יותר וברורות פחות. אתם עשויים לחיות תקופת חיים שלמה באמונה שלא השגתם את מטרתכם.

אתם משיגים הארה בכל פעם שאתם מכירים בעוצמתכם, לומדים שיעור, מתרגלים חמלה וחביבות כלפי אנשים אחרים. בכל פעם שאתם סולחים לעצמכם ולאנשים אחרים, אתם משיגים הארה. ברמת הנשמה, אלה הם ניצחונות על שיעורים שאפשר שלא הייתם מסוגלים להגשים בתקופות חיים קודמות. משמעות ההארה היא להיות קרובים יותר לאור, להעלות את הרטט שלכם, לחזק את החיבור שלכם למקור ולהסיר רבדים של קרמה שהיו לכם לנטל במשך גלגולים רבים.

התנסויות הארה של אנשים אחרים יכולות לעזור לכם, אבל ההתנסות שלהם אינה יכולה להיות שלכם. אתם תגיעו לכל שלב של הארה בדרככם שלכם. כאשר תעשו זאת, תקבלו הזדמנות נוספת לנוע קדימה לרמה אחרת. כל חוויית הארה תעניק לכם הבנה ושלווה גדולות יותר. אתם תדעו שהמפתח להארה הוא ההבנה שאתם ישות אלוהית אשר למסע האנושי שלה יש לא יעד אלא מטרה, והיא להביא לאנושות גלי אור גדולים יותר.

## אנרגיית העבר

האנרגיה האוניברסלית אינה פועלת במסגרת הזמן והמרחב ונאמר לנו שהזמן כפי שאנו מכירים אותו קיים רק במישור החומר. אין עבר או עתיד, רק רגע ההווה. חשוב שנבין זאת בעת שאנו בוראים את המציאות שלנו, כדי שנוכל להשתמש בעבר ובאנרגיה שלו בדרך הנכונה. אחרת, אנו נברא מחדש ללא הרף את העבר ואת כל היבטיו בהווה.

כאשר אנו עובדים עם האנרגיה האוניברסלית בדרך מאוזנת, אנו משתמשים בהתנסות העבר שלנו ככלי למידה אשר מסייע לנו להימנע ממכשולים בעת שאנו בוראים את העתיד. אנו לוקחים את המידע הכלול בשיעורים שלמדנו ומתקדמים הלאה בנתיב הרוחני שלנו. בדרך זו אנו משתמשים בעבר כך שיעזור לנו לברוא מציאות שונה שאינה כרוכה בהתנסויות חוזרות אותן איננו רוצים לשוב ולחוות. שימוש לא מאוזן באנרגיה האוניברסלית מתמקד בעבר כך שהעבר חוזר על עצמו בהווה.

לעבר אנרגיה משלו שהיא הן עוצמתית והן מושכת. אם התנסויות העבר שלנו היו קשות וכואבות, הן עלולות לגרום לנו להרגיש פגומים, לא אהובים ושאיננו ראויים לדברים טובים יותר בעתיד. אם אנו מתמקדים בתחושות החוסר הללו, אנו משתמשים באנרגיה האוניברסלית כדי לברוא מחדש התנסויות שמעצימות את האמונות הללו וההווה משקף את העבר. או אפשר שאנו פוחדים לנסות דבר-מה שונה משום שאנו זוכרים מה אירע בעבר ומניחים שדבר זה ישוב ויתרחש, וכך אנו מחבלים במאמצינו.

אבל אם אנו רואים את ההתנסויות הקשות כסימן לכך שלא השתמשנו בעוצמה שלנו ולא עבדנו במסגרת המודעות הרוחנית שלנו, אנו יכולים לשלב את שיעורי העבר כקווים מנחים אשר יעזרו לנו לדעת היכן עלינו לצעוד קדימה בעוצמה רבה יותר, להיות בטוחים יותר בעצמנו ולבטוח ביכולת שלנו לברוא את הדברים שאנו רוצים במציאות שלנו. השבוע, חשבו כיצד אתם משתמשים בעבר כדי לברוא את המציאות העכשווית שלכם. האם אתם מסוגלים לקחת את שיעורי העבר ולברוא דבר-מה שונה, או האם אתם מבינים שההיבטים הקשים ביותר של העבר חוזרים על עצמם בהווה? כיצד אתם משתמשים באנרגיה האוניברסלית כדי לברוא זאת ומה עליכם לעשות כדי לשנות מצב זה?

## שימוש נכון בעוצמה

למעשה אין דרך נכונה או לא נכונה להשתמש בעוצמה שלנו, כל דרך שבה אנו משתמשים בה משקפת את רמת ההתפתחות וההבנה הרוחנית שלנו. אנו יכולים למדוד כיצד השתמשנו בעוצמה שלנו בעזרת התוצאות שהשגנו. התוצאות המועילות, אלה מהן אנו נהנים ואשר מביאות לנו את שאנו רוצים, מושגות בעזרת אותה עוצמה כמו אלה שהן פחות מועילות, התוצאות שמביאות לנו עוד מהדברים שברצוננו לשנות או שברצוננו לסלק. הנושא אינו כמה עוצמה יש לנו ~ לכולנו אותה רמה של עוצמה ~ אלא כיצד אנו משתמשים בה.

לרבים מאיתנו קשה לקבל שיש לנו אותה מידה של עוצמה כמו לכל אדם אחר על הפלנטה. האם משמעות הדבר שיש לנו מידה זהה של עוצמה כפי שיש לאנשים העשירים ביותר בעולם, לנשיאים, למנהיגים ולמנהלי חברות גדולות? כן, יש לנו. הם השתמשו בעוצמה שלהם כדי לברוא את מה שהם רצו ואנו יכולים להשתמש בעוצמה שלנו כדי לברוא את מה שאנו רוצים. אבל לא אם אנו מנסים לברוא את מה שיש לאדם אחר, משום שאנו מאמינים שהדבר יהפוך אותנו למאושרים יותר או שמצבנו יהיה טוב יותר מפי שהוא עתה.

אנו משתמשים בעוצמה שלנו בדרך הנכונה או הטובה ביותר כאשר אנו משתמשים בה באמצעות כוונה מודעת. הכוונה שלנו חייבת להיות מודעת, ומשמעות הדבר שאנו מודעים בדיוק לדבר אותו אנו מבקשים, משום שאז אנו מכוונים את האנרגיה בדרך הטובה ביותר האפשרית. ואנו יכולים למקד את מלוא העוצמה שלנו בכוונה שלנו ולהגביר את סיכויי ההצלחה שלנו. ככל שנרבה למקד את הכוונה שלנו במה שאנו רוצים, כך ישתפרו הסיכויים שלנו לקבל את רצוננו.

שימוש לא נכון בעוצמה מתרחש כאשר אנו פשוט לא מכירים בעוצמה שלנו. התוצאות שאנו נקבל ישקפו את כמות העוצמה בה אנו משתמשים כדי לברוא את רצוננו. כאשר אנו משתמשים בכל העוצמה שלנו, אנו יכולים להגשים תוצאות מדהימות. ככל שאנו משתמשים בפחות עוצמה, כך ישקפו התוצאות במידה פחותה את שביקשנו. השבוע, חשבו כיצד אתם משתמשים בעוצמה שלכם. האם אתם יודעים עד כמה עוצמתיים אתם? האם אתם מאמינים שיש לכם מידה שווה של עוצמה כמו לכל האחרים? תרגלו שימוש בעוצמה שלכם על-ידי כך שתגשימו משהו שאתם רוצים ותשקיעו בכך את כל עוצמתכם. סרבו אפילו לשקול כישלון והיו מוכנים לקבל.

## על מי אתם סומכים/מסתמכים?

ידידה שלי התקשרה כדי להתלונן על כך שידידה אחרת שוב לא הגיעה לפגישה כפי שהבטיחה. הידידה שלי המתינה יותר משעה לאישה זו, שגם בעבר לא הגיעה לכמה פגישות, משום שלא הייתה לה תחבורה. בעת הסיפור שלה, היא חזרה ואמרה שלוש פעמים: "סמכתי עליה". אבל היא ידעה, מהתנסות קודמת, שלא ניתן לסמוך על אישה זו, משום שהיא קובעת לעצמה ללא הרף פגישות רבות מדי ומתחייבת יתר על המידה. אף-על-פי שהידידה שלי ידעה כל זאת, היא סמכה עליה שתקיים את הפגישה באותו יום עמוס, והתאכזבה.

כולנו סומכים על אנשים בכל הקשור לדברים שונים: שיתנו לנו "טרמפ", שיהיו שם כאשר אנו רוצים לדבר על דברים חשובים, כגון כיבוד מערכות יחסים, התחייבויות ומחויבויות למשפחה. אנשים מסוימים הם מהימנים ונמצאים שם עבורנו כאשר אנו זקוקים להם. אחרים אינם מהימנים. לפעמים, חוסר המהימנות שלהם הוא מסר עבורנו שהם אינם רוצים שנסמוך עליהם, ולכן הם מפירים את ההתחייבות שלהם. אחרים מבטיחים הבטחות רבות כל-כך, משום שהם רוצים להיות נגישים לכולם, והם אינם יכולים בשום אופן לקיים את כולן.

מה עומד מאחורי ההסתמכות שלנו על אחרים? עבור הידידה שלי, היה זה הצורך לתת לאישה אחרת הזדמנות להוכיח שהיא מהימנה ושניתן לסמוך עליה. היא מאמינה שכל האנשים צריכים לכבד את התחייבויותיהם והיא נותנת להם הזדמנות לעשות זאת. והיא סומכת על אנשים אשר לעתים קרובות, שוב ושוב, מוכיחים שהם אינם מהימנים. אנו גם מסתמכים על אחרים כאשר אנו רוצים הוכחה שאנו חשובים להם. אם הם מקיימים את ההתחייבויות שלהם כלפינו, אנו חשובים להם ללא ספק. אם הם אינם מקיימים אותן, איננו חשובים להם.

ישנם זמנים שבהם אנו חייבים לסמוך ולהסתמך על אנשים אחרים. כאשר הייתה דליקה בביתי בקיץ שעבר, התקשרתי למכבי האש, הם היו מהימנים והגיעו מיד. אבל כאשר אנו סומכים ללא הרף על אנשים שמאכזבים אותנו דרך קבע, אנו חייבים לבדוק מדוע אנו מעניקים להם הזדמנויות להוכיח לנו שאסור לנו לסמוך ולהסתמך עליהם. ואנו חייבים גם להתנגד לפיתוי להפוך את הסיפור לסיפור שלנו. אין זה הסיפור שלנו, מדובר באותם אנשים ובבעיות שלהם. האם אתם סומכים על אנשים לא מהימנים? חשבו מדוע אתם עושים זאת ואז חפשו אחר משאבים אחרים.

## אוריאל מרפא עבודה עם אנרגיה

אנו מוקפים באנרגיה ואילו יכולנו לראותה, היינו רואים אינסוף חלקיקי אור. הם נעים ללא הרף, נעים לקראתנו כאשר אנו מזמנים אותם ואז מתרחקים כדי לברוא את כל שהגשמנו באמצעות המחשבות והמילים שלנו. האנרגיה, כמו כל דבר אחר ביקום, אינה שופטת, ולכן היא אינה שואלת אותנו האם אנו רוצים את הדבר שאנו מבקשים, היא פשוט בוראת אותו. בניגוד לנו, היא מכירה בעוצמה שלנו והיא פשוט מגיבה לכל שאנו בוראים. כמו כן, היא אינה יודעת האם אנו בוראים במודע, האם אנו מבקשים בדיוק את מה שאנו רוצים, או האם אנו בוראים שלא במודע, מתוך הרגל. היא פשוט מגיבה למחשבות שלנו על-ידי כך שהיא מגשימה אותן.

עבודה עם אנרגיה היא הדרך באמצעותה אנו משתמשים בעוצמה שלנו כדי לברוא את המציאות שלנו. אנו עושים זאת בכל יום, בין אם אנו מודעים לכך או לא. מהחביבות שמישהו מפגין כלפינו, לקנס שאנו מקבלים, מהאנשים שאנו מושכים, למעמד הכלכלי שלנו, הכל מתרחש בחיינו כתוצאה מהאופן שבו אנו מכוונים את האנרגיה. כאשר איננו מודעים לעוצמה זו, אנו יכולים להשתמש באנרגיה בדרך לא אחראית וקפריזית, ולברוא דברים שאיננו רוצים. אנו עושים זאת מכמה סיבות: איננו מבינים את עוצמתנו, איננו יודעים כיצד לעבוד עם האנרגיה, איננו יודעים כיצד האנרגיה עובדת, או אנו חיים בעבר.

העולם כיום מורכב מאוד ויכול לגרום לנו לחוש חסרי אונים, אם איננו נמנים על האנשים העוצמתיים, העשירים או היפים שאנו רואים בחדשות בכל יום. אנו תוהים האם הם מבורכים יותר מאיתנו משום שיש להם דברים רבים כל-כך ודומה שחיהם טובים משלנו. כאשר איננו מאמינים לכך שאנו ראויים במידה שווה לכולם, אנו משתמשים באנרגיה באופן שמרחיק מאיתנו את הדברים שאנו רוצים. אחד משיעורי החיים שלנו הוא להגשים את שאנו רוצים, ללא קשר למה שיש לאנשים אחרים.

אנו הדור הראשון שעוצמתו נגישה לו ואשר יש לו גישה לידע בנוגע לעבודה עם האנרגיה האוניברסלית. אין זה פלא שאיננו יודעים כיצד להשתמש בה, משום שעד כה היו מורים מעטים שלימדו את הנושא. ואנו חייבים להתגבר על תקופות חיים רבות בהן האמנו שאנו חסרי אונים, שהחיים שלנו אינם בשליטתנו, שהייעוד שלנו קבוע מראש ושהמזל הוא משהו שקורה לאנשים אחרים. ברגע שנקבל שיש לנו עוצמה ונלמד כיצד להשתמש בה, נוכל להשתמש באנרגיה הסובבת אותנו בחכמה ולברוא את הטוב והנכון ביותר עבורנו.

משום שהיו לנו מורים מעטים בלבד שיכלו להראות לנו כיצד להשתמש באנרגיה, איננו מבינים כיצד היא עובדת ולכן אנו נתקלים בצרות. האנרגיה האוניברסלית היא נטולת שיפוט והבחנה לחלוטין, ומשמעות הדבר שאין לה דעה, מחשבה או תחושה לגבי האופן שבו אנו משתמשים בה. אנו יכולים

להשתמש בה כדי לברוא עושר או עוני, מערכות יחסים אוהבות או נוראות, שמחה או עצב. היא לא שואלת "מדוע" או האם זה באמת מה שאנו רוצים, היא פשוט מגיבה למחשבות, למילים ולאמונות שלנו. ברגע שנבין שכל מחשבה שאנו חושבים היא עוצמתית וחשובה, נלמד לעבוד עם ולנהל את האנרגיה, כך שהמחשבות שלנו יתמקדו אך ורק בבריאת הדברים שאנו רוצים.

דרך אחרת באמצעותה אנו בוראים את שאיננו רוצים בחיינו היא על-ידי כך שאנו חיים בעבר. אנו עושים זאת כאשר אנו מתמקדים במה שהשתבש או באופן בו התייחסו אלינו או בדרך בה הדברים לא עבדו בזמן כלשהו בעבר. יכול להיות שכך היה אז, אבל תמיד ניתנות לנו הזדמנויות לנסות שוב וכל יום חדש הוא הזדמנות ייחודית עבורנו לברוא חיים שמחים, שלווים ושופעים. אנו משתמשים בהזדמנויות הללו בחכמה כאשר אנו מבינים שהדברים יכולים להיות שונים אם נתעלם מתוצאות העבר ונתמקד בבריאת דבר-מה שונה. איננו עושים בהן שימוש חכם כאשר אנו מוותרים עוד לפני שאנו מתחילים, משום שאנו מפחדים שהעבר יחזור על עצמו.

האנרגיה סביבנו קיימת כדי שנשתמש בה והיא ממתינה לנו שנזמן אותה לפעולה. היא אינה מפקפקת בכוונות שלנו כיוון שהיא מגיבה למחשבות, לאמונות ולמילים שלנו. כאשר אנו מודעים לכך שלכל מחשבה עוצמה שווה, אנו יודעים שעלינו להשתמש בעוצמה זו בחכמה. בין אם אנו עושים זאת או לא, אנו נקבל הזדמנויות רבות לנסות שוב עד אשר נלמד להשתמש בעוצמה שלנו במודע כדי לברוא את שאנו רוצים. אנו יכולים לעשות זאת באמצעות שיעורים קלים או קשים, על-ידי שימוש באנרגיה כדי לברוא שלווה, שמחה ושפע או את ההפך. וכאשר אנו חיים ברגע ההווה, אנו זוכרים שהחיים שלנו מתגלמים לנגד עינינו ולא מאחורינו, ומשתמשים בעוצמה שלנו כדי לברוא את ההווה מנקודת האפשר במקום מן העבר.

## ממתינים שהדברים יקרו

מטופלת שהתמודדה עם בעיות קשות למדי תהתה מדוע, על אף המחייבות החיוביות, ההתמקדות במה שהיא רוצה, האמונה שהדברים יכולים להיות שלה והגישה החיובית הכללית, ולמרות ההתקדמות שהיא משיגה, היא אינה מצליחה להשיג את הדבר שהיא רוצה יותר מכל. היא הייתה מוטרדת מאוד והרגישה שהיקום פועל נגדה, אבל מצב זה כרוך ברצון חופשי ובקרמה של אנשים אחרים ועד שהיא תיושב והם יהיו מוכנים להתחיל לפעול, דבר לא ישתנה.

כאשר אנו מבקשים לקבל דבר-מה שאינו יכול להתרחש עדיין, הוא פשוט לא מתרחש. אין זה משנה מה אנו עושים, איננו מצליחים לאלץ אותו להתרחש בייחוד כאשר, כמו במקרה הזה, קיימים שיעורים רבים שיש ללמוד וקרמה רבה שיש ליישב. כאשר דבר שכזה קורה, האלטרנטיבה היחידה היא לזכור שהכל קורה על פי סדר אלוהי וכאשר הזמן יהיה נכון, המצב ישתנה כפי שהוא צריך להשתנות. היקום לא פועל נגדנו, כל הנשמות המעורבות חייבות להסכים לגבי הזמן בו תמו השיעורים והזמן בו יכול המצב להשתנות.

האמת היא שלא תמיד אנו מקבלים את שאנו רוצים מיד כשאנו מבקשים. דברים מסוימים מתגשמים מיידית, אחרים לוקחים זמן. אין קווים מנחים או אמת מידה, אין סדר חשיבות או קדימות. איננו יכולים לדעת מה הם השיעורים שעל אנשים אחרים ללמוד מההתנסויות שלהם, ולכן איננו יכולים להבין עד כמה חשובים להם השיעורים הללו. ואיננו יכולים להפריע לשיעורים הללו, משום שהדבר פוגע ברצונם החופשי של אנשים אחרים.

מה שאנו יכולים לעשות הוא להתמקד במה שאנו רוצים, להאמין שהוא יתרחש ולזכור שהיקום שמע אותנו בפעם הראשונה. בקשות חוזרות ונשנות לא תאצנה את התהליך ועיכובים הם פשוט סימן שדברים אחרים צריכים להתרחש תחילה. הדבר קשה במיוחד כאשר אנו מצויים במצב כואב ומאמינים שהתגשמות הדבר שלדעתנו הוא הפתרון הטוב ביותר תביא קץ לכאב. הלמידה להמתין לדברים שיתרחשו משמעותה שאנו חייבים לבטוח בעוצמה שלנו וביקום. ובסופו של דבר נקבל את הדבר שאנו רוצים, בזמן המתאים.



## המסר של אוריאל היבטי השיעורים

כל נסיבות החיים הן הזדמנות ללמוד ולצמוח מבחינה רוחנית. לכל שיעור היבטים רגשיים ורוחניים שונים והם עובדים יחד בדרך שמאפשרת לכם להגשים את החוזה הרוחני שלכם ולנשמה שלכם להגשים את הדבר לשמו הגיעה לכאן. השיעור אינו תם עד אשר אתם סוקרים ומבינים לגמרי את שני ההיבטים שלו. שני היבטים אלה מצויים בכל השיעורים ושניהם חשובים. אתם מסוגלים להבין אותם ולשלבם במסע הרוחני שלכם כאשר אתם בוחנים את השיעורים שלכם לאחר שהסתיימו או מכירים בהיבטים הללו בזמן השיעור.

ההיבטים הרגשיים קשורים לתחושות שאתם חווים. לעתים קרובות הרגשות הם המרכיבים הקשים ביותר להבנה, משום שהם מתייחסים לאמונות, לעוצמה ולהבנה שלכם. שיעור שבוחן את עוצמתכם מספק לכם את היכולת להתעלות מעל לפחד היותכם חסרי אונים. שיעור שבוחן את האהבה שאתם מקבלים מאחרים, מאתגר את האמונות שלכם בנוגע למידה שבה אתם אוהבים את עצמכם. שיעור שמתמקד באופן שבו אחרים מקבלים אתכם, יעלה לפני השטח את כל הרגשות שיש לכם לגבי היותכם לא מקובלים.

ההיבטים הרוחניים משקפים את היכולת שלכם לזכור מי אתם, ישות רוחנית אלוהית שהיא חכמה ועוצמתית עד אין קץ. כל שיעור בוחן את האמונה שלכם באלוהות שלכם ובחיבור שלכם למקור. כאשר אתם יכולים להרחיק את המיקוד שלכם ממה שמתרחש ברמה הרגשית או הפיזית ולזכור שהעצמי הרוחני שלכם זקוק לשיעור זה כדי להתקדם בנתיבו, אתם מפעילים את החיבור שלכם למקור ויכולים לאפשר לשיעורי הנשמה להגיע אל סופם. כאשר אתם מתמקדים אך ורק בהיבטים הרגשיים, שיעור הנשמה אינו יכול להסתיים. ללא החיבור הרוחני, השיעורים שלכם לא יועילו להתפתחות הנשמה שלכם. הכל חייב להיות באיזון כדי שהשיעורים שלכם יושלמו.

כמו בכל הדברים, למידת שיעורים ושילובם במסע הרוחני שלכם מחייבים איזון בין הרוחני לפיזי, בין למידת הנשמה והלמידה הרגשית. כאשר אתם מתמקדים בהיבט אחד אתם מאבדים את התועלת של האחר. ההיבטים הרגשיים של השיעורים שלכם חשובים באותה מידה כמו ההיבטים הרוחניים, ואת הידע המופק משניהם עליכם לשלב במסע שלכם. אין צורך לחזור על שיעורים פעמים רבות, ברגע שלמדתם את שעליכם לדעת, על-ידי סקירה והבנה של ההיבטים הרוחניים והרגשיים של השיעור, אתם יכולים להשתמש בהם כדי לברוא מציאות עוצמתית, שלוה ושמחה יותר עבור עצמכם.

## אוריאל מרפא הכירו בחכמתכם

כל אחד מכם חכם יותר מכפי שאתם יודעים וכל הידע של היקום נמצא בהישג ידכם. ידע זה אינו קיים בספרים ולא ניתן ללמוד אותו בבתי הספר. זו חכמה שנובעת מהחיבור עם העצמי הרוחני שלכם, הבנה עמוקה של החיבורים שבין העולמות הרוחניים והחומריים והחכמה שהבאתכם עמכם הפעם כדי לצעוד בנתיב שבחרתם ולעשות את העבודה שבאתם לעשות. אינכם צריכים מאסטרים שילמדו אתכם כל זאת, אתם פשוט צריכים להתעורר למה שאתם כבר יודעים.

אינכם חווים שום דבר חדש באף תקופת חיים. בכל פעם שאתם חוזרים למישור הזה אתם מביאים את השיעורים שלכם איתכם. ועד אשר אתם לומדים את שעליכם ללמוד, אתם חוזרים עליהם. כאשר אתם מתחברים לחכמה הפנימית שלכם, אתם יכולים לראות בברור את מהותו של כל שיעור ולהבין את מטרתו בחייכם. אז אתם משתחררים ממנו. החכמה שלכם נובעת מתקופות חיים רבות של התנסויות והיא כלי רב-ערוך משום שהיא יכולה לספק לכם את הבהירות להכיר בשיעור, לדעת מה מטרתו ולגלות את הלמידה. אתם עושים זאת כאשר אתם מכירים בחכמתכם.

קיימת אמונה שחכמה נרכשת באמצעות שנות לימוד וחינוך רבות. אפשר שזה נכון לגבי חכמה חומרית. חכמה רוחנית היא שלכם וזכותכם מלידה, ונגישה לכם כאשר אתם מכירים בכך. כאשר אתם מכירים בחכמה שלכם, אתם מקבלים גישה לכל הידע ולימוד שצברתם במשך תקופות החיים. ואתם יכולים להשתמש בהם כדי להבין את ההתנסויות שהנשמה שלכם באה לחוות ולהפוך את תהליך הלמידה לקל יותר. אין זה משנה כמה השכלה ארצית רכשתם, חכמה רוחנית מעניקה לכם את הידע כיצד לברוא גן עדן עליו אדמות.

אין מידה לחכמה הרוחנית משום שהיא אינסופית. אתם מתחברים אליה כאשר אתם מכירים בכך שהיא שלכם. ואז כל שלמדתם נגיש לכם. כאשר אתם מכירים בחכמה שלכם אתם רוכשים בהירות, כך שהחיים שוב אינם בגדר מסתורין עבורכם. אתם מסוגלים להבין את הקרמה שביניכם לבין הסובבים אתכם, להבין את זרימת האנרגיה מהמחשבה אל ההגשמה ולדעת מהי מטרת הנשמה שלכם. אין זה משנה מהי ההשכלה הארצית שלכם, חכמת אינסוף עומדת לרשותכם. בכל רגע ורגע, יש בידכם את כל החכמה הדרושה לכם כדי לברוא שלוה, שמחה ושפע בחייכם. התחברו לחכמה הזאת על-ידי כך שתכירו בה, תיהנו משלוה שמעבר להבנה ותחוו גן עדן עליו אדמות.

## חיבורים פעילים או סבילים

האנרגיה שסביבנו מגיבה לכל מחשבה, אמונה ופעולה שלנו. היא אינה מבחינה או שופטת ומגיבה אלינו ולמה שביקשנו ללא היסוס. בין אם אנו משתמשים בעוצמה שלנו במודע או שלא במודע, אנו תמיד מתחברים לאנרגיה הזאת כדי לברוא את המציאות שלנו. אם אנו בוראים דברים שאיננו רוצים, עלינו לבחון כיצד אנו משתמשים בעוצמה שלנו כדי להתחבר לאנרגיה האוניברסלית.

קיימות שתי דרכים באמצעותן ניתן להתחבר לאנרגיה הזאת, דרך פעילה ודרך סבילה. כאשר אנו מתחברים אליה באופן פעיל, אנו מבקשים את שאנו רוצים, יודעים שהאנרגיה פועלת למעננו וממתינים בסבלנות להגשמת רצוננו. לפעמים הדבר מתרחש במהירות, לפעמים לא. אין זה משנה כמה זמן זה לוקח, אנו יודעים שאנו מחוברים, מאמינים ובוטחים שאפילו אם איננו יכולים לראות את המתרחש, האנרגיה האוניברסלית עובדת כדי להביא לנו את הדבר שביקשנו.

קיימות שתי דרכים באמצעותן אנו מתחברים באופן סביל. אנו ממקדים את כל האנרגיה שלנו בדבר שאיננו רוצים, ואומרים דברים כגון: "אני לא רוצה להיות עניה", או "אני לא רוצה שיפטרו אותי", או "אני מפחדת שלעולם לא אמצא בן זוג". או אנו מבקשים את הדבר שאנו רוצים ואז משקיעים זמן רב בו אנו משכנעים את עצמנו שזה לא יקרה, שלא נקבל את רצוננו או שאיננו ראויים לדבר. בכל מקרה, כאשר אנו מתחברים לאנרגיה האוניברסלית בדרך סבילה, האנרגיה מגיבה בדיוק למה שאנו חושבים ומאמינים וכל שאיננו רוצים מופיע בחיינו.

כאשר אנו מתחברים באופן פעיל לאנרגיה, איננו צריכים לדאוג כלל. אבל לרובנו חיבור סביל משהו ולא תמיד אנו מאמינים או חושבים שנקבל את רצוננו. דרושה מידה זעומה של ספק כדי להפריע לחיבור שלנו ולדחות או לחסום את התגשמות הרצון שלנו. השבוע, בחנו כיצד אתם מתחברים לאנרגיה. האם אתם משתמשים בעוצמה שלכם באופן פעיל או סביל? האם אתם מאמינים ובוטחים? או האם אתם מבקשים ואז מפקפקים? ברגע שתהפכו מודעים לאופן שבו אתם מתחברים לאנרגיה, תוכלו לשנות את הדרך שבה אתם משתמשים בעוצמה שלכם ולהתחבר בדרך שתוודא שתבראו את מציאות החלומות שלכם.

## האם אנשים הנורמלים נטשו את הפלנטה?

בשבועיים האחרונים הייתי מעורבת בכמה וכמה דרמות. דבר זה אינו רגיל עבורי משום שחיי שקטים למדי בדרך כלל, והדרמה מועטה בהם מאוד. ללא אזהרה, נדחפתי אל תוך כמה מצבים שבהם היה עליי להתמודד עם אנשים קשים שדומה שממוקדים בבריאת מצבים בהם היה עליי להגן על עצמי, לנסות לתווך ולהגיע לפתרון שיתאים לכולם. הדבר התרחש פעמים רבות כל-כך שהתחלתי לתהות מהיכן הגיעו כל האנשים הללו והאם האנשים "הנורמלים" נטשו את הפלנטה.

בעת שחוויתי את כל המצבים הללו (והם היו דומים בדרכים רבות), התגובה הראשונה שלי הייתה לנסות לעבד ולפתור אותם, אך הדבר לא הצליח משום שהאנשים המעורבים פשוט לא הקשיבו. אז ניסיתי להתעלם מהם אבל גם זה לא עבד. לבסוף, התעמתי עם האנשים, דבר שרק החמיר את המצב. אז נזכרתי שאנשים אלה עוברים שינוי וזקוקים לעזרה, שאני מרפאה ושהגיע הזמן להכניס לתמונה אנרגיית ריפוי. לכן שיניתי את המיקוד ואת המעשים שלי והבעיות נפתרו מעצמן.

אנו שביצעו את "המעבר" בשלוש או ארבע השנים האחרונות, שינינו את האנרגיה שלנו במידה שכזו שהפכה אותנו למשואות של אור ותקווה עבור האנשים שמתחילים רק עתה לבצע את השינוי. והם נמשכים אלינו, עד כדי כך שדומה שכל אדם בעייתי או רגזן בעולם מוצא אותנו. אבל הסיבה היא שהם יודעים שאנו יכולים לספק להם עזרה ומידע הדרושים להם להתחלת עבודת השינוי שלהם. אבל הם ניגשים אלינו בצורה שגורמת לנו לרצות לברוח לכיוון הנגדי.

עלינו לשנות את האנרגיה של המצבים הללו כדי שנוכל להציע עזרה מבלי שתגרום הפרעה לחיינו ומבלי שנתחבר לאנשים הללו ברמות אנרגיה נמוכות יותר. אנו עושים זאת על-ידי כך שאנו מזכירים לעצמנו שאנו מרפאים ושעבודתנו היא לעזור לאנשים אחרים להעלות את הרטטים שלהם. ברגע שנלמד להישאר ברמת הרטט שלנו ולא להפוך מעורבים בדרמה, נוכל להיות יעילים יותר ולסייע לאנשים שמגיעים אלינו לעזרה לנהל את התנסויות השינוי שלהם. על-ידי הפעלת אנרגיית ריפוי, אנו עוזרים לאחרים להעלות את הרטטים שלהם ~ שזו הסיבה בגינה באו אלינו בראש ובראשונה ~ ולהתחיל בתהליך הריפוי האישי שלהם. דבר זה ימשך בשנים הבאות, כאשר גל נוסף של אנשים יחווה את השינוי. אנו היינו חלוצי התהליך הזה ועכשיו הגיע הזמן שנראה לאחרים את הדרך.

## המסר של אוריאל היכנעו לשמחה

אתם קובעים את האנרגיה של המציאות שלכם על-ידי הדבר לו אתם נכנעים. כניעה במובן זה אינה ויתור, אלא פעולה של אימוץ וקבלה. אתם יכולים להיכנע לכל אחת מהאנרגיות שסובבות אתכם, אהבה, שמחה, שלוה ושפע או פחד, עצב, דרמה וחוסר. כל אחת מהאנרגיות הללו נוכחת בחייכם ברמות משתנות בכל רגע. הדבר בו אתם מתמקדים הוא הדבר לו אתם נכנעים וכתוצאה מכך, הוא שהופך לאנרגיה השלטת בחייכם. היכנעו לשמחה באפשרו ואפשרו לשמחה להפוך לאנרגיה המושלת במציאות שלכם.

כאשר אתם בוחרים להיכנע לשמחה, אתם מאפשרים לכל שמחה בכל התנסות לחשוף את עצמה בפניכם. אפילו המצבים הקשים ביותר מכילים מרכיב של שמחה. יש ברכה בכל הדברים. כאשר אתם נכנעים לשמחה, אתם מאפשרים לאנרגיה הזאת לעלות לפני השטח, כך שתהיו מודעים לנוכחות שלה ולדרך להתחבר אליה. הדבר מעלה את הרטט של המצב, כך שכל שאר האנרגיות שאינן שמחות יוסרו. שמחה היא האנרגיה של המלאכים וכאשר אתם מתמקדים בה, קל לכם יותר להתחבר אליהם ולקבל את הדרכתם. זו גם האנרגיה של המקור ותחושת השמחה מאפשרת לכם לזכור את החלק האלוהי שלכם.

אף-על-פי שיייתכן ויקשה עליכם להכיר בשמחה כאשר חוויות קשות מכריעות אתכם, היא תמיד נוכחת. אתם כאן כדי לחוות רגשות אבל לא כדי להניח להם למשול בכם. אתם יכולים לנהל את הרגשות שאתם חווים באותה דרך שבה אתם בוראים את המציאות שלכם. אתם חווים את הדבר לו נכנעתם וכמו בכל הדברים, זו בחירה שאתם עושים בכל יום, בכל המצבים. כיוון שאתם יכולים לבחור את ההתנסויות הרגשיות שלכם, מדוע שלא תבחרו בהתנסות הנפלאה והמספקת ביותר?

השבוע, חשבו למה אתם נכנעים בחייכם בכל יום. האם אתם נכנעים לפחד, למחסור או לעצב? אם אתם מתמקדים בדברים הללו, אפילו אם הם נוכחים במציאות שלכם, אתם נכנעים להם. שנו את המיקוד שלכם והכירו שקיימת שמחה בכל הדברים. היכנעו לשמחה שבכל התנסות והיא תהפוך לאנרגיה השלטת במציאות שלכם. כעובדי אור, באתם לברוא הזדמנויות חדשות של שמחה, שפע, אהבה ללא תנאי, שלוה ושלוה לכל. בחרו להיכנע לשמחה, כך תאפשרו זאת לאנושות ותבראו רטט של שמחה שיהיה נגיש לכולם, בכל מקום.

## שתלטנות או בשליטה?

אנשים אומרים לי שאני מעט שתלטנית. ואני חייבת להסכים שהם עשויים לראות את הפעולות שלי בדרך זו. אבל מה שהם רואים כ"שתלטנות", אני רואה כמצב בו אני שולטת בחיי, על-ידי בחירת הדברים אותם אני מאפשרת במציאות שלי ועל-ידי שמירת גבולות ברורים. אנשים אלה שחושבים שאני שתלטנית, יודעים שאין בי סובלנות לאלה אשר רוצים לנצל את הזמן והאנרגיה שלי. וכיוון שאני יודעת שיש לי שליטה בשיעורים שאני חווה, אני בוחרת באילו שיעורים אשתתף.

במשך שנים רבות עשיתי את מה שחשבתי שאנשים אחרים יקבלו, ניסיתי להיות אדם "נחמד" על-ידי כך שנעניתי לרצונות של אחרים ועשיתי את מה שחשבתי שאנשים אחרים רוצים שאעשה. לא רק שהדבר הפך אותי לאומללה, הוא גם שחק את עוצמתי, עד אשר הבטתי בחיי יום אחד והבנתי שאיני יודעת עוד מי אני ושאיני עושה דברים רבים שאיני רוצה לעשות. ברגע ששיניתי את ההתנהגות שלי, כל מי שציפה ממני להתנהג ולהגיב בדרכים "הישנות" חשב שהפכתי לשתלטנית, משום שאמרתי "לא" לעתים קרובות יותר, היה לי פחות זמן להקדיש להם והצבתי גבולות ברורים בכל הקשור להתנהגות האנשים המצויים בסביבתי.

היו שתי תוצאות לכך ש"נטלתי שליטה" בחיי. האחת הייתה שבראתי שמחה רבה יותר לעצמי, משום שלא חייתי למען אנשים אחרים. התוצאה השנייה הייתה שאנשים רבים יצאו מחיי, כמה באופן פתאומי למדי, משום שהם חשבו שהפכתי לשתלטנית מדי. אבל אני לא הפכתי לשתלטנית, אני פשוט החלטתי להיות בשליטה. ככלות הכול, היו אלה חיי ואם אני לא השולטת בהם, מי כן? במשך הזמן רכשתי ידידים חדשים, כמה מהידידים הישנים החליטו לסבול את התנהגותי החדשה ואחרים פשוט הלכו להם לדרכם.

כיצד הייתם אתם מתארים את עצמכם, שתלטנים או בשליטה? אני מאמינה שההבדל הוא שכאשר אנו בשליטה, אנו מנהלים את המציאות שלנו בדרכנו שלנו. המטרה שלנו היא לא לשלוט בחיי של אדם אחר, אלא לנהל את חיינו. כאשר אנו שולטים במציאות שלנו, איננו מאפשרים לאנשים אחרים לעשות שימוש לרעה בזמן ובאנרגיה שלנו. יש לנו גבולות ברורים שמיידיעים אנשים אחרים איזה סוגי התנהגות לא נסבול. ואנו מאפשרים לכישורים ולכשרונות שלנו לזהור, והרי לשם כך הגענו לכאן.

## היערכות עם הכשרונות שלנו

המסע הרוחני שלנו הוא תהליך של היערכות, בו אנו חווים חוויות אשר מסייעות לנו להשתמש בכשרונות ובעוצמה שלנו ולמצוא איזון בין העולם הרוח לעולם החומר. הכשרונות שלנו הם תחומי העניין, המיומנויות, החלומות והמטרות שמהדהדים בנו, הדברים אשר מושכים את תשומת לבנו, ואין זה משנה מה עוד אנו עושים. כאשר אנו נמצאים בהיערכות, איננו רק רוצים לעשות דברים אלה, הם חלק מחיי היום-יום שלנו. אך תחילה עלינו ליישב את הנכונות שלנו להאמין שניתן להגשים אותם ולכלכל אותנו חומרית ורגשית.

בפגישות ייעוץ, מטופלים שואלים אותי לעתים קרובות מהי תכלית חייהם או מה הם "צרכים" לעשות. לפעמים התשובה מפתיעה אותם והם מגיבים כך: "כן, אבל אני לא חושב שאצליח להרוויח כסף בדרך זו". לעתים הם אינם מודעים לכך שהכשרונות שלהם כבר באים לידי ביטוי בסביבה בה הם מצויים כעת ושהם נמצאים במקום המושלם כדי לבצע את עבודתם. ברגע שאנו מבינים מה הם הכשרונות שלנו, אנו יכולים לראות כיצד הם באים לידי ביטוי. ברגע שאנו מבינים שמה שמושך את תשומת לבנו חשוב לנו, אנו יכולים להתחיל להתאים אליו את המציאות שלנו.

לפני שנוכל לערוך את עצמנו עם הכשרונות שלנו, אנו חייבים להבין שכאשר אנו "רוחניים" כל דבר שאנו עושים נושא רטט זה. לכן איננו צריכים להשתמש בכשרונות שלנו בסביבה רוחנית, אנו יכולים להשתמש בהם בכל מקום. ולפעמים מה שנחשב בעינינו לסביבה הכי פחות רוחנית, הוא למעשה המקום שבו אנו יכולים לעשות באופן הטוב ביותר את העבודה החשובה ביותר שלנו. מטופל אחד, שעובד בבית כלא, לא הבין שאנרגיית הריפוי שלו באה לידי ביטוי במקום זה כגורם מאזן ושהוא עושה שימוש בכשרונות שלו בדרך חיובית מאוד בסביבה המושלמת לכך.

כדי להיערך עם הכשרונות שלנו דרושים אמונה ואמון. עלינו לדעת שנוצב במצב המושלם עבורנו ושנזכה בתמיכה ועזרה בכל דרך. הכשרונות שלנו מייצגים את הדרך הטובה ביותר באמצעותה ניתן לעשות שימוש באנרגיה שלנו וכאשר אנו מאפשרים לדבר להתרחש, נגלה הזדמנויות להשתמש בהם במגוון דרכים ונראה את הנסים מתחוללים בחיינו.

## להימצא בהיערכות

מסע הנשמה שלנו ממוקד בלמידה כיצד להימצא בהיערכות, אשר בה עולם הרוח ועולם החומר שלנו הופכים לאחד, שבה אנו חיים חיים של הגשמה חסרת מאמץ, חיים מלאים בשמחה, באהבה ללא תנאי ובשפע. רובנו תוהים לגבי מהותם של חיים שכאלה, ומשום שאפשר שאין זה המצב שבו אנו חיים ברגע זה. אפשר שיש לנו בעיות או טרדות, איננו מאושרים, איננו חשים הגשמה וסיפוק. או אם כן הצלחנו לברוא כמה רגעי היערכות קסומים, הם אינם נמשכים זמן רב. האם אנו יכולים להיות בהיערכות כל הזמן ועדיין להיות בני אנוש, לחיות בעולם החומר? האם קיימים קורבנות שעלינו להקריב כדי להגשים זאת?

קיימת אמונה הגורסת שלהיות רוחניים משמעותו לחיות בסביבה נשגבת, שבה נהיה נפרדים מהעולם החומרי. אם אנו רוחניים, איננו יכולים להיות בני אנוש, כיוון שהשניים אינם יכולים להתערבב. אם אנו מאמינים בדברים הללו, אזי להיות רוחני משמעותו להפריד את עצמנו משאר העולם, כיוון שאיננו יכולים להשתתף בו ולהגשים את המשימה הרוחנית שלנו. דבר זה לא רק שאינו נכון, הוא אף מנוגד לסיבת היותנו כאן, שהיא למזג את הרוחני והחומרי ולברוא דרך הווייה חדשה אשר משלבת שמים וארץ. כאשר אנו עושים זאת, אנו נמצאים בהיערכות מוחלטת, רוחנית וחומרית ואנו יכולים להשתמש בכשרונות הרוחניים שלנו כדי לנהל את המישור החומרי.

כאשר אנו נמצאים בהיערכות בתוך עצמנו, אנו שלמים, רגשית, חומרית, פיזית ורוחנית. זה המקום שבו החיים שלנו זורמים, שבו אנו מרגישים שהגשמנו דבר-מה בעל משמעות, שבו יש לנו הרגשה, ואין זה משנה כמה קצרה או ארוכה, שהצלחנו. אנו יכולים לזכות במבט חטוף בתחושה זו כאשר אנו מגשימים דבר-מה שרצינו, כאשר אנו מתאהבים, כאשר אנו זוכים במשרה, בהעלאה במשכורת או בקידום שרצינו, כאשר תינוק נולד, כאשר אנו מרגישים מתואמים לגמרי עם עצמנו והעולם.

ישנם נתיבים רבים בהם נצעד כדי להגיע לנקודה זו ולעתים קרובות נתמקד בתחום אחד, בתחום שהוא לדעתנו הלוקה בחסר ביותר בחיינו. אנו מאמינים שאם נוכל לתקן אותו, השאר יסתדר מעצמו. לכן, לעתים קרובות אנו מסתפקים בהשגת שלוה, שמחה או הצלחה בתחום אחד בחיינו וסובלים את השאר. אם ברצוננו למצוא היערכות רגשית, לדוגמה, נחפש אחר מערכת יחסים שתספק את הערגה לחוש נאהבים ומוערכים. או אם ברצוננו היערכות חומרית, נעבוד קשה כדי לברוא קריירה מצליחה שתתגמל אותנו חומרית. את ההיערכות הפיזית שלנו נוכל להשיג על-ידי הבאת הגוף הפיזי שלנו לכדי שלמות. וההיערכות הרוחנית שלנו מוגשמת כאשר אנו לומדים וחוקרים תורות רוחניות.

קיימות לכך דוגמאות בכל מקום סביבנו. המנהל המצליח, לדוגמה, שעובד 80 שעות בשבוע ואין לו חיים מחוץ למשרד אך שמרוויח משכורת שהיא הרבה מעל לממוצע. או האדם שמדלג ממערכת יחסים אחת לשניה, מחפש אחר האדם שיאהב אותו. או מישהו שמבלה שעות בחדר הכושר בכל יום או עוסק בדיאטה אובססיבית, בחיפוש אחר שלמות פיזית.



אבל אז אנו שלמים בתחום אחד ולא בתחומים אחרים. אנו יכולים להמשיך באופן זה במשך שנים רבות עד אשר יום אחד אנו בוחנים את חיינו ומבינים שאיננו מאושרים או חשים סיפוק.

אנשים מסוימים, כאשר הם מגיעים למקום זה, משליכים תקופת חיים של מאמץ ומתחילים מהתחלה. רמת שינוי זו אינה הכרחית; כל שיש לעשות הוא לבחון את התחומים האחרים מהם התעלמנו ולהתחיל לערוך את עצמנו עמם. אחרים חושבים שהם נכשלו, מאמינים שמאמצייהם היו לשווא ופשוט מוותרים.

ישנם דברים רבים שיכולים למנוע מאיתנו את ההיערכות, ובין אלה נמצאים הפחד, חרטות וחיים בעבר. או האמונה שאיננו טובים מספיק או שאנו חייבים לעבוד קשה ולהקריב קורבנות כדי להגיע למקום זה. כאשר אנו מונעים מעצמנו הנאה בתחום אחד של חיינו כדי לברוא אותה בתחום אחר, אנו פשוט בוראים חוסר איזון ומרחיקים את עצמנו מההיערכות. הפחד מרחיק אותנו מהאהבה ללא תנאי שהיא הכרחית להשגת ההיערכות. כאשר אנו מתחרטים על פעולותינו, בחירותינו והחלטותינו אנו רק מזכירים לעצמנו את הטעויות והליקויים שלנו.

המשמעות של הימצאותנו בהיערכות, היא להיות מאוזנים כך שכל התחומים של חיינו יקבלו מידה שווה של זמן ואנרגיה. כיצד נעשה זאת? כמו כל דבר אחר במסע הרוחני שלנו, זהו תהליך שכרוך בחוקים אוניברסליים ובנכונות שלנו לעבוד עם העוצמה שלנו והאנרגיה שסביבנו. עלינו לקבל את עצמנו ולדעת שיש לנו כל הדרוש לנו, בכל רגע בזמן, כדי לברוא את חיי החלומות שלנו. חשוב גם להבין את התהליך:

1. ראשית, אנו חייבים לקבל את הכשרונות שלנו ולדעת שהם בשימוש בכל תחום בחיינו. המודעות שלנו לכשרונות, הקבלה שלנו אותם והשימוש שלנו בהם עוזרים לנו להישאר בהיערכות.
2. לאחר מכן, אנו חייבים להכיר במהות שלנו, ישויות אלוהיות שהן אחד עם המקור ואינן נפרדות ממנו.
3. כל מצב הוא הזדמנות להשתמש בכשרונות שלנו, לתרגל את עוצמתנו ולעשות את העבודה שבאנו לעשות. אנו יכולים לברוא היערכות בכל חוויה, אשר יכולה לכלול את החלטתנו לשחררה ולוותר עליה.
4. בכל פעם שאנו מרגישים שיצאנו מאיזון, איננו נמצאים בהיערכות ואנו חייבים להיות מוכנים להיזי את האנרגיה והמיקוד שלנו מהמקום אשר מרוקן את האנרגיה שלנו למשהו אחר.

לבסוף, תהליך ההיערכות הוא הליך שמשתנה ככל שאנו מתקדמים בנתיב הרוחני שלנו. כאשר אנו מעלים את הרטטים שלנו, אנו יכולים לברוא תחומים חדשים של היערכות וכך נגשים דברים חדשים ושונים בחיינו. מה שעובד עבורנו ברגע זה תמיד יכול להשתנות ואנו חייבים להאמין שהשינוי תמיד

יהיה לטובתנו הגבוהה ביותר ושאת הדברים שהיקום נוטל מאיתנו הוא יחליף בדבר-מה שמושלם  
עבורנו.

## היכנעו לשלום

אם האנושות יכלה להיכנע לשלום לא הייתה מלחמה. אבל שלום אינו קשור בהכרח לסוף מלחמה, הוא קשור לאופן שבו כל אחד מכם חי את חייו בכל יום. ההבדל בין מלחמה לשלום משתקף גם בצורך להיות צודקים ושמישהו אחר יטעה, בצורך להיות טובים ושאחר יהיה רע, בצורך להשיג יותר בעוד שלאחר יהיה פחות. שלום משמעותו סוף להפרדה, להבדלים ולאי הצדק. כדי שהאנושות תוכל להיכנע לשלום, כולם חייבים לדעת שכולם אחד ושכולם מחוברים ולחיות חיים שמשקפים ידע זה.

בחיי היום-יום שלכם אתם נכנעים לשלום כאשר אתם בוחרים בשלום על פני הדרמה, משחררים את הדברים שאינכם יכולים לשנות ויודעים שעל-ידי הרחקת האנרגיה שלכם מהם, אתם בוחרים בשלום ובשלווה. כל קונפליקט שבו אתם מעורבים הוא מלחמה בפני עצמה, הזדמנות עבורכם להילחם כדי לנצח או כדי להיכנע לשלום. וכאשר אתם נכנעים אתם מאפשרים לאהבה ללא תנאי להיות האנרגיה שמדריכה את הפעולות שלכם.

סליחה לאחרים גם היא כניעה לשלום, כמו גם סליחה לעצמכם. משום שאתם יכולים לנהל מלחמה עם עצמכם ממש כפי שאתם יכולים לנהל מלחמה עם אנשים אחרים. כל ביקורת וכל שיפוט שאתם נושאים כלפי עצמכם או אדם אחר הם בגדר קרב בו אתם מעורבים. כמה מהקרבות הללו אתם מנהלים בכל יום? הסליחה היא כניעה לשלום כדי שתוכלו להפסיק להילחם ולכוון את האנרגיה שלכם בדרכים אחרות.

החיבור שלכם למקור הופך לאנרגיה השלטת בחייכם כאשר אתם נכנעים לשלום. אהבה ללא תנאי אינה יכולה להתקיים באותו מרחב יחד עם המלחמה ואם אתם מכוונים את האנרגיה שלכם לחימה, עם עצמכם או עם אנשים אחרים, העוצמה שלכם מתמקדת בניצחון בקרבות, ולא בהגשמת המציאות שלכם לטובתו הגבוהה של הכלל. השבוע, בחנו את המקומות בחייכם בהם אתם יכולים להיכנע לשלום וכוונו את האנרגיה שלכם בהתאם. בכל פעם שאתם נתקלים בקרב, היכנעו לשלום. ואפשרו לאהבה ללא תנאי להיות האנרגיה שממלאת את המציאות שלכם.

## היערכות פיזית

אחת מחברותיי היא מומחית בהדמיה דיגיטלית וידועה בשל עבודתה בתעשיית צילומי הדוגמנות. היא "משפצת" תמונות של דוגמניות עד שהן נראות מושלמות. בכמה הזדמנויות ראיתי אותה בעבודתה ותמיד נדהמתי כיצד היא לוקחת תמונה של דוגמנית עם שקיות מתחת לעיניים, בטן משתפלת מעט, ירכיים שהן מעט רחבות ושיער לא מושלם וכאשר היא מסיימת, הדוגמנית נראית מושלמת. כאשר אנו מביטים בתמונה הסופית, אנו מרגישים רע משום שלעולם לא נראה כמו הדוגמנית.

אלה מאיתנו שעברו את השינוי בשנים האחרונות יודעים שעלייה במשקל היא חלק מהתהליך הזה, כמו גם שיבושים בעולם החומרי, הכלכלי והרגשי שלנו. והמתח ממנו אנו סובלים, הנובע מהשינויים שמתרחשים בחיינו, עלול לתת את אותותיו בהופעתנו. לנוכח דימויים רבים כל-כך שמתארים שלמות פיזית ודגש על הצלחה חומרית וכלכלית, אנו עשויים לחוש שדבר-מה אינו כשורה אצלנו כאשר חיינו אינם דומים לדימויים שאנו רואים בכל יום. ואנו יכולים ללחוץ על עצמנו להשיג סוג של שלמות פיזית או חומרית, להאמין שאם נוכל לעשות זאת, נהיה מאושרים יותר וחיינו ישתפרו.

השגת היערכות פיזית אינה התמקדות בהפיכת הגוף הפיזי שלנו למושלם במראהו, אף-על-פי שאנו נמצאים בלחץ עצום לעשות זאת. היערכות פיזית מקיפה את כל המציאות הפיזית שלנו, את ההופעה שלנו, את החיים שלנו ואת מערכות היחסים שלנו. אם נתמקד יותר מדי בהיבט אחד, נאבד קשר עם התמונה הגדולה יותר, שהיא להביא כל דבר לכדי היערכות. והקדשת אנרגיה מרובה מדי בתחום אחד מוציאה מאיזון תחומים אחרים. אדם שמבלה שעות בחדר הכושר בכל יום עשוי להיות בעל גוף מושלם, אבל תחומים אחרים בחייו עלולים להיות לא מאוזנים. הוא עשוי להיראות מצוין אך להיות אומלל ביותר.

הבאת חיינו לכדי היערכות ברמה הפיזית מחייבת שנתמקד פשוט במה שגורם לנו אושר, במה שגורם לנו שמחה ומביא שלוה לחיינו. כאשר התשוקה שלנו היא להביא דברים אלה אל תוך חיינו, היקום יסייע לנו לברוא זאת. עלינו להתחיל מהנקודה שבה אנו מקבלים שמצב המציאות הפיזית שלנו הוא תוצאה של ההחלטות והבחירות שלנו, ואז נוכל לנוע קדימה ולאפשר את השינויים שיכולים להתרחש ולהביא את המציאות שלנו לכדי היערכות, כך שמה שאנו רוצים יתאים למה שיש לנו.

השבוע, התמקדו ברצון להביא את עולמכם הפיזי לכדי היערכות. המשמעויות עשויות להיות רבות, למשל קריירה שונה, מערכת יחסים חדשה, מציאת ביטוי לכישורים שלכם או פשוט להיות מאושרים. מקדו את האנרגיה והכוונה שלכם במה שאתם רוצים והניחו ליקום לעזור לכם לברוא זאת בחייכם.

## להיערך עם ההיערכות

כיוון שנאמר לנו עד כמה חשובה העבודה שלנו בזמן הזה ומשום שאנו רוצים לעשות את הדבר הנכון והטוב ביותר, אנו מפעילים לחץ רב מאוד על עצמנו לעשות את הדברים כהלכה. כיוון שכולנו מהלכים עתה בטריטוריה לא מוכרת, קשה לנו לדעת מה נכון. בכל הקשור להיערכות, יש לנו שאלות רבות. מה זאת אומרת להיות בהיערכות, איך נדעה כשנגיע לשם ומה קורה אחר-כך? לעתים קרובות אין לשאלות תשובות כיוון שזו באמת דרך הוויה חדשה לכולנו. חשוב אף יותר, אנו לומדים להיערך עם תהליך ההיערכות ברגע שאנו ניצבים בעוצמתנו ומגדירים את המשמעות שלה עבורנו.

בעשרים השנים האחרונות קראתי אינספור ספרים רוחניים ועבדתי עם כמה מורים. הדבר סייע לי בנתיב הרוחני שלי, עד לנקודה מסוימת. בשבע השנים האחרונות, כשעברתי את השינוי, מורים רוחניים ואפילו הדרכה רוחנית לא היו תמיד נגישים. וככל שניסיתי יותר להיערך עם אחרים, כך חשתי נדחפת ומורחקת מסוג זה של הדרכה. אני יודעת שהיקום לא נטש אותי, ניתנה לי הזדמנות להיערך עם מה שאני רציתי, ללמוד לברוא את המציאות שלי, לבטוח בדיעה שלי ולמצוא את עוצמתי. במשך תקופה קשה מאוד זו הודרכתי לברוא עלון זה, הזדמנות להיערך עם העבודה שבאתי לעשות, למצוא את עוצמתי ולהשתמש בכשרונות שלי.

ממש כפי שכל אחד מאיתנו צועד בנתיב רוחני אינדיבידואלי, האופן שבו אנו נערכים עם הקריאה להיערך גם הוא תהליך אישי. אף-על-פי שאנו יכולים לבקש מאחרים סיוע והדרכה, הבחירות הסופיות הן תמיד שלנו. ולפעמים אנו מורחקים מאחרים כדי למצוא את התשובות לשאלות שלנו בעצמנו. מה אנו עושים עם העוצמה, הכשרונות והיכולות שלנו, כיצד אנו בוראים את המציאות שלנו, מה אנו בוחרים לחשוב, להרגיש ולהאמין ~ כל אלה הן הבחירות שלנו. אנו יכולים לבחור לראות בכך אחריות גדולה או אישור באמון שיש ליקום בעוצמה ובאלוהות שלנו.

היערכות אינה תהליך של מציאת שלמות רוחנית; היא קריאת התעוררות לכולנו אשר מזמינה אותנו להניח לכל הרצונות הכמוסים שלנו, לתשוקות ולערגות העמוקות ביותר שלנו לעלות לפני השטח כדי שנוכל לאפשר להם להתגשם במציאות שלנו. כל דבר שלבנו משתוקק אליו הוא מציאות פוטנציאלית. אני מכנה זאת "מציאות פוטנציאלית" משום שהוא לא יתרחש אלא אם נאפשר זאת על-ידי שחרור הפחדים, הספקות וחוסר האמונה שלנו ונבטח שהדבר נכון לנו משום שאנו רוצים בו. היקום יתמוך בנו בכל דבר שנעשה אבל הוא עובד איתנו, לא עבורנו. עלינו להשקיע את האנרגיה והכוונה שלנו ואז נוכל להיערך עם גן העדן עליו אדמות שהוא זכותנו הרוחנית מלידה וללמוד לחיות מתוך היערכות.

## המסר של אוריאל אנרגיית האפשר

אין מקרים או טעויות ביקום. אתם אפשרתם במציאות שלכם כל אדם, מצב וחוויה. כל שיעור שלמדתם הוא שיעור שהנשמה שלכם אפשרה לכם ללמוד לטובת צמיחתכם הרוחנית. הרגע העוצמתי ביותר שאתם יכולים לחוות בכל נקודה בנתיב שלכם הוא הרגע שבו אתם מבינים שאתם מאפשרים למציאות שלכם להתגשם בדרך המושלמת ביותר האפשרית, בכל רגע ורגע. אתם מאפשרים את הקלות ואת הקושי, את האהבה ואת הפחד, את השמחה ואת העצב בחוויות שלכם. כל האנרגיות הללו נגישות לכם ואתם חווים את שאתם מאפשרים.

לאף אדם אחר אין שליטה במציאות שלכם לבד זו שאתם מאפשרים לו. אף אדם אחר אינו יכול להוסיף לעוצמתכם או ליטול ממנה אלא אם תאפשרו לו זאת. אפילו שיעורי הנשמה שלכם מתרחשים משום שאפשרתם להם להתרחש. אנרגיית האפשר היא כלי עוצמתי שרק אתם יכולים להשתמש בו והיקום יגיב למה שאתם מאפשרים. המחשבות, הרגשות והאמונות שאתם מיישמים במה שאתם מאפשרים, קובעים מה יתגשם בחייכם.

כאשר אינכם מפחדים, אתם מסירים את הקשר שלכם לכל דבר שנושא אנרגיה זו ואתם מאפשרים רק לרטטים הגבוהים ביותר להימצא במציאות שלכם. כל צעד לכיוון הפחד, לכיוון האמונה שאינכם ראויים, שאינכם עוצמתיים, שאינכם אלוהיים, מאפשר לאנרגיות הללו להיכנס למציאות שלכם וכל היבט של חייכם ישקף זאת. כאשר אתם מאפשרים לטובתכם הגבוהה ביותר להתגשם כל העת, אז אתם אומרים ליקום שזה הדבר אשר אתם מאפשרים והוא יגיב בהתאם.

אנרגיית האפשר היא המפתח להבנה כיצד היקום עובד אתכם כדי לברוא את המציאות שלכם. אם אתם מרגישים חסרי אונים, זכרו שאתם מאפשרים לאנרגיות הקיימות להיות נוכחות. שנו אותן על-ידי כך שתשנו את המיקוד שלכם למה שתאפשרו. השינוי אינו יכול להתרחש עד אשר אתם משנים את שאתם מאפשרים בעולם שלכם. כאשר אתם משנים את האנרגיה שלכם, אתם גם משנים את האנרגיה של כל הסובב אתכם ומאפשרים למציאות שלכם להפוך למציאות שמחה. השבוע, חשבו על הדברים שאתם מאפשרים במציאות שלכם. באילו אנרגיות אתם משתמשים כדי לברוא אותה והאם אתם מוכנים לשנות אותה ולהפכה למציאות שתביא לכם שמחה, שלוה ואהבה רבות יותר?

## כבודו אלה את אלה

כל אחד מכם הוא ישות רוחנית אלוהית והבורא אוהב כל אחד מכם במידה שווה. הבחירות שכל אדם עושה בתקופת חייו הן השתקפות של האמונה שלו באלוהותו, של רמת ההבנה הרוחנית שלו, של השיעורים והמסע הרוחני שלו. נשמות מסוימות לומדות שיעורים קשים; אחרות מבורכות בתקופת חיים של נוחות ושפע. אין אלה סימנים לכך שנשמה מסוימת אהובה יותר או פחות מנשמה אחרת, אלא מצביע על הדברים שהיא באה לכאן ללמוד. בין אם היא מצליחה או לא הוא עניין שרק היא יכולה לקבוע. כאשר אתם מכבדים אלה את אלה, אתם מכירים זה בזה ברמת הנשמה.

אלה אשר עושים עוול לאנשים אחרים מגלמים את השיעורים הקרמתיים שלהם. אם דומה שהדבר שכיח יותר בימים אלה, הסיבה היא שנשמות רבות נמצאות כאן כדי לרפא קרמה כל עוד הן יכולות. עבור אנשים רבים זו ההזדמנות האחרונה לרפא ולהשלים שיעורים שכדי ללמוד אותם הם התגלגלו פעמים רבות. יש שפשוט חוזרים על העוולות שנעשו להם בתקופת חיים קודמות. אחרים לומדים לכפר על הקרמה שלהם ולרפאה. כאשר אתם מעורבים בתהליך זה, יש לכם שתי אפשרויות: אתם יכולים להשתתף בקרמה או לא. אתם בוראים בחירה זו על-ידי כך שאתם מכבדים את האדם האחר ומאפשרים לעצמכם לראותו ברמת הנשמה, המקום בו ניתן לראות את הקרמה כחילופים של התנסויות רגשיות ופיזיות.

בתקופת חיים שונות כל אחד מכם היה קורבן או תוקף, הביא שמחה וגרם לכאב. כאשר אתם מכבדים אלה את אלה, אתם מכירים אלה באלה ברמת הנשמה והדבר מרחיק אתכם מרמת הקרמה ומעלה אתכם לרטט גבוה יותר. ברמת הקרמה אתם מגיבים לרגשות ומגיבים לקרמה ששניכם חולקים. ברטט גבוה יותר, אתם מגיבים ברמה הרוחנית, בה אתם יכולים לקבל החלטות שיעזרו לכם לרפא ולסיים את הקרמה עם האדם האחר, כיוון שאתם מבינים את כאב ההתנסויות שלכם ויכולים לראות ולאפשר לעצמכם לחוות תוצאה שונה.

זו עשויה להיות בחירה קשה משום שהקרמה שאתם חולקים עם אחרים נושאת קשר רגשי חזק מאוד. כאשר אתם מכבדים אלה את אלה, אתם מתעלים מעל לקשרים הרגשיים ומעלים את ההשתתפות שלכם לרמה גבוהה יותר. האדם האחר חייב אז לפגוש אתכם ברמה הזו או שלא יוכל לקיים עמכם אינטראקציה. הדבר מספק לו הזדמנות לרפא את הקרמה שלו ולנוע קדימה בנתיב הרוחני שלו. תקופת חיים שלמות של קרמה נרפאות בזמן הזה, קבוצות נשמה גדולות משלימות את קשריהן כדי שניתן יהיה ליצור קשרים חדשים. כבודו אלה את אלה וסייעו לתהליך הזה לנוע קדימה. זה חלק מהעבודה שבאתם לכאן לעשות.

## לשנות את האמונות שלנו

ככל שאנו חווים את השינוי ומתקדמים בנתיב הרוחני שלנו, אנו מתמודדים עם אתגרים הקוראים לנו לשנות את הדרך שבה אנו תופסים את עצמנו ואת המציאות שלנו. אף-על-פי שהיקום עשוי להציע הצעות מועילות בכל הקשור לשינויים שעלינו לבצע, ההחלטות הסופיות הן תמיד שלנו. אם נשים לב לאופן שבו מתרחשים המצבים ולאנרגיות הסובבות אותם, נוכל לזהות דפוס שיראה לנו איך פועלות האמונות והמציאות כדי לברוא את שמתרחש למולנו. ההבנה כיצד האמונות שלנו פועלות, מעניקה לנו את המפתח להגשמת הדברים שאנו רוצים.

הדרך שבה עובדות האמונות שלנו היא פשוטה מאוד, האמונה שלנו בנוגע לכל הדברים קובעת את המציאות שלנו ברמה הפיזית, החומרית, הרגשית והרוחנית. כיוון שכל התנסות חושפת רמה נוספת של אמונות, אנו חייבים למצוא דרכים לשנות את האמונות שלנו, כאשר האמונות הללו בוראות מציאות ששוב אינה רצויה לנו, כדי לשנות את הנתיב שבו אנו צועדים.

ידע רב שיש לנו על העולם נובע מהאמונות שלנו. אנו יודעים, למשל, שכדור הארץ הוא עגול. אבל לפני מאות שנים כולם האמינו שכדור הארץ הוא שטוח והם החזיקו באמונה זו עד שהוכיח מישהו שהיא שגויה. ואפילו אז, אנשים סירבו לשנות את האמונות שלהם בנוגע לצורתו של כדור הארץ. אנו מאמינים שהדשא ירוק אבל לאדם עיוור צבעים, הדשא חום. אנו נאמין בדבר-מה עד אשר נקבל הוכחה שמפריחה אמונה זו. לעתים קרובות אנו מחפשים אחר הוכחה מחוץ לעצמנו, אך עם השינוי והמיקוד החדש שלנו בעוצמה שלנו, אנו חייבים ללמוד לברוא את ההוכחה לשינוי האמונות שלנו בעצמנו.

כאשר אנו מחזיקים באמונות אותן יש הכרח לשנות, דבר-מה קורה שמדגיש את התחום בחיינו עליו הן משפיעות בדרכים שלא נוכל להתעלם מהן. מה שאנו עושים באותו רגע בזמן קובע כיצד נתקדם הלאה. אנו יכולים להשתמש בהתנסות כדי לחזק את האמונה שלנו בחוסר האונים והיכולת שלנו, או אנו יכולים לראות את המצב כהזדמנות לשנות אמונה.

אם אנו משתמשים במצב כדי לחזק את האמונה שלנו בחוסר האונים שלנו, אנחנו מפספסים את מטרת השיעור. נוכל לחזור עליו שוב בעתיד, דבר שיכול לחזק אף יותר את האמונה שאיננו טובים מספיק, ראויים מספיק, חכמים או בני מזל מספיק כדי לברוא את שאנו רוצים. לדוגמה, אם אנו מאמינים שאיננו ראויים למערכת יחסים אוהבת, אנחנו נמשוך מערכות יחסים עם אנשים שלא יאהבו, יכבדו או יוקירו אותנו. כאשר אנו חווים התנסויות אלה, הכאב שכל מערכת יחסים גורמת לנו יכול לחזק את האמונה שאיננו ראויים לטוב יותר. כל עוד אנו מחזיקים באמונה זו וממשיכים לחזק אותה, נמשיך למשוך מערכות יחסים קשות, או מצבים קשים אחרים.



או, אנו יכולים להתנתק מהמצבים הללו ולראות אותם כהזדמנות לשנות את האמונות שלנו. כאשר אנו מבינים שהאמונות שלנו הן שמביאות אלינו אנשים ומצבים מסוימים, אנו מבינים שהאמונות שלנו בוראות את המציאות אותה אנו חיים, בכל רמה. כל אדם ומצב שחושפים אמונה עבורנו, מעניקים לנו את ההזדמנות לשנות את האמונה הזאת. האתגר עבורנו הוא לצעוד אל תוך עוצמתנו ולשנות את האמונה. אנו יכולים לעשות זאת והמציאות שלנו תשתנה בהתאם.

אפשר שהשינוי לא יהיה מידי וייתכן וייתנו לנו כמה הזדמנויות נוספות לשנות אמונה, אבל אם נחזיק בעוצמתנו ולא נהפוך מעורבים בדינמיקות הרגשיות של ההתנסויות, נוכל להתקדם התקדמות גדולה מאוד. אף-על-פי שישנן אמונות רבות בנוגע לעולם ולמקומנו בו, יש כמה דברים שאנו יכולים להתמקד בהם, אשר יסייעו לנו בתהליך הזה:

- אנו ישויות רוחניות אלוהיות ואהבה ללא תנאי, שפע בלתי מוגבל, שגשוג, שלוה ושמחה הם זכותנו מלידה.
- אנו מחוברים אל המקור ומהווים חלק ממנו ויש לנו עוצמה וסמכות בלתי מוגבלות בכל היבט של המציאות שלנו.
- אנו תמיד אהובים ללא תנאי ונתמכים בכל שאנו עושים.
- ייעודנו הרוחני הוא להביא אור, שלום ושמחה לעולם ותהליך זה מתחיל בנו ובמציאות שלנו.

כמו כל דבר שאנו עושים, שמאפשר לנו להתקדם בנתיב הרוחני שלנו, כך בכל פעם שאנו משנים אמונה אנו בוראים את האפשרות לשינוי אמונה באנושות כולה. כל שאנו עושים בורא אנרגיה שמהדהדת בכל רחבי היקום. לכל אחד מאיתנו הכוח לשנות את העולם, לברוא גן עדן עליו אדמות וכאשר אנו עושים זאת למען עצמנו, אנו עושים זאת למען האנושות כולה.

## לשקף את האמונות שלנו

כל היבט של חיינו הוא השתקפות האמונות שלנו. העבודה או הקריירה שלנו משקפת את האמונות שלנו בכל הקשור למידת ההצלחה הנוכחית או הפוטנציאלית שלנו. מערכות היחסים שלנו משקפות את מידת היותנו נאהבים. המצב הכלכלי שלנו משקף את האמונות שלנו בנוגע לכמות השפע לה אנו ראויים. האנשים בחיינו משקפים את האופן בו אנו חשים לגבי עצמנו. והמציאות שלנו משקפת כל זאת חזרה אלינו. קשה ככל שזה עשוי להיראות, המציאות שלנו היא פשוט השתקפות של מה שאנו מאמינים שנכון לגבי עצמנו. והאמונות שלנו בוראות אותה.

כולנו רוצים להיות אהובים, מצליחים, מוערכים ומאושרים ומקדישים שעות רבות כדי למשוך דברים אלה אלינו. כאשר הם אינם קורים, אנו מתאמצים עוד יותר, חושבים שאם נעבוד קשה יותר, נקבל את שאנו רוצים. אבל המציאות היא לא הנושא; אלה האמונות שבוראות את המציאות ~ ובהן עלינו להתמקד. המציאות היא רק התוצאה הסופית. עלינו להתחיל מהתחלה כדי לברוא את השינוי שברצוננו לראות. אנו חייבים להתחיל באמונות שלנו.

כל חלק של חיינו שאינו מלא בשמחה, בשלווה, באהבה ובשפע נברא על-ידי אמונה אותה אנו יכולים לשנות. אולם איננו הופכים מודעים לצורך בשינוי עד אשר המצב הופך קשה ואנו שמים לב. אז יש לנו שתי אפשרויות: לשנות את האמונה שבראה את המצב או להזכיר לעצמנו שאיננו ראויים לטוב יותר. האפשרות הראשונה תשנה את המציאות שלנו. האפשרות השנייה תברא מציאות שתחזק את האמונה הזאת. באיזו אפשרות תבחרו?

ההבנה שהמציאות שלנו משקפת את האמונות שלנו מזכירה לנו את גודל עוצמתנו. אין דבר שלא נוכל לעשות ברגע שנבין תפיסה זו. כל היבט של חיינו משקף את האמונות שלנו חזרה אלינו. כאשר אנו מקבלים את עוצמתנו, אנו גם מכירים ביכולת שלנו לשנות את האמונות שלנו והמציאות שלנו תשתנה. אם יש היבט במציאות שלכם שברצונכם לשנות, חפשו אחר האמונה שמשקפת אותו אליכם. האם אתם מוכנים לשנות את האמונה הזאת? אם כן, המציאות שלכם תשקף לכם זאת חזרה אליכם.

## מי הם החברים שלכם?

בילדותי, אמי תמיד התעקשה לפגוש בחברים שלי, למבוכתי הרבה. ואם היו לי חברים שלא היו לרוחה, היא הייתה מיידעת אותי שהיא אינה רוצה שאפגש עמם. כמובן, אלה שכן היו לרוחה במידה רבה ביותר היו החברים שעמם העדפתי גם אני לבלות אך ככל שהתבגרתי, הבנתי מה היא עושה ועד כמה חשוב שאבחר את חבריי בזהירות ולא אניח לכל מי שנראה כרוצה בחברתי להיכנס אל תוך שדה האנרגיה שלי.

יכולים להיות לנו חברים מסוגים שונים, אלה שמתייחסים אלינו כהלכה וכאלה שמתייחסים אלינו באופן גרוע. אלה שאוהבים ומכבדים אותנו ואלה שלפעמים בוגדים בנו. אין לי הרבה חברים, אבל החברים שיש לי אוהבים ותומכים. במשך שנים רבות אפשרתי לכל מי שרצה להיות ידיד שלי להיכנס לחיי. ולפעמים החברים שחשבתי שרוצים בטובתי התייחסו אליי באופן גרוע מאוד. מה שלמדתי בסופו של דבר היה שאנשים רבים נמשכו אל האור והאנרגיה שלי ושעליי להיות סלקטיבית מאוד לגבי השאלה עם מי אחלוק את אורי ואת האנרגיה שלי.

בייחוד בזמנים אלה, אנשים רבים מחפשים אחר מקור אור ואנרגיה שיעזור להם לעבור את השינוי. וכעובדי אור אנו עשויים למשוך אנשים שרואים בנו הזדמנות להקל על חייהם ולתת להם את האנרגיה שהם אינם מאמינים שהם יכולים לברוא בעצמם. אחד מהמורים שלי נהג לננות אותם "ערפדי אנרגיה" ולתאר אותם כאנשים שלוקחים אנרגיה מאחרים. אלה עלולות להיות מערכות יחסים הרסניות מאוד ואנו יכולים להימנע מהן על-ידי בחירה קפדנית של חברינו.

כשאמרתי זאת למטופל שלי לאחרונה, הוא אמר שאינו רוצה לברוא קרמה בחייו על-ידי כך שיסרב לעזור למישהו. השבתי שהוא יכול לעזור לאדם זה ולהיות מעורב בדרמה של חייו או הוא יכול לאפשר לו למצוא מישהו אחר, כיוון שכך יעשה. לפעמים המתנה הטובה ביותר שאנו יכולים לתת למישהו אחר, היא לאפשר לו למצוא את עוצמתו שלו. בחירת האנשים עמם נחלוק את האנרגיה והאור שלנו שומרת על שלמות היסודות שלנו וממלאת את חייו בחברים שמשקפים את העוצמה שלנו חזרה אלינו בדרך אוהבת ומכובדת.

## צעד אחר צעד

הנתיב הרוחני שלכם הוא מסע של גילוי ולמידה. עם כל צעד יש לכם הזדמנות למצוא את עוצמתכם, להתחבר מחדש אל המקור וללמוד שיעור עד סופו. אתם עשויים להשלים רק צעד אחד בתקופת חיים מסוימת ואין הדבר בגדר כישלון. כל שיעור הוא שיעור חשוב להתפתחות נשמתכם ולרטטים שאתם מביאים לאנושות בזמן הזה. המטרה שלכם היא לא להשיג מאסטריית רוחנית מלאה, כפי שהוגדרה עבורכם, אלא להשלים את שיעוריכם ואת הריפוי האישי שלכם.

המסע הרוחני שלכם מושלם צעד אחד בכל פעם. כל חלק מהמסע חשוב ואפשר שאתם מתקדמים מאוד דווקא כאשר אתם סבורים שאינכם נעים קדימה כלל. הלמידה הגדולה ביותר מתרחשת בזמנים בהם אתם שקטים, צופים וממתינים. כאשר אתם נכנעים, משום ששוב אינכם יכולים לגרום לדברים לעבוד וחייבים לבקש הדרכה, אז אתם מבינים שאתם חייבים לאפשר למקור להדריך אתכם במקום להניח לפחדים שלכם לגרום לכם לשעוט קדימה.

אין שיעורים רוחניים קטנים וחסרי משמעות במסע שלכם. כל שיעור שלמדתם הוא שיעור שהקדשתם ללמידתו תקופות חיים רבות. עם השלמת השיעור, השמיים עולזים כיוון שאתם בראתם את האנרגיה שתאפשר לאחרים להשלים שיעור זה גם כן. כאשר אתם משלימים שיעור של אהבה ללא תנאי, לדוגמה, אתם מאפשרים לאנרגיה הזאת להתגשם על כדור הארץ. כאשר אתם משלימים את שיעור החמלה, אתם בוראים רטט של חמלה אותו יכולה כל האנושות לחוות.

אין סדרי חשיבות ביקום ולא ניתן פרס לאדם שמשלים את השיעורים הרבים ביותר בתקופת חייו. חשוב יותר להשלים כל שלב בשיעור מאשר לנסות להשלים שיעורים רבים. הנשמה שלכם יודעת את שעליה להגשים וכאשר אתם שקטים ומקשיבים, אתם יכולים להכיר בהצלחה שהשגתם פשוט על-ידי הנכונות להכיר בשיעור, לחוות אותו ולאפשר לריפוי להתרחש. זו המתנה שאתם נותנים לעצמכם ולאנושות, וכל צעד במסע שלכם, ואין זה משנה כמה קטן הוא, הוא ניצחון עבורכם, עבור נשמתכם, עבור העולם הרוחני ועולם החומר.

## האמונות החומריות שלנו

נאמר לנו שהמציאות שלנו, העולם בו אנו חיים, הם אשליה. כיצד ייתכן הדבר? אנו יכולים לראות אותה, לגעת בו, לטעום ולהריח אותה ולכן הוא חייב להיות אמיתי. מנקודת המבט שלנו, המציאות שלנו היא סטטית ומוצקה מאוד. אך מנקודת מבט רוחנית, המציאות היא מערכת דינמית שיכולה להשתנות בתוך רגע. המציאות החומרית שלנו היא רק השתקפות של האמונות שלנו. כאשר אנו משנים את האמונות שלנו, אנו משנים את המציאות שלנו. והיא יכולה להשתנות כהרף עין כאשר אנו יודעים כיצד האמונות החומריות שלנו מקיימות אינטראקציה עם המציאות שלנו.

כדי להבין כיצד האמונות החומריות שלנו משפיעות על המציאות שלנו, אנו חייבים להבין את מהותן. האמונות החומריות שלנו כוללות כל היבט של חיינו במישור החומרי, ומתחילות במה שאנו מאמינים בנוגע לעצמנו. כמה מאיתנו מקדישים זמן כדי להרהר במה שאנו חושבים על עצמנו? אנו יודעים מה אנו חושבים על אחרים, ובכלל זה על בני המשפחה, הידידים ובני הזוג שלנו, על כוכב הקולנוע הפופולרי התורן, על הפוליטיקאים שלנו, אבל מתי אנו פשוט יושבים בשקט וחושבים על עצמנו?

רוב האמונות שלנו לגבי עצמנו נוצרו על-ידי התנסויות העבר שלנו ודעות של אנשים אחרים. דרושים זמן, סבלנות ותרגול כדי לשנותן. וברגע שאנו מפנים את תשומת הלב למה שאנו רוצים להיות ולעשות, אנו עשויים להיתקל בהתנגדות מסוימת. בתכנית האימון לנסיים אני מכנה זאת "הקול הפנימי" ו"הקול החיצוני". כאשר הקול החיצוני שלנו רוצה לקחת סיכון, הקול הפנימי מזכיר לנו את כישלונות וטעויות העבר ואת הפחדים שלנו. אם נלמד כיצד להביא אותם לכדי איזון, כך ששני הקולות יסכימו שעלינו לעשות את שברצוננו לעשות, הדבר יסייע לנו לברוא את מציאות החלומות שלנו.

הקדשת זמן בלוח הזמנים העסוק שלנו רק כדי לחשוב על עצמנו עשויה להיראות כבזבז זמן, אך זהו הצעד הראשון להבנה כיצד האמונות החומריות משפיעות על המציאות שלנו. המחשבות שלנו מעצבות את מי שאנו והמציאות שלנו משקפת זאת חזרה אלינו. שינוי המציאות הוא פשוט שינוי האמונות החומריות, האופן שבו אנו חושבים על עצמנו. השבוע, הקדישו זמן למחשבה כיצד אתם מרגישים לגבי עצמכם. מה אתם חושבים על המיומנויות, הכישורים והכשרונות שלכם? האם אתם יודעים מהם? מה אתם לא אוהבים במציאות שלכם ואילו אמונות תומכות במציאות זו? אז, שנו את האמונות שלכם, ככל שיכולתכם, כדי לברוא את המציאות שאתם רוצים. אתם תגלו שברגע שאתם מתחילים להתמקד במהות האמונות שלכם, אתם תבינו את החיבורים ותבראו את השינוי שאתם רוצים.

## יהירות רוחנית

לפני שנים רבות הייתה לי מורה שתמיד הייתה מוכנה לחלוק את הידע שלה עם אנשים אחרים. אבל היא עשתה זאת בדרך שהדגישה עד כמה הידע שלה נרחב ועד כמה הידע שלנו מצומצם ועל-ידי מתן מידע באופן שלא אפשר לנו להביע את הדעות או המחשבות שלנו. תמיד עזבתי בתחושה שלעולם לא יהיה בידי ידע נרחב כמו שיש לה וחשבתי שהיא יהיה מאוד בדרך שבה היא מלמדת. כאשר התחלתי ללמד בעצמי, הזיכרון כיצד הרגשתי כאשר עבדתי עם המורה הקודמת שלי עזר לי להציג את הידע בדרך שעזרה לאחרים באופן חיובי.

אבל לפני כמה שבועות המדריכים שלי ציינו באוזניי כיצד נהגתי ביהירות כלפי מישהו בחיי אשר לו ניסיתי לעזור, כיוון שהוא ביקש זאת, אך שהפכתי מתוסכלת משום שדומה היה שהוא אינו לומד דבר. במקום לעמוד מן הצד ולאפשר לו ללמוד בקצב שלו ולפנות אליי כאשר חש שהוא מוכן לידע נוסף, המשכתי לתת לו הזדמנויות ללמוד עד אשר הפסקנו לדבר זה אל זה.

לא עשיתי זאת בכוונה אלא משום שיכולתי לדמיין את התוצאות שהלמידה שלו תוכל להניב עבורו. מה ששכחתי היה שעד אשר הוא יוכל לראות חזון זה בעצמו, הניסיון שלי לאלץ אותו לראות את העולם שלו בדרך שלי היה צורה של יהירות רוחנית. באופן מהותי, ידעתי מה טוב ביותר עבורו. לפעמים היכולות האינטואיטיביות שלנו מפריעות כאשר אנו מנסים לעזור לאחרים, כאשר אנו יכולים לראות את תוצאות הריפוי ואנו רוצים לדחוף אותם לקראתן במהירות הגדולה ביותר. אבל כל אחד מאיתנו לומד בקצב שלו.

כמורים למדנו באמצעות השיעורים שלנו ועבור רבים מאיתנו למידה זו השתרעה על פני עשרות שנים. אנו עלולים לשכוח שגם אנחנו הזדקקנו לזמן כדי ללמוד את השיעורים שלנו, ולפעמים חזרנו עליהם פעמים רבות עד אשר הבנו לבסוף. כאשר אנו עובדים עם אנשים אחרים, אנו חייבים לזכור שהם ילמדו כאשר יהיו מוכנים כאשר אנו מעניקים להם ידע רב מדי או חושבים שאנו יודעים מה טוב עבורם, איננו מקדמים את הפתרון אלא רק מתרגלים סוג של יהירות רוחנית אשר לא תאפשר ללמידה ולריפוי להתרחש. אין זה משנה עד כמה אנו מאמינים שאנו יכולים לעזור למישהו או ללמד אותו ואין זה משנה עד כמה ברור הוא החזון שלנו לגבי האפשרויות הפתוחות בפניו, הוא ילמד כפי שיוכל וינוע קדימה כאשר יהיה מוכן, ממש כפי שאנו עשינו.

## המסר של אוראל לקבל את מה שאתם צריכים מאנשים אחרים

בכל אינטראקציה, כל אדם מקבל בדיוק את מה שהוא צריך מן האחר. בין אם אלה הן אינטראקציות אוהבות או מלאות בפחד, בין אם הן גורמות לכם להרגיש טוב או רע, כל אחד מכם מקבל את מה שהוא צריך ממישהו אחר. והם מקבלים את מה שהם צריכים מכם. כיוון שכל דבר בחייכם הוא חלק משיעור שבאתם ללמוד, לכל אדם בחייכם יש משהו ללמד אתכם ולכם משהו ללמד אותו, ואין זה משנה עד כמה קצר הוא המפגש. אם אתם מאמינים שרק המצבים שלהם תוצאות חיוביות ואוהבות הם בעלי ערך וראויים לזמנכם, אפשר שאתם מפספסים חלק מהתנסויות הלמידה החשובות ביותר שלכם.

לא החוויות הקלות הן שמספקות לכם את הלמידה הרבה ביותר, אלא הקשות ביותר. אלה הן החוויות בהן אתם חייבים לחפש אחר השיעורים, לראות מעבר לפחדים שלכם ולהבין כיצד אדם זה יכול לעורר בכם פחד שכזה. השיעורים הללו משקפים לכם את ההיבטים החשובים ביותר של החוויה האנושית שלכם, את הצורך שלכם בריפוי. אתם יכולים להודות לאנשים שסיפקו לכם את ההתנסויות הללו משום שהם העניקו לכם מתנה נפלאה.

אלה שלתחשתכם צריכים ללמוד הכי הרבה יכולים תכופות להראות לכם היכן נמצאים השיעורים שלכם. אין מקרים, דבר אינו מתרחש ללא מטרת ריפוי. אתם יכולים למצוא את השיעורים בכל מצב כאשר אתם זוכרים שמטרת המסע שלכם היא ריפוי והתחברות מחדש, לא יותר. כל אחד מכם מהווה מראה לכל השאר, ממש כפי שהאנשים האחרים מהווים מראה עבורכם. כאשר אינכם אוהבים את שאתם רואים, זכרו שאתם מביטים במראה.

ברגע שאתם מכירים בכך שקיבלתם את מה שאתם צריכים ממישהו, הדינמיקה של מערכת היחסים יכולה להשתנות או היא יכולה להסתיים. אין כל צורך לאפשר למערכות יחסים קשות להמשיך והן נמשכות משום שאף אחד מהצדדים לא מצליח ללמוד את שהוא צריך ללמוד ולאפשר לדינמיקה להשתנות. קונפליקטים בכל רמות החוויה האנושית יכולים להסתיים אם כל אדם יוכל לקבל את מה שהוא צריך ממישהו אחר ואז לשחרר אותו. השבוע, חשבו על מערכת יחסים קשה שלכם. מה אתם צריכים מהאדם הזה ומה הוא צריך מכם? האם זו הבנה, סליחה, הכרה בפחד, אהבה ללא תנאי, שינוי אמונות? ברגע שתכירו במה שאתם צריכים לקבל מאותו מצב ותקבלו זאת, תוכלו לשחרר זאת ולהמשיך לנוע קדימה בנתיב שלכם.

## האמונות הרוחניות שלנו

כיוון שגדלתי כקתולית, חשבתי שאנשים רוחניים הולכים לכנסיה בכל יום ראשון ולעולם אינם נוהגים שלא כשורה. לכן כאשר "פספסתי" את הביקור בכנסיה, במקרה או בכוונה, פחדתי שאלוהים ישנא אותי. כאשר הפסקתי ללכת לכנסיה נוצר חלל בחיי אותו מילאתי במגוון ספרים ומורים רוחניים עד אשר מצאתי מקום שבו יכולתי לברוא איזון בין עולם הרוח לעולם הגשמי שלי. ידעתי שאלוהים לא ישנא אותי לעולם ושלהיות האדם רוחני אין כל קשר להיותו דתי. אבל הזדקקתי לזמן רב כדי להתגבר על האמונות הללו.

כל אחד יש דעה בנוגע לרוחניות; רובנו (הבוגרים עתה) למדנו בילדות על הקשר שבין הדת והרוחניות והאמנו שהן זהות. כאשר שינינו את האמונות שלנו, היה עלינו למצוא דרך חשיבה חדשה בהקשר לנושא זה או לפחד, אפילו במקצת, מפני עונש אלוהי. אני זוכרת כשסיפרתי לאימי על אמונותיי הרוחניות החדשות וששוב לא אלך לכנסיה הקתולית, היא אמרה במבט מודאג: "אני מקווה שאת צודקת".

אנו חופשיים להגדיר את האמונות הרוחניות שלנו, לברוא את הגרסה האישית שלנו לחיבור למקור וללמוד ליישם את האמונות הללו בחיינו. אם נשגה, נגלה זאת במהרה. ברגע שאנו מתחילים לצעוד בנתיב הרוחני שלנו, היקום עוזר לנו על-ידי כך שהוא מראה לנו, בדרכים מהן איננו יכולים להתעלם, היכן הפעולות שלנו אינן יעילות. אך אנו הם אלה שבוחרים במה להאמין בנושא הרוחניות ואין תשובות נכונות או לא נכונות. למעשה מדובר, פשוטו כמשמעו, באור ובאהבה ללא תנאי.

אנו חופשיים אפוא לברוא את האמונות הרוחניות האישיות שלנו. אנו מפיקים תועלת מהתמקדות באמונות אשר מזכירות לנו את עוצמתנו, אלוהותנו ואת השותפות שלנו עם אלוהים. איננו פחותים מאף אדם או משום דבר ביקום. הכל וכולם מחוברים. לכולנו עוצמה שווה, יכולות דומות וגישה זהה לאנרגיה הסובבת אותנו. מה שאנו עושים עם הבחירות וההחלטות שלנו ועם התוצאות נתון לאחריותנו. כאשר אנו מצמצמים את האמונות הרוחניות שלנו לעקרונות פשוטים אלה, החיים הופכים לעניין של בריאת שמחה, שלוה, שפע, נסים ואהבה ללא תנאי.



## האם אתם שמים לב?

יש לי ידיד שאוהב לצפות בסרטים בביתו. וכאשר הוא צופה בהם, הם זוכים במלוא תשומת הלב שלו. הוא אינו עונה לטלפון, קם כל עשר דקות, מבצע משימות אחרות או משוחח. כאשר אנו צופים בסרטים יחד, ההתנהגות שלי מתעצבנת אותו מאוד משום שאני עושה כל העת דברים נוספים חוץ מהצפייה בסרט. הוא שאל אותי פעם: "איך את מצליחה להבין מה קורה בסרט אם את לא שמה לב?" הוא צדק, צפיתי בסרט, אך ניתן לומר שלא ממש שמתי לב. לכן, אף-על-פי שהבנתי את התמונה הכללית, ספספסתי את הפרטים החשובים משום שהייתי עסוקה בדברים אחרים.

אני טובה מאוד בביצוע משימות רבות בו-בזמן. אבל אף פעם אין לי די זמן לשים לב למה שאני עושה כיוון שתמיד יש לי דברים כה רבים לעשות. ורובנו נמצאים במצב דומה. איך נצליח לנהל את חיינו העסוקים אם לא נוכל לעשות כמה דברים באותו זמן? אף-על-פי שביצוע משימות רבות הפכה לדרך החדשה לעשות דברים, היא מאפשרת לנו להגשים את התמונה הגדולה, אבל אנו מפספסים את הפרטים הקטנים.

כאשר הילדים שלי היו צעירים הייתה לנו נדנדה על המרפסת ובימים חמים הייתי יושבת עמם לפעמים ולא עושה דבר מלבד להתנדנד. זיכרון זה הוא אחד מהזיכרונות הטובים ביותר שלי. כאשר סיפרתי זאת לידידה, היא שאלה אותי כיצד מצאתי את הזמן לכך. אבל העניין לא היה קשור למציאת זמן, אלא לבריאה של רגע קסום שבו תשומת הלב שלי הייתה נתונה לילדיי ולעולם הסובב אותנו. שנים רבות אחר-כך, אני עדיין יכולה לזכור את פרטי אותם הרגעים בהם התנדנדנו על הנדנדה במרפסת... כיוון ששמתי לב.

אנו יכולים למצוא את הזמן לעשות דברים כה רבים אבל לא בכך עוסקים החיים, הם עוסקים בפרטים הקטנים, ברגעי הקסם הקטנים, בהם אנו ממוקדים לגמרי בהווה ושום דבר אחר אינו חשוב. והרגעים הללו הם מתנות שאנו מעניקים לעצמנו. השבוע, העניקו לעצמכם מתנה ושימו לב לעצמכם. הקדישו זמן להיות רק עם עצמכם, עם ילדיכם או עם ידיד מיוחד. העניקו להם את מתנת תשומת הלב המלאה שלכם ותבראו מרחב בחייכם שבו תמצאו לגמרי ברגע ההווה, תעניקו תשומת לב ותראו כל פרט.

## המסר של אוראל

### מה הבנתם?

הסיבה הגדולה ביותר לאי-הבנה בעולם היום היא האופן שבו אנשים מבינים אלה את אלה. לכל אחד מכם יש תפיסה והבנה ייחודיות לגבי עצמו, אנשים אחרים והעולם הסובב אותו. קונפליקט נוצר כאשר התפיסות הללו גורמות לכם להבין דבר אחד, כאשר האדם האחר התכוון לדבר שונה לגמרי. כאשר אתם מוסיפים את התגובות הרגשיות שלכם למצב, הדברים מדרדרים עד אשר הם יוצאים מכלל שליטה. והכל קשור להבנה.

דבר זה גורם לויכוחים ולקונפליקטים בחיים האישיים שלכם ובעולם הסובב אתכם. ניתן למנוע את רובם אם כל אחד מכם יברא מרחב ניטרלי שבו תוכלו לעבד את מה שהאחרים אומרים בעזרת ההדרכה האינטואיטיבית שלכם, לפני שאתם מגיבים ממקום של פחד או שיפוט. האופן שבו אתם מבינים את מה שאנשים אחרים אומרים מבוסס על האמונות שלכם, חוויות העבר שלכם וכל שיפוט שיש לכם כלפיהם. השיפוט הללו יכולים לגרום לכם לברוא ספרה של הבנה אשר תפרש כל דבר שהם אומרים עוד לפני שהם אומרים אותו בכלל.

כאשר משהו שמישהו אומר מעורר בכם תגובה רגשית, אפשרו להדרכה הפנימית שלכם להראות לכם היכן אתם זקוקים לריפוי בתחום זה. כל דבר שגורם לכם כאב קשור לפצע שאתם נושאים בגופכם הרגשי. ניתן לרפא פצע זה אם תאפשרו לעצמכם להכיר בכך שאנשים אחרים נכנסים לחייכם כדי לעזור לכם להירפא, כפי שאתם עוזרים להם. היכולת שלכם ללמוד כיצד אתם שומעים ומבינים אותם, תברא את הריפוי עבורכם. והיא תשחרר את הקרמה שיש לכם עמם.

בריאת שלום על כדור הארץ אינה דבר הנמצא באחריות הממלכה הרוחנית; הדבר נמצא באחריות אלה מכם שנמצאים כאן עכשיו. אף-על-פי שהממלכה הרוחנית יכולה להדריך אתכם, היכולת שלכם להרחיק את המיקוד שלכם מהגופים הרגשיים, המנטליים והפיזיים ולהבין מנקודת מבט רוחנית, היא שבוראת גן עדן על ידי אדמות. יש לכם יכולת זו; זה הדבר שבאתם לכאן עשות. כאשר אתם שומעים את מה שמישהו אומר לכם מנקודת מבט רוחנית, אתם מבינים ברמה גבוהה יותר ואינכם יכולים להגיב בשיפוט או בקונפליקט. ברגע שהאנושות תבין תפיסה זו, השלום ישזור בכל מקום ולא יהיו עוד שיפוטים או קונפליקטים במסגרת האינטראקציות. אז יהיה כאן גן עדן על ידי אדמות.

## להבין את הזרימה

כל דבר שמתרחש בחיינו בכל רגע בזמן הוא תוצאה של האמונות שלנו. ברגע שנבין ונקבל שהאמונות שלנו בוראות את המציאות שלנו, נזכה בכלי עוצמתי בו נוכל להשתמש כדי לשנות היבטים כלשהם בחיינו שאינם מביאים לנו שמחה, שלוה, שפע ואהבה בלתי מותנית. אף-על-פי שנחווה עדיין את שיעורי חיינו, הבנת הזרימה בין האמונות למציאות יכולה לעזור לנו לנהל תהליך זה, כך שההתנסויות שלנו לא יכריעו אותנו.

אף-על-פי שאנו יכולים להבין כיצד זרימה זו עובדת, יישום ההבנה הזאת מעט מסובך יותר. משום שהאמונות שלנו הן חלק כה אינטגרלי ממי שאנו, אנו עשויים שלא להיות מודעים לכך שיש לנו אמונה שמניבה מחסור בשפע, באהבה או בשמחה או שבוראת דרמה ותוהו ובהו. וכיוון שאיננו מודעים לאמונות שלנו כאשר אנו חווים שיעור, אנו חייבים להיות מסוגלים לנתק את עצמנו מהמצב כדי לבחון אילו אמונות אחראיות לבריאתו.

אפשר שקשה לנו לקבל שאנו הבוראים של ההתנסויות הקשות והכואבות ביותר שלנו, בין אם אנו בוראים אותן ברמה מודעת או לא מודעת. אנו אכן עוצמתיים עד כדי כך. והיקום מעולם לא מטיל ספק בעוצמה שלנו על-ידי כך שהוא שואל אותנו האם אנו רוצים באמת את הדבר שבו אנו משקיעים את האנרגיה שלנו, הוא פשוט מגיב לאנרגיה של האמונות שלנו. לכן, כדי לשנות את המציאות שלנו, אנחנו חייבים להתחיל בנקודת ההתחלה ~ באמונות שלנו.

המציאות שלנו זורמת מהאמונות שלנו בדרך ישירה ביותר. כל היבט המציאות קשה קשור לאמונה, כמו גם כל היבט נפלא. קבלת אחריות זו היא דרך אחת שבאמצעותה אנו מכירים בעוצמה שלנו ומסוגלים לשלוט במה שקורה בחיינו. השבוע, ראו מה בראו האמונות במציאות שלכם. האם ברצונכם לשנות דבר-מה? זכרו את עוצמתכם ודעו שכל דבר שאתם בוראים אתם יכולים גם לשנות. התמקדו בהיבט אחד של המציאות שלכם שברצונכם לשנות, בחנו את האמונות שבראו אותו ואז שנו את האמונה כדי לשנות את האנרגיה שאתם מזרימים אל המציאות שלכם. צפו לשינוי מופלא והיקום לא יאכזב אתכם.

## מה אתם עושים בזמן שאתם ממתינים?

אני מתלוצצת עם ידידי שאני האדם חסר הסבלנות ביותר בעולם. סבלנות מעולם לא הייתה אחת מהסגולות שלי ואף-על-פי שלמדתי להיות סבלנות, לפעמים זהו נושא עמו אני נאבקת. לפעמים אני מרגישה שהשיעורים שלי הם ללמוד סבלנות והעיכוב שאני עשויה לחוות בין הבקשה להגשמה קיים כדי להזכיר לי שהמתנה היא חלק מהתהליך. כולנו חווים זאת והמתנה היא חלק חשוב מהתהליך הזה. אז מה אנחנו עושים בזמן שאנו ממתינים?

יש לנו שתי אופציות באמצעותן נתמודד עם תהליך המתנה. אנו יכולים להמתין באמונה ומתוך אמון או אנו יכולים להמתין בפחד. כיוון שאמונה ואמון הם חלק כה אינטגרלי מתהליך ההגשמה, ככל שניתן אמון במידה רבה יותר כך התשוקות שלנו יתגשמו מהר יותר. לכן בזמן שאנו ממתינים, אנו יכולים להמשיך בחיינו מתוך ידיעה שהיקום מטפל ברצונות שלנו. איננו חייבים לבקש עשר פעמים ~ היקום ישמע אותנו בפעם הראשונה.

ככל שאנו רוצים או צריכים דבר-מה אותו ביקשנו במידה רבה יותר, כך קשה יותר להמתין להתגשמותו. וכיוון שלעתים קרובות אנו ממתינים עד אשר הצורך שלנו הופך קריטי, אנו יכולים להאמין בהתחלה אך אמונה זו יכולה להפוך במהירות לפחד, משום שאיננו רואים את התשוקות שלנו מתגשמות במסגרת הזמן שלנו. וככל שאנו מפחדים יותר, כך אנו מאיטים את תהליך ההגשמה. כך אנו מוסיפים שיעור בסבלנות לתהליך, ואז אנו תוהים האם ביקשנו את הדבר הנכון, בדרך הנכונה והאם אנו ראוים לדבר שביקשנו.

המתנה היא לעתים קרובות חלק מתהליך ההגשמה. היקום תמיד מגיב לצרכים שלנו ובורא את החיבורים אשר יגשימו את הדבר שביקשנו בדרך המושלמת ביותר. אם נמתין בפחד, אנו עלולים לפספס סימן חשוב או פשוט לא לראות שהדבר שביקשנו נמצא מול עינינו, אולי לא בדיוק בדרך שבה ציפינו לו. אם נמתין מתוך אמון ובאמונה, נדע שאין עיכובים בתהליך ושהכל מתרחש על פי סדר אלוהי. התפקיד שלנו בתהליך הוא לבקש ואז להמתין בסבלנות לתוצאות, לחפש אחר הסימנים ולממש כל הזדמנות כשזו מציגה את עצמה בפנינו.

## המסר של אוריאל שלבנו את השיעורים שלכם

כל אחד מכם מגיע לתקופת החיים הזאת כשהוא נושא עמו את זיכרונות הגלגולים הקודמים. אף-על-פי שאפשר שאינכם זוכרים אותם לפרטי פרטים, אתם מחזיקים את הרטט שלהם בתוך הגופים שלכם והם באים לידי ביטוי באמונות שלכם ובאופן שבו אתם בוראים את המציאות שלכם. כל שיעור שאתם בוראים הוא הזדמנות לנשמה שלכם לרפא התנסויות אלה ולשלבן במסע החיים שלכם. אינכם חווים שום דבר חדש באף אחת מתקופות החיים ~ כל שיעור הוא הזדמנות חדשה לרפא פצע. ברגע שהוא נרפא והשיעור מושלם הוא הופך לחלק מלמידת הנשמה ומשולב בנתיב החיים שלכם.

לכן השיעורים שלכם כה חשובים, כיוון שהם חלק מהעבודה שבאתם לעשות כאן. מסע הריפוי שלכם אינו דבר-מה שאתם חייבים לסבול לפני שתוכלו לעשות את העבודה הרוחנית שלכם, הוא מכין אתכם לעבודה שאתם עושים ברגע שאתם חווים את הריפוי. כל חוויית ריפוי משפיעה על הרטט האנרגטי שלכם ומאפשרת לכם להתחבר לאנשים אחרים ולסייע להם לרפא פצעים דומים.

כאשר אתם מאמצים את השיעורים שלכם ולומדים מהם, אתם מאפשרים לריפוי להתרחש. אל תראו את עצמכם כבעלי ליקויים או אפילו כחסרי אונים בשל השיעורים שלכם. כל אחד מכם הסכים לחוות דברים אלה כדי להעלות את הרטטים של הפלנטה ולעזור לאנושות לנוע לקראת חיבור מחדש עם המקור. השיעורים שלכם לא מפריעים לעבודה הרוחנית שלכם; הם חלק מהעבודה הרוחנית שלכם.

ברגע שלמדתם שיעור וריפאתם פצע, השיעור משולב בנתיב החיים שלכם. שוב אינכם צריכים ללמוד אותו באותה דרך אלא אם אתם מאפשרים לדבר להתרחש. השיעורים הבאים יתרחשו ברמות שונות ואם שילבתם את הלמידה הקודמת שלכם, אתם תזכרו ותדעו מה עליכם לעשות כדי להשיג את רמת הריפוי הבאה. אז אתם עוברים לרמה הבאה של השיעורים, משלבים כל אחד מהם כדי שתוכלו להתקדם בנתיב הרוחני שלכם ולעזור לאלה אשר יבואו בעקבותיכם במסעות הריפוי האישיים שלהם.

## אני כאן, היכן אתם?

הבחירה להיות שלמים מבחינה רוחנית אינה כל-כך החלטה, אלא רגע בהתפתחות הרוחנית שלנו שבו אנו מוכנים לצעוד אל תוך עוצמתנו ולשלב את האלוהות שלנו באנושיות שלנו. משמעות הדבר היא שאנו מקבלים את מי שאנחנו ברמה רוחנית ואז מתחילים לחיות את חיינו בדרך אשר בה אנו יכולים לעבוד עם החוקים האוניברסליים ולברוא את החיים שאנו רוצים. אולם כאשר אנו מתחילים בתהליך זה, כמה ממערכות היחסים היקרות ביותר שלנו עלולות להסתיים כיוון שאנו שם אבל הם לא. מה נוכל לעשות?

המסע הרוחני שלנו הוא מסע אישי שאליו אנו יוצאים מתוך מטרה אחת והיא ריפוי שיעורי הנשמה שלנו. ברמת הנשמה אנו מבינים זאת אבל ככל שאנו שוקעים בקשרים האנושיים אנו שוכחים שכל אחד מאיתנו נמצא במסע אישי ושכולם נעים בקצב משלהם. עבור אנשים מסוימים, צמיחה רוחנית מתרחשת בקפיצות ובדילוגים. אצל אנשים אחרים, הצמיחה הרוחנית היא איטית עד כאב. כאשר הקצב של האנשים שאנו אוהבים לא תואם לקצב של הצמיחה הרוחנית שלנו, התוצאה עלולה להיות כואבת מבחינה רגשית.

כדי ששלמות רוחנית (מהמילה שלם, ס') תוכל להתרחש אנו חייבים לקבל את העוצמה ואת האלוהות שלנו. עובדי אור בכל מקום יודעים שלשם כך עבדנו במשך תקופות חיים רבות ורבים מוכנים לאמץ אל לבם תפיסה זו. אבל ישנם אנשים רבים שאינם מוכנים לכך ועבורם התפיסה של עוצמה וחיבור רוחניים קשה מדי לעיכול והם אינם מסוגלים להתקדם. הם מאמינים עדיין שיש כוחות אחרים ששולטים בחייהם ובגורלם. אחד מהאתגרים הגדולים ביותר שלנו הוא לקבל, ללא שיפוט, את הרמה שבה אנשים אחרים מתקדמים במסע הרוחני שלהם ואת הבחירות שהם מקבלים. אפילו אם אנו חושבים שהבחירות שלכם גרועות.

קשה להרגיש בשמחת היותנו המושלים בחיינו ולחיות במצב של אלוהות ובריאת נסים כאשר האנשים שאנו אוהבים נאבקים. אף-על-פי שאנו יכולים לעזור להם, במידה מסוימת, איננו יכולים לעשות דבר כדי להאיץ את המסע שלהם. אלה הן בחירות שהם חייבים לקבל בעצמם. ובשעה שהם מתמודדים עם הבחירות שלהם אנו איננו יכולים להאט את המסע שלנו כדי להמתין להם שישגו אותנו. הם יעשו זאת או שלא, על פי היכולת שלהם להכיר בחיבור האישי שלהם למקור ובעוצמה שלהם. אנו יכולים להתפלל עבורם ולשלוח להם אהבה בלתי מותנית ולדעת שכאשר יהיו מוכנים לשלמות הרוחנית שלהם, הם יגיעו למקום זה.

## האם אני אוהבת אותי

רבות מהשאלות העוסקות במערכות יחסים שאני נשאלת בפגישות עם מטופלים מתמקדות בשאלה האם מישהו אוהב אותם. קשה להיות במערכת יחסים עם אדם שדומה שאינו אוהב אתכם, בייחוד כאשר אתם אוהבים את אותו אדם. והתשובה אינה פשוט "כן" או "לא", כיוון שיש כאן שתי דינמיקות בפעולה במצב הזה שבו מעורבים שני אנשים. השאלה היא לא האם הם אוהבים זה את זה, אלא האם הם אוהבים את עצמם. רוב הבעיות במצבים רומנטיים אינן מתמקדות במערכת היחסים שבין שני אנשים, הן מתמקדות במערכת היחסים שמנהל כל פרט עם עצמו.

באיזו תדירות אנו חושבים האם אנו אוהבים את עצמנו? אולי לא לעתים קרובות. דומה שזה נושא אנוכי מעט. ואף-על-פי-כן, למידה שבה אנו אוהבים את עצמנו יש השפעה גדולה על כל היבט של חיינו, בייחוד על מערכות היחסים הרומנטיות שלנו. המלאך הנעלה אוריאל אומר לעתים קרובות שלעולם לא נמצא אדם שיאהב אותנו יותר מכפי שנהאב את עצמנו. אך אם אנו חווים בעיות במערכת היחסים, אנו נוטים להאשים את האדם האחר, את התזמון, את המצב ונסיבות אחרות. האם יש כאן שיעור באהבה עצמית אותו יש ללמוד?

אנו מספקים את הצורך שלנו באהבה באמצעות מערכות יחסים רומנטיות, ותופסים אותן כהוכחה לכך שאנו אוהבים. אולם מערכות יחסים אלה אינן סימן ליכולת שלנו להיות אוהבים, הן סימן למידה שבה אנו אוהבים את עצמנו. אף אחד לא יכול לתת לנו את מה שאיננו מסוגלים לתת לעצמנו. לכן אף אחד לא יכול לתת לנו די אהבה כדי לפצות על חוסר כלשהו שאנו מרגישים בתחום זה. אם אנו מתחילים מערכת יחסים מנקודת מוצא זו, אנו נמצא אדם שאינו יכול לאהוב אותנו או שאינו יכול לאהוב אותנו במידה מספקת. והדבר נכון לגבי כל היבט של חיינו ~ כל מצב משקף את רמת האהבה העצמית שלנו חזרה אלינו. אנו נקבל אהבה, קבלה וכבוד מאחרים באותו שיעור שבו אנו מעניקים זאת לעצמנו.

ההבנה שקבלת אהבה מתחילה ביכולת שלנו להעניק אותה לעצמנו תחילה, תעזור לנו למצוא את בן הזוג המושלם, שיעניק לנו את כל האהבה שאנו רוצים, משום שהוא ישקף את האהבה העצמית שלנו חזרה אלינו. כך נברא את המשרה המושלמת אשר בה נזכה לכבוד ולהערכה. אנו נחיה בבית המושלם, יהיו לנו ידידים אוהבים ותומכים ונחיה חיים של שמחה ושלווה. כל היבט של חיינו משקף את המידה שבה אנו אוהבים את עצמנו. כמו רוב ההיבטים של המסע הרוחני שלנו, הכל מתחיל בנו ובנכונות שלנו להכיר ביכולות שלנו, והיכולת הרוחנית הגדולה ביותר שיש לנו היא ההכרה באהבה הבלתי מותנית שמחברת את כולנו. כאשר אנו מוכנים להעניק מתנה זו לעצמנו, לאהוב את עצמנו ללא תנאי, אז נברא את גן העדן שלנו על פני האדמה.

## כאשר אתם המורים

כאשר אנו מתקדמים במסע הרוחני שלנו, מרחיבים את הידע הרוחני שלנו ומעלים את הרטטים שלנו, אנו הופכים למורים עבור אלה אשר מתחילים לצעוד בנתיב זה. זו משימה לה הסכימו רבים מעמנו ~ לחלוק את הידע שלנו עם אנשים אחרים. אנו עשויים לדמיין כיצד אנו ניצבים מול קהל אנשים, חולקים את הידע שלנו עם אלה שמוכנים ללמוד, וצורה זו יכולה להיות היבט אחד של ההוראה. אבל רובנו יחוו חוויות הוראה עם אנשים פרטיים בחיינו, שרבים מהם לא ישתפו פעולה, יסרבו ואפילו יהיו גסי רוח כלפינו.

אנו נקראים ללמד כאשר עלינו לעזור למישהו ללמוד שיעור או לחוות היבט של המסע הרוחני שלו. אלה עשויות להיות התנסויות קלות או קשות, בהתבסס על מה שעלינו ללמד. כמורים, התפקיד שלנו הוא פשוט להיות מי שאנחנו ולאפשר למצב להתגשם. התלמיד יעשה את שיעשה, ילמד או לא ואז נמשיך בדרכנו. אך בדרך כלל אין ההתנסות חלקה או קלה. לעתים קרובות אנו נלכדים בהתנסות והיא הופכת אישית, אנו דוחפים את התלמיד ללמוד ושוכחים שהתפקיד שלנו הוא להשתתף, אנו מאבדים את הניתוק שלנו ובונים ציפיות לגבי התוצאה.

והמצבים אשר בהם אנו המורים, אינם מצבים שמהם אנו יכולים להתנתק בקלות. לעתים קרובות קיימים התקשרויות חזקות ורגשות עזים שמעורבים, כדי שנשתתף באופן מלא במצב. אם שכחנו שהמשימה שלנו היא ללמד, לא לאלץ את האדם האחר ללמוד, אנו עלולים להרגיש שלא ביצענו את המשימה שלנו במידה והתוצאות אינן מוצלחות. אבל ההצלחה שלנו לא תלויה בתשובה לשאלה האם אנו מאמינים שהתלמיד למד ושילב את השיעורים בחייו. אנו הופכים למורים מצליחים כאשר אנו פשוט מסכימים לחלוק את שלמדנו ולאפשר לתלמיד לקבל את ההוראה, או לא, על פי רצונו החופשי, מוכנותו ללמוד ורמת הצמיחה הרוחנית האישית שלו. ואנו נלמד גם כן מההתנסות הזאת.

כאשר אדם מזמן מורה אל תוך חייו הוא עושה זאת ברמת הנשמה. הנשמה שלו מבקשת את השיעור כדי לנוע קדימה. בעוד שאפשר שהנשמה מוכנה לכך, השכל והלב חייבים אף הם להסכים ולפעמים אין זה המקרה. כמורים עלינו לכבד את רצונו החופשי של כל אדם ולזכור שהיכולת שלו לצמוח וללמוד תלויה בנכונות שלו לשחרר את פחדיו. כאשר הוא אינו משתף פעולה, מסרב וגס רוח כלפינו, המורה שלו, זוהי פשוט השתקפות של הפחד שיש לו מפני צמיחתו הרוחנית. עלינו לכבד זאת ולדעת שגם אם איננו יכולים לסייע לו, הרי שביצענו את המשימה שלנו והיקום יספק לו מורה אחר שיוכל.



## תהליך האהבה

מטרת המסע הרוחני שלנו היא לשוב ולהתחבר למקור שלנו, לחלק הרוחני העמוק ביותר שלנו אשר בו קיימת רק אנרגיה אחת, אהבה בלתי מותנית. אנו מתחילים את חיינו עם זיכרון קלוש של סוג זה של אהבה, שהיא חובקת כל, יודעת הכל ומזינה הכל ומבלים את רוב חיינו בניסיון לשוב ולהתחבר עמה. חיפוש זה עשוי לעטות צורות שונות, בעת שאנו מנסים לברוא אותה במערכות יחסים עם בני משפחה, ידידים ובמערכות יחסים רומנטיות. אנו יכולים לנסות לברוא אותה ממקורות חיצוניים, כאשר אנו מעצימים את העולם החומרי שלנו או משפרים את הדימוי שלנו. אנו מאמינים שעם האהבה נהיה מאושרים, ובלעדיה, אומללים. מה שאיננו מבינים הוא שהאהבה היא תהליך והנתיב לאהבה בלתי מותנית מתחיל בנכונות שלנו להעניק ולקבל אותה מכולם, ושעלינו להתחיל בעצמי שלנו.

רוב האנשים אינם שואלים את עצמם האם הם אוהבים את עצמם או לא, ואם ישאלו קרוב לוודאי שהם יענו במבוכה "כן" או "כמובן שכן". אבל האמת היא שרוב האנשים אינם אוהבים את עצמם. כאשר הם מתבוננים בעצמם, הם אינם רואים שלמות, הם רואים את כל השגיאות, החרטות, חוסר הביטחון והפחדים שלהם. הם רואים את הליקויים והפגמים ואת התחומים בהם הם אינם טובים מספיק. קרוב לוודאי שקל יותר לאדם לתאר באוזניכם מה פגום בו מאשר מה מושלם אצלו. כולנו עושים זאת. אנו יכולים לראות את עודף המשקל, את הקמטים, לציין שאנו נמוכים או גבוהים מדי, שאין לנו די השכלה או שאיננו חכמים או מצליחים מספיק. אך אם ברצוננו לנוע והתקרר אל האהבה, אנו חייבים להיות מוכנים לראות את עצמנו כפי שאלוהים רואה אותנו, כמי שקיימים בשלמות מוחלטת, וללמוד לאהוב את עצמנו.

אנו נוטים לקבוע עד כמה אנו מרגישים אוהבים על פי התשובה לשאלה, האם אנו מנהלים מערכת יחסים רומנטית או לא. דומה שאנו חייבים לראות את מידת היותנו ראויים לאהבה כהשתקפות שמספק לנו אדם אחר. לכן אם אין לנו בן או בת זוג (והשינוי הביא רבים מאיתנו למצב זה), אנו פשוט שוכחים את האהבה לגמרי וממשיכים בחיינו, מתעלמים מאותה ערגה לקשר עם אדם אחר, שהיא למעשה הערגה הפנימית שלנו לשוב ולהתחבר למקור. הקשר שאנו בוראים בין אהבה רומנטית ואהבה בלתי מותנית מגביל את היכולת שלנו להכיר בכך שהאהבה תמיד נגישה לנו, בין אם אנו מאמינים שהיא מתגשמת במציאות שלנו בצורה של מערכת יחסים רומנטית או לא. השאלה האם אנו יכולים לאהוב ולהיות נאהבים על-ידי מישהו אחר, היא השתקפות של היכולת והנכונות שלנו לאהוב את עצמנו.

כל מה שמתרחש במציאות שלנו הוא השתקפות של המידה שבה אנו אוהבים את עצמנו. כל אדם וכל מצב משקפים את מידת האהבה העצמית והקבלה העצמית שלנו חזרה אלינו. אין זה משנה עד כמה קשה הוא המצב, המטרה היא לגלות היכן איננו אוהבים או מעריכים את עצמנו. כאשר אנו מבינים את תהליך האהבה, אנו יכולים לשנות כל מצב על-ידי זניחת הפחד ואימוץ אהבה ללא תנאי לעצמנו.

כאשר אנו עושים זאת, אנו ממקדים את האנרגיה ואת הכוונה שלנו בבריאת יותר מאשר שינוי בודד, אנו מפעילים את החיבור שלנו למקור, כך שכל היבט של חיינו ישקף אהבה בלתי מותנית חזרה אלינו.

תהליך האהבה מתחיל באהבת עצמנו, אז אנו יכולים לזמן אהבה מאחרים ולברוא מציאות שמשקפת את האהבה הבלתי מותנית חזרה אלינו. כאשר איננו פועלים במסגרת הדינמיקה הזאת, אנו מנסים לעבוד כנגד האנרגיה של היקום ומוצאים את עצמנו במצבים שבהם דבר אינו עובד, אף אחד לא מעריך או אוהב אותנו והחיים שלנו אינם מאושרים או מספקים. אנו יכולים להילכד בספירלה של שליליות ולהאמין שאיננו ראויים לאהבה, כאשר המסר האמיתי הוא שעלינו לאהוב את עצמנו יותר.

היקום מעולם לא מונע מאיתנו את אהבתו או את תמיכתו. אנו אלה שאינם זוכרים את החיבור הזה. האהבה הבלתי מותנית שהיא המורשת האלוהית שלנו תמיד נמצאת שם עבורנו. המסר מהיקום הוא שאנו תמיד אהובים, נתמכים ומוזנים ללא תנאי. כאשר אנו נזכרים, ושבים ומתחברים, אנו צועדים אל תוך זרם האהבה הבלתי מותנית והכל נראה אפשרי. אז אנו יכולים לחיות את החיים הנפלאים שהובטחו לנו, אנו יכולים לקבל מאחרים את האהבה אליה השתוקקנו ולברוא את מציאות החלומות שלנו, פשוט על-ידי כך שאנו זוכרים שאנו אהובים.

## לשפוט את המסע

מילדות ההופעה הפיזית, הלמידה, הכישורים, הכשרונות והמיומנויות שלנו נשפטים כטובים או כרעים ביחס ובהשוואה לאלה של אנשים אחרים. לכן אין זה פלא שכבוגרים אנו משתמשים בשיטות דומות של השוואה, כראייה למידת ההתקדמות שלנו במסענו הרוחני. אך אף-על-פי שכולנו קשורים, כל אחד מאיתנו נמצא במסע אישי, וכאשר אנו שופטים את המסע, אנו שוכחים שזהו מסע ללא יעד, ולכן לא ניתן להשתוות אותו, לטוב או לרע, למסע של מישהו אחר.

כל אחד מאיתנו מודד את הצלחתו האישית בדרכים שונות. עבור כמה, משמעות הצלחה היא שפע כלכלי, עבור אחדים היא סיפוק רגשי, ועבור אחרים היא קריירה מוצלחת או הגשמת סגנון חיים מסוים. כיצד אנו שופטים את עצמנו אם אנו רואים בדברים הללו קנה מידה להצלחה והם אינם קיימים בחיינו? היכן נשלב בהרכב זה את הצלחה הרוחנית שלנו? האם היא מגיעה לאחר הצלחה החומרית שלנו או לפני? קיימת חשיבות לאופן שבו אנו רואים את הצלחה הרוחנית שלנו ביחס להצלחה החומרית בכל הקשור לידיעה האם נשפוט את המסע שלנו כמוצלח.

איננו צריכים לנטוש את עולם החומר כדי להיות רוחניים ~ זוהי פרדיגמה ישנה. המסע שלנו בדרך לשלמות דורש מעמנו לשלב את כל היבטי הישות שלנו אל תוך המסע, כך שנצליח בכל תחומי חיינו. כאשר אנו שופטים את המסע, בין אם השיפוט שלנו מכוון כלפינו או כלפי אחרים, אנו מניחים על עצמנו נטל נוסף, נטל שלא נצליח לשאת. הנתב שלנו כולל את השיעורים, הקרמה, ההיסטוריה ואת מטרת החיים שלנו ולא ניתן להשוות אותו בשום דרך או לשפוט אותו ביחס לנתב של אדם אחר.

אם אתם מרגישים שאינכם מתקדמים במסע שלכם במהירות שהייתם רוצים להתקדם בה, או באותה דרך כמו אדם אחר, זכרו שזהו המסע שלכם ושהוא ייחודי לכם. אף אחד אחר אינו חולק את ההיסטוריה הייחודית שלכם ולכן אין זה אפשרי שתנועו במהירות רבה יותר או באיטיות רבה יותר מאדם אחר. אם אתם מרגישים תקועים, אולי מדובר בשיעור שעליכם ללמוד. מהו השיעור ומה ערכו בחייכם? הוקירו והעריכו את המסע שלכם אל השלמות כיוון, שכל שלב חשוב לצמיחת הנשמה שלכם. ראו את עצמכם כמי שמתקדמים, בכל יום, ודעו שאתם נעים קדימה בקצב הנכון והטוב ביותר עבורכם.

## המסר של אוריאל להחזיק באנרגיה

לכל מחשבה, מילה ופעולה יש אנרגיית רטט שמתגשמת במציאות שלכם. לכן כל הדברים במציאות שלכם הם השתקפות של מה שאתם חושבים, אומרים ועושים. כאשר אתם ממקדים את האנרגיה שלכם בבריאת המציאות שאתם רוצים, התוצאות המיידיות עשויות להיות שונות מכפי שרציתם. והאנשים שסביבכם עשויים להיראות כמי שפועלים נגדכם. אין משמעות הדבר שאתם שוגים; זה אתגר להחזיק באנרגיה של מה שאתם רוצים, ללא קשר למה שמתרחש סביבכם.

כאשר אתם בוראים שינוי בעולם שלכם, שינוי זה מהדהד סביבכם, משפיע על כל אדם וכל מצב. לפעמים דומה שהמצב הופך גרוע יותר לפני שהוא משתפר. אפשר שאנשים לא יגיבו לשינויים שאתם עושים בחייכם בדרכים חיוביות או מסייעות. אבל אתם חייבים לתת למצבים הללו את הזמן הדרוש להם כדי להסתגל לשינויים שאתם מבצעים.

קשה להמשיך להחזיק באנרגיה של מה שאתם רוצים כאשר רצונכם אינו מתגשם באופן מידי. וכאשר האנשים שאתם אוהבים מגיבים בשלילה, אתם עשויים להרגיש שעשיתם טעות. היו רחומים כלפיהם והניחו להם לבחור האם הם מסוגלים לקבל את הרטטים החדשים שאתם בוראים בחייכם, או לא. הקשר שהיה להם אתכם היה ברמה מסוימת וכעת אתם מאתגרים אותם לעבור לרמות אחרות. הם עשויים לבחור שלא לעשות זאת.

השפעות החלטתם להתייבב בעוצמתכם ולמקד את הכוונה שלכם בבריאת שינוי במציאות שלכם, מהדהדות בכל היבט של חייכם ואף מעבר. כמה מהשינויים הללו מתגשמים במהירות, אחרים זקוקים לזמן. האתגר שלכם הוא להחזיק באנרגיה של הדבר שאתם רוצים, ואין זה משנה מה מתרחש סביבכם. כל היבט של המציאות שלכם וכל אדם בסביבתכם ינועו כדי להדהד עם הרטט החדש או שהם ייעלמו ויוחלפו באלה שיכולים. החזיקו באנרגיה, דעו שהיקום מגיב לכל משאלה שלכם ואפשרו לשינוי להתרחש מתוך ידיעה שכל שעוזב מוחלף במשהו שמהדהד בשלמות עם מה שביקשתם.

## מלכודת הרחמים

כמות האהבה שיש לנו בחיינו היא השתקפות של המידה שבה אנו אוהבים את עצמנו. אהבה זו אינה מוגבלת לאהבה רומנטית, אף-על-פי שאנו נוטים להתמקד בהיבט זה של האהבה, אלא כוללת כל מצב שבו אנו זוכים להערכה, לכבוד ולהוקרה. כאשר התנסויות החיים שלנו לא עומדות בציפיות שלנו, אנו נוטים לראות את עצמנו כמי שאינם אוהבים או ראויים. במקרים שכאלה קל לנו להתחיל לרחם על עצמנו, משום שאיננו מקבלים את התגובות שאנו רוצים מאנשים אחרים. זוהי מלכודת הרחמים והיא יכולה להוביל אותנו למעגל של חוסר אונים ודיכאון שממנו אפשר שיקשה עלינו מאוד לצאת.

יש לי ידיד שלא אוהב את עצמו ושסומך על אחרים שיבראו את השפע והשמחה שהוא רוצה בחייו. כאשר הם מאכזבים אותו, כיוון שהוא מושך אליו אנשים שאין להם את היכולת לעשות זאת, משום שהם השתקפות שלו עצמו, הוא מרגיש ככישלון. אז הוא מרחם על עצמו, נכנס לדיכאון ונופל אל תוך מלכודת הרחמים. כאשר הוא יהיה מוכן לקחת אחריות כלפי המציאות שלו על-ידי צעידה אל תוך עוצמתו, הוא יהיה מסוגל לברוא את שהוא רוצה בחייו. אבל הוא מתקשה לצאת ממלכודת הרחמים, משום שכל עוד הוא ממשיך לרחם על עצמו, הוא לא מסוגל להתקדם.

מלכודת הרחמים היא המקום אליו אנו נופלים כאשר אנו מרגישים חסרי אונים, חסרי עוצמה, ולא מסוגלים לנוע קדימה ללא תמיכה. הדרך אל תוך המלכודת עוברת דרך האמונה שלנו שאנו חסרי אונים. כדי לצאת מתוך המלכודת עלינו לזכור שכל היבט של המציאות שלנו נמצא בשליטתנו ושאנו עוצמתיים ביותר. כאשר אנו מצויים בתוך מלכודת הרחמים, אנו נמשוך עוד אנשים ומצבים אשר ישקפו את חוסר האונים שלנו. כאשר אנו נמצאים בתוך מלכודת הרחמים, איננו אוהבים את עצמנו. יש לזכור שהיקום תומך בנו על פי מידת האמונות והאנרגיה שאנו מקרינים, זהו מפתח להבנה זו. כדי לשנות את המצב, אנו חייבים לשנות את האנרגיות שאנו מקרינים.

לכולנו יש רגעים של רחמים עצמיים, בהם אנו מרגישים שאנו חסרי מזל ואיננו יכולים לדמיין את הבטחת האהבה הבלתי מותנית, השפע, השלום והשלווה בחיינו. התשובה לשאלה כמה זמן נישאר במלכודת הרחמים תלויה בנו, כיוון שיציאה ממנה מחייבת אותנו לראות את המצב כפי שהוא, אשליה המבוססת על הפחד וחוסר האונים שלנו. השבוע, אם נפלתם למלכודת הרחמים, חשבו כיצד הגעתם לשם. האם אתם מגשימים את הפחד שלכם? איזה פחד הוא זה? האם אתם יכולים לשנות את האמונה שלכם לגביו? האם אתם יכולים לצאת מהרחמים העצמיים ואל העוצמה? כאשר המציאות שלנו אינה תואמת לרצון שלנו, רחמים עצמיים הם בחירה שאנו יכולים לקבל, אבל בחירה טובה יותר היא לזכור את העוצמה שלנו ולאמצה.

## מערבולת החמלה

התפללתי כל השבוע למען האנשים שמתו או שנפצעו בהתמוטטות הגשר במיניאפוליס ולמען משפחותיהם. הודות לאינטרנט, כולנו מודעים מיידית לכל דבר שמתרחש בעולם ואף-על-פי שאירוע זה התרחש בארצות הברית, הוא הגיע לידיעת כולם. אירוע זה נגע בלבבות האנשים בכל רחבי העולם וברא מערבולת (וורטקס) של חמלה, הזדמנות עבורנו לפתוח את לבנו ולשלוח אור לאלה שנפגעו. כאשר אנו עושים זאת, אנו בוראים הזדמנות לאהבה בלתי מותנית ולרטט גבוה יותר להגיע לכולם.

אפשר שנראה עוד אירועים מסוג זה בחודשים הבאים והתגובה הראשונה שלנו עשויה להיות תמיהה מדוע היקום מאפשר לדברים שכאלה להתרחש. אבל עלינו לזכור כמה דברים, הראשון הוא שכל אדם מושל במציאות שלו ובחווה נשמתו. אם על פי החוזה שלו עליו לסייע להעלות את תודעת העולם באמצעות הקרבה אישית, הוא יעשה זאת בזמן הנכון ובדרך שתגשים בצורה הטובה ביותר את החוזה שלו. וכאשר העולם מתאחד בחמלה, אהבה בלתי מותנית מהדהדת בו, מספקת ריפוי ואור לכל.

עלינו גם לזכור שכל מצב הוא הן שיעור והן ברכה. כעובדי אור, אנו מסוגלים לראות מעבר למה שדומה שמתרחש ולדעת שהכל קורה לטובת הכלל הגבוהה ביותר. במקום להתמקד באובדן שהתרחש, אנו יכולים להעניק את האור שלנו, לשלוח אהבה בלתי מותנית וריפוי. אנו יודעים שכולנו לוקחים חלק בשינוי ובהעלאת הרטטים של האנושות. באמצעות פתיחת הלבבות ושליחת האור אנו מגשימים את תכליתה של כל מערבולת חמלה אשר נפתחת.

זהו זמן חשוב באבולוציה שלנו וכולנו קרבים למסה קריטית, לזמן שבו נוכל להתקדם מאוד בעבודת שינוי הרטטים שלנו. בזמנים אלה דומה שהסבל גובר, שהזמנים נעשים גרועים יותר ושהכל אינו כשורה. אבל זה הזמן שבו דלת נפתחת עבורנו לעשות את מה שבאנו לכאן לעשות, להפיץ את האור, להאמין ולבטוח שהכל מתבצע על פי סדר אלוהי ולדעת שיש לנו הזדמנות להפוך את השיעורים לברכות עבור האנושות כולה. אנא הצטרפו אליי בתפילה למען האנשים שלקחו חלק באירוע זה. שלחו להם אהבה בלתי מותנית ואור והשתמשו באירוע זה כבהזדמנות לחזק את החיבור שלנו לכול ולשלוח אור לעולם.

## את מי אתם אוהבים?

כאשר אנו חווים את תהליך האהבה, לומדים כיצד להתחבר לאהבה הבלתי מותנית ולברוא אותה בחיינו, לומדים לאהוב את עצמנו תחילה, אנו לומדים גם כיצד לאהוב אנשים אחרים. לא מדובר באהבה הרומנטית אותה אנו שומרים לבן/בת הזוג האינטימיים שלנו או באהבה שאנו חשים כלפי ילדינו או כלפי המשפחה, אלא באהבה האיתנה והבלתי מותנית שמאפשרת לנו לקבל אנשים אחרים כפי שהם, ללא שיפוט או ביקורת. כך אוהב אותנו הבורא, ואחד משיעורי החיים שלנו הוא ללמוד להעניק אותה לכולם ולקבל אותה מכולם.

אנו שומרים את השימוש במילה "אהבה" לאנשים מסוימים בחיינו ועבורנו, המשמעות של אותה מילה היא סוג רגש מסוים מאוד. ואיננו משתמשים בה כאשר אנו מדברים על אנשים שאינם חביבים כלפינו. אנו נוטים לאהוב או לשנוא אנשים אחרים, לחבב או שלא לחבב אותם. אבל אנו שומרים את האהבה שלנו לאלה שראויים לה, שהרוויחו אותה או שאליהם אנו חשים משיכה. ואנו יכולים להרגיש שיש הצדקה במידה ואיננו מחבבים אדם כלשהו בהתבסס על האופן שבו התייחס אלינו.

ככל שאנו לומדים את השיעורים שלנו, אנו יודעים שהדברים אותם עלינו ללמוד משתקפים אלינו מאנשים אחרים. לכן האנשים שאינם אוהבים, שאינם מכבדים ושאינם חביבים אינם סתם מרושעים, הם מלמדים אותנו משהו על עצמנו. זהו דבר שעלינו ללמוד והם הסכימו לעשות זאת כדי שיוכלו ללמד אותנו. איננו חייבים לחבב אותם, אבל עלינו לאהוב אותם.

כאשר ישוע אמר "אהוב את אויביך", הוא לא התכוון שעלינו להעניק את רגשות האהבה הרומנטיים החמים שלנו לכולם. האהבה אליה הוא התייחס הייתה האהבה הבלתי מותנית, שנטולה כל שיפוט וביקורת, שמנותקת ואשר יכולה להפריד את מעשיו של האדם מהווייתו. כאשר אנו מביטים באחרים ומסוגלים לראות את האור והאלוהות שלהם, למדנו את תהליך האהבה. כאשר אנו יכולים לראות ישות רוחנית בכל אדם, אנו יכולים להעניק לאחרים את שאנו רוצים לקבל מהמקור. אם ברצוננו ללמוד ולחיות את חיינו באמצעות תהליך האהבה, אנו חייבים להיות מוכנים להעניק לאנשים אחרים את מה שאנו רוצים לקבל.

## המסר של אוריאל אמונה בלתי מותנית

כאשר אתם מנותקים מהמקור, אתם חווים את העולם הרוחני כדבר שנמצא מחוץ למציאות שלכם. באמצעות מיקוד חומרי, אתם מאמינים במה שאתם יכולים לראות או לגעת. מיקוד משולב אשר כולל הן את הרוחני והן את החומרי מחייב אמונה, ידיעה שמה שאינכם יכולים לראות קיים ונגיש לכם תמיד. גמול האמונה הוא השפע, האהבה הבלתי מותנית, השלווה והשמחה שאתם רוצים ושאליהם אתם משתוקקים. כדי לקבל את הגמול הזה של האמונה, אתם חייבים להאמין באמונה בלתי מותנית.

אמונה בלתי מותנית משמעותה להאמין ללא ספק או פחד. האמונה שלכם לא מבוססת על השגת התוצאות שאתם רוצים, אלא היא פשוט אמון שהיקום תמיד פועל לטובתכם ולמענכם. אין לכם שיפוטים או ציפיות ואתם מנותקים מכל היבט של כל מצב. בכל פעם שאוחד בכם פחד או ספק, אתם עוצרים את התגשמות המצב כך שהתוצאה האמיתית, זו אותה אתם רוצים, שוב אינה נגישה לכם. התהליך יושהה עד אשר תטפלו בספק או בפחד אשר מפריעים לאמונה שלכם ותיישבו אותם.

עם אמונה בלתי מותנית אתם יודעים שאתם תמיד עובדים עם היקום, והוא אתכם. אין זה משנה כיצד נראים פני הדברים, הם יהיו מה שרמת האמונה שלכם תאפשר להם להיות. האמונה שלכם מאפשרת לכם להאמין ולדעת שכל הדברים אפשריים עבורכם, ללא ציפייה. אין זה משנה היכן אתם נמצאים ברגע זה, הרגע הבא יכול להביא גמול שלא דמיינתם כלל. בכל פעם שאתם חדלים להאמין בעצמכם, ביקום וברצון שלו להביא לכם את תשוקות לבכם, אתם בוראים הגבלות.

אמונה בלתי מותנית מחייבת אומץ לנוכח הפחד והספק, בייחוד כאשר דומה שהדברים אינם כשורה. האמונה שלכם תיבחן על-ידי מצבים שבהם תהיו חייבים להיות עוצמתיים. היא תיבחן כאשר תהיו חייבים להאמין שאתם ראויים לשפע שאתם מקבלים. והיא תיבחן כאשר דומה שכל התמיכה שלכם נטשה אתכם. אבל האמונה שלכם תמיד תזכה בגמול על-ידי קבלת השפע שהוא שלכם על פי זכות אלוהית, הגשמת תשוקות לבכם והאהבה הבלתי מותנית שתמיד נגישה לכם.



## המסר של אוריאל שילוב שלוש האנרגיות

בכל אחד קיימות שלוש אנרגיות: שכל, רגשות ורוח. כל אחד מהחלקים הללו של ישותכם הוא בעל אנרגיה נפרדת משלו אשר פועלת באופן עצמאי מהאחרים, בוראת בלבול ולפעמים תוהו ובהו בחייכם, עד אשר אתם לומדים ליישב אותם. כל חלק חשוב וכאשר תלמדו להבין את האנרגיות הללו, לעבוד עמן ולשלב אותן, תוכלו לזכות בשלווה רוחנית, חומרית ורגשית.

השכל שלכם פועל מנקודת מבט הגיונית והאנרגיה שלו מרוכזת באמונות ובתפיסות שלכם. זה הדבר שמאפשר לכם לתפקד בעולם החומר והדבר הכרחי לחוויית החיים. חוויית השיעורים הרוחניים שלכם מתחילה בשכל, ולפיכך אינכם יכולים להיות יעילים ברמה הרוחנית עד אשר אתם מסוגלים לעבוד עם האנרגיה הזאת.

באמצעות הרגשות שלכם אתם מסוגלים להתעלות מעל להגיון של השכל ולשלב את השיעורים שלכם בצ'אקרת הלב. הדבר מאפשר לכם לזכור תקופות חיים של חיבורים רגשיים ולרפאם. לפעמים אתם מאפשרים לאנרגיה הזאת להפוך לאנרגיה הדומיננטית ואינכם מאפשרים לאנרגיה להיכנס אל לבכם ולצאת ממנו, כך שניתן יהיה לרפאה ולשחררה. האנרגיה הרוחנית מספקת לכם את הידע שיאפשר לכם להבין ולפתור את השיעורים שלכם. אתם יכולים להשתמש בה כאשר אתם נעים אל מעבר להגיון ולרגש, על-ידי כך שאתם נשארים מרוחקים ונטולי שיפוט.

כל היבט של האנרגיה שלכם מספק לכם כלים באמצעותם תוכלו לנהל את התנסות חייכם. הם עובדים באופן הטוב ביותר כאשר הם עובדים יחד ולכולם חשיבות שווה במסע הרוחני שלכם. כאשר תוכלו להשתמש בהגיון של השכל שלכם, יחד עם האנרגיה הרגשית כדי לחוות את השיעורים שלכם ואז ליישם את הידע וההבנה הרוחניים לריפוי וליישוב השיעורים, אתם תלמדו לשלב את שלוש האנרגיות ותחושו שלווה, שמחה ואהבה בלתי מותנית אמיתית בחייכם.

## שלמות רוחנית

כיצד נראה אדם רוחני? האם הוא גבוה, נמוך, רזה, שמן? כיצד הוא מתנהג? האם הוא מאושר, עצוב, חביב או כועס? כיצד נדע אם מישהו רוחני או לא? כיצד נדע אם אנחנו רוחניים או לא? האם יש סימנים שאנו יכולים לראות או דברים ספציפיים שעלינו לחפש? ומה ההבדל בין אדם רוחני לאדם לא רוחני? האם יש דבר שכזה? אנו מאמינים שכן, אבל האמת היא שלא.

כאשר אנו מנסים לקטלג את הרוחניות על-ידי כך שאנו מגבילים או שופטים אותה, אנו פועלים כנגד טבעה של הרוחניות עצמה. אנו יכולים לנסות כל חיינו להיות שלמים מבחינה רוחנית, בחושבנו שכל שנהיה "רוחניים" יותר, כך נתקרב יותר לאותה מטרה. אבל שלמות רוחנית אין משמעותה להיות רוחניים לגמרי, היא קשורה ללמידה כיצד לשלב את הרוחניות בחיינו, ולברוא איזון מושלם בין עולם הרוחני לעולם החומר.

הכרתי אנשים שהיו כה רוחניים שלא היו מסוגלים לתקשר עם אנשים שלא היו באותו מרחב. הם יכלו לקיים אינטראקציה רק עם אנשים רוחניים אחרים וחשו שעל האנשים להשיג רמה מסוימת של רוחניות קודם שיוכלו ללמד אותם. הם בנו את עבודתם בדרך כך שהאנשים היחידים שהשתתפו בשיעורים שלהם או שפנו אליהם לעזרה היו אלה שכבר הבינו את התפיסות. כל זה השתנה.

השינוי מציג דרך חדשה לתפיסת הרוחניות. שוב אין היא משהו שאנו צריכים להתאמץ כדי להיות, היא חלק מכולם כיוון שכולם רוחניים בלב ישותם. כך הוא משום שכולנו מחוברים לאותו מקור. אם הדבר נכון, כיצד נוכל שלא להיות רוחניים? אפילו אנשים שלא מתנהגים או נראים רוחניים, על פי ההגדרות שלנו, הם רוחניים. במקום להשתדל להיות רוחניים, השינוי עוסק בשילוב הרוחניות בחיינו, בקבלת עצמנו כרוחניים ובשימוש בידע כבסיס להחלטות ולבחירות. שוב איננו אנשים שמנסים להגיע לעולם הרוחני; אנו ישויות רוחניות שנמצאות כאן כדי ללמוד וללמד רוחניות.

כישויות רוחניות בצורה אנושית אנו מושלמים בכל נקודה בחיינו. איננו צריכים לנסות להיות "טובים יותר" מכפי שהיינו בעבר או לברוא עתיד "טוב יותר". כל שאנו עושים בכל נקודה בחיינו מייצג את הטוב ביותר שאנו יכולים לעשות באותו רגע והוא השימוש הטוב והמושלם ביותר בידע ובהבנה הרוחניים שלנו. כל שאנו עושים, חושבים או אומרים מכיל את החותם הרוחני שלנו. אין אפוא דרך שבה נוכל להיות רוחניים יותר או רוחניים פחות, אנו תמיד מבטאים את רמת הרוחניות אותה אנו מסוגלים לגלם בכל רגע בזמן.

שלמות רוחנית היא תהליך של שילוב הרוחניות שלנו באנושיות שלנו. כאשר אנו מתמקדים בשלמות רוחנית, אנו מתחילים בהכרה בעוצמה ובדואליות שלנו. אנו זוכרים שאנו עוצמתיים ~ כך אנו מתחילים לברוא חיים שמשקפים את גן העדן על פני האדמה, שמשלבים את העולם הרוחני ואת העולם החומרי. אז בחירות החיים שלנו הופכות להשתקפות העוצמה שלנו במקום של חוסר האונים

שלנו. כאשר אנו מכירים בכך שאנו עוצמתיים, איננו פוחדים כיוון שאנו יודעים שאין דבר שיש לפחד מפניו. בדרך זו אנו חדלים לקבל החלטות שמשקפות את המגבלות שלנו ולקבל החלטות שמשקפות את האפשרויות האינסופיות שנגישות לנו.

אנו הופכים שלמים מבחינה רוחנית כאשר אנו מבינים את חשיבות התפקיד שלנו, הן כתלמידים והן כמורים על המישור הארצי. משום שאנו נמצאים כאן כדי ללמוד וללמד ובעשותנו זאת, אנו נרפאים ונעים אל מעבר לשיפוטים שאפשרו לנו לראות את עצמנו ואת האחרים כפחות מאשר מושלמים או את הרוחניות כמטרה קשה או כגמול סלקטיבי. אנו יכולים להתחבר ליקום וללמוד לעבוד עמו. אנו יכולים, ותמיד יכולנו, לבחור להביא אנרגיה זו אל הפלנטה. היקום יעבוד עמנו ברגע שנהיה מוכנים לעשות זאת.

כך נוצרת אפשרות להפיכת האנרגיות של האהבה הבלתי מותנית, השמחה והשלווה לאנרגיות השלטות. וכאשר אנו ניצבים בעוצמתנו, אנו מתמקדים פחות במה שאחרים עושים ומשחררים את השיפוט והביקורת. אז שוב איננו תופסים אנשים אחרים כרוחניים יותר או פחות, משום שאנו יכולים לקבל אותם כפי שהם ולהבין שגם הם נמצאים במסע רוחני משל עצמם. נדע שהצלחנו להפוך שלמים מבחינה רוחנית כאשר שהחיים שלנו יהיו מלאים בנסים, כאשר כל שאנו רוצים יזרום אלינו ללא מאמץ, כשהעבודה שלנו תבטא את הכישורים ואת התשוקה שלנו וכאשר נראה כל יום כהתחלה חדשה, המלאה בהזדמנויות בלתי מוגבלות. כאשר נעשה זאת, נברא גן עדן על ידי אדמות ואת האפשרות לכל אדם לחוות שלמות רוחנית.

## טרנספורמציה

תפיסת החיים שלנו עשויה ללבוש צורות רבות. אנו יכולים לראותם כברכה או כקללה, כקשים או כקלים, כמהנים או כהתמודדות. אנו מקווים שהטוב ימשיך להתרחש עד אין סוף ושהזמנים הקשים יחלפו במהירות רבה ככל האפשר. כיוון שהנטייה שלנו היא לראות את החיים מהנקודה בה הם מתרחשים ולהתמקד באירועים, לעתים קרובות אנחנו מפספסים את התמונה הגדולה יותר, שהיא כיצד כל אירוע ואדם תורמים לכלל. באופן מהותי, אנו מתבוננים במה שמתרחש במונחים של העבר, במקום לנסות ולהבין כיצד המצב תורם להיבט חדש ושונה של המציאות שלנו המשתנה תדיר. המסע הרוחני שלנו עוסק בטרנספורמציה, שינוי הדברים שאנו יודעים וכיצד אנו עושים דברים. הוא קשור ליצירה של דבר-מה חדש ושונה, בבריאה של פרדיגמה חדשה במקום תיקון הישנה.

היו זמנים בהם שינוי מצב החיים שלנו או מי שאנחנו היה כמעט בלתי אפשרי. נשלטנו על-ידי הגורל, לא על-ידי האפשרות. אדם היה נולד לצב מסוים ולא יכול היה לקוות לשנותו. לכן אדם שנולד למשפחת חקלאים יכול היה להיות רק חקלאי או אדם שנולד למשפחת סוחרים היה הופך לסוחר. ככל שהתפתחנו מבחינה חברתית, נדרש זמן לשכל ולתפיסה שלנו ל"קלוט" את האפשרות של ההזדמנויות שנגישות לנו. אנו יודעים שאנו יכולים לעשות כל שאנו רוצים, אבל האם אנו באמת מאמינים בכך? לפעמים יש צורך באירוע טרנספורמטיבי שיראה לנו זאת ואותם אירועים מתרחשים בדרך שמאפשרת לנו לראות אותם כאישור לחוסר היכולת שלנו במקום לפוטנציאל שלנו.

אירוע טרנספורמטיבי מתרחש כאשר שינוי נכפה עלינו ואנו חייבים להעריך מחדש את הבחירות ואת האפשרויות שלנו. אירוע שכזה יכול להתגשם כאובדן משרה, מערכת יחסים או מצב בחיים שאנו מניחים שתמיד יעמוד לרשותנו עד אשר נהיה מוכנים לשחררו. או ההזדמנות לטרנספורמציה עשויה להופיע בצורה של מצב שעמו לא רצינו להתמודד במשך זמן רב ולפתע אנו נאלצים להתמודד עמו. זוהי הטרנספורמציה בפעולה, הזדמנות עבורנו לברוא צורה חדשה עבור המציאות שלנו, דרך הוויה חדשה. מה שנעשה עם מידע זה יגדיר האם הטרנספורמציה והשינוי יוכלו להתרחש או האם נמשיך באותו התיב.

המפתח לעבודה עם הטרנספורמציה הוא המידה שבה אנו מאמינים בעצמנו, מכבדים ואוהבים את עצמנו. התשובה לשאלה האם אנו מאמינים שאנו ראויים לטוב ביותר קובעת כיצד נתפוס מצב שלפתע הופיע בחיינו. האם נראה התחלה חדשה או משבר נוסף שעמו עלינו להתמודד בדרך כלשהי? האם ננסה לשלב את השינוי במציאות הנוכחית שלנו או האם נהיה מודעים להזדמנויות אחרות? כמו עם כל היבט של המציאות שלנו, הדבר שאנו מאפשרים לעצמנו לראות קובע את האנרגיה עמה נעבוד.

אירועים טרנספורמטיביים לא מתרחשים במקרה. הם מתרחשים כאשר אנו, בין אם במודע או שלא במודע, בוראים אותם. התשוקות הלא-מודעות שלנו לשלוה, לשמחה ולאוושר רבים יותר יכולות

לגרום לשינוי להתחולל בחיינו, אפילו אם אנו מפחדים מאותם שינויים ברמה המודעת. דחפים אלה עשויים להיות כה עזים שהלב שלנו יתערב כאשר השכל שלנו נמצא בהכחשה ויביא עלינו שינויים אלה. ככל שחוסר הסיפוק שלנו מהמקום בו אנו מצויים בחיים גדול יותר, כך הבקשה שלנו לשינוי גדולה יותר. ככל שהפחד שלנו מפני הטרנספורמציה גדול יותר, כך התהליך יהיה קשה יותר עבורנו. שמחה היא מצב ההוויה הטבעי שלנו וכל דבר שחייב להתרחש כדי להביא אותנו אל מצב זה, אכן יתרחש.

חלק מהמסע הרוחני שלנו הוא ללמוד לחיות בשמחה, בשלווה ובאהבה בלתי מותנית שהן מצב ההוויה הרוחני הטבעי שלנו. אומללות אינה המצב האנושי, אנו רק חושבים כך. כאשר אנו מתחייבים לנתיב הרוחני שלנו, החיבור מחדש לאנרגיית השמחה הוא משימה נוספת שניתנת לנו. בין אם נסכים לה במודע או שלא, היקום יביא לתשומת לבנו כל היבט של המציאות שלנו שנמצא בקונפליקט עם מצב הוויה טבעי זה ויחולל את האירועים הטרנספורמטיביים אשר יאפשרו לנו לשנותם.

אם נזכור שיש לנו שליטה מלאה בכל היבט של המציאות שלנו, נוכל לקבל החלטות מעצימות כאשר אנו מתמודדים עם האירועים הללו אשר מטרתם היא לעזור לנו לשנות את המציאות שלנו. אם לא, נתייחס לאירועים הללו כאל אישור לחוסר העוצמה שלנו ונרגיש חסרי אונים. אנו אמורים לחיות בשמחה כל הזמן, ונקבל הזדמנויות לשנות את כל שאינו מהדהד בתדר זה. אירועים טרנספורמטיביים יכולים להיות זמנים קסומים ומרגשים באמצעותם נצעד אל תוך עוצמתנו ונברא את החיים אותם רצינו. השתמשו באנרגיה של הטרנספורמציה בדרך זו והשינוי יהפוך לעוזר שלכם במקום לאויב והמסע שלכם יהיה קסום, מהנה ומשמח.

## מי במראה?

תהליך האהבה ניצב בבסיס המסע הרוחני שלנו, הקשור כולו לחיבור מחדש לאהבה הבלתי מותנית ממנה כולנו נבראנו. בעוד שדומה שקל לחזור למהות ממנה הגענו, הדבר יכול להיות המעשה הקשה ביותר שנוכל לעשות אי פעם. היקום ברוב טובו מראה לנו היכן איננו אוהבים את עצמנו על-ידי כך שהוא מפגיש אותנו עם אנשים ועם מצבים שמראים לנו היכן חסרה לנו אהבה עצמית. אבל עד אשר נזכור מי המשתקף במראה, אנו עלולים לפספס כמה חוויות למידה רבות ערך.

כל היבט של המציאות שלנו משקף חזרה אלינו את מקומנו בתהליך האהבה. אם יצאנו מאיזון, אם איננו זורמים בקלות או אם אנו פשוט מתקשים ~ זוהי השתקפות של המקום שבו אנו חייבים לאהוב את עצמנו יותר ולחזור לנתיב האהבה הבלתי מותנית. על-ידי התנתקות מהאשליות או מ"מה" שמתרחש ועל-ידי התבוננות אנו יכולים ללמוד במהירות רבה מאוד היכן עלינו לבצע שינויים כדי לברוא מציאות שונה.

מראת המציאות שלנו מראה לנו את האמת על המקום שבו אנו מצויים במסע הרוחני שלנו. זוהי אמת שלעתים איננו רוצים לראותה או להאמין בקיומה. ככלות הכול, מי רוצה לדעת שהוא אינו מכבד, מוקיר או אוהב את עצמו? אנו רוצים שאנשים אחרים יעשו זאת עבורנו, במקום לשנות את מה שאנו עושים. אבל המראה תמיד מראה לנו את האמת והבחירות שאנו מקבלים תמיד תשתקפנה חזרה אלינו.

אנו יכולים להשתמש במידע המוכל במציאות המשתקפת אלינו כדי לבצע שינויים באופן שבו אנו אוהבים את עצמנו. כמו כל עקרון אוניברסלי, תהליך האהבה הוא ישיר מאוד. אנו צועדים בנתיב האהבה הבלתי מותנית או שאיננו צועדים. אם איננו צועדים עליו, האהבה לא תשתקף חזרה אלינו. אם אנו כן צועדים עליו, המציאות שלנו תזרום בקלות והחיים שלנו יהיו מלאים בשלווה, בשמחה ובאהבה בלתי מותנית. השבוע, התבוננו במציאות שלכם. בחנו כל מצב שאינו מביא לכם שמחה וחשבו כיצד הוא עשוי לשקף לכם את מקומכם בנתיב האהבה. השתמשו בו כבמקור מידע כדי להחליט האם עליכם לבצע שינויים כך שהחיים שלכם יהיו מלאים באהבה בלתי מותנית ושתשוקות לבכם ישתקפו בכל היבט של המציאות שלכם.

## כאשר אתם התלמידים

כעובדי אור אנו באים כדי להיות מורים לאנשים אחרים אבל אנו נמצאים כאן גם כדי ללמוד את השיעורים שלנו, כך שישנם זמנים בהם אנו התלמידים, שבהם אנו אלה אשר צריכים להתמודד עם בעיות ועם השיעורים שעלינו ללמוד מהן. בזמנים אחרים, אנו הן המורים והן התלמידים, במצב בו נלמד ונלמד מההתנסות. ככל שהמסע הרוחני שלנו מתקדם, השיעורים הופכים קלים יותר, אבל הם לעולם לא נעלמים, כיוון שעלינו ללמד הרבה וללמוד הרבה. כאשר אנו התלמידים אנו מאפשרים לאנשים אחרים ללמד אותנו ואנו יכולים להגשים את המסע שלנו ברמות רבות.

אפילו המאסטרים הרוחניים הדגולים היו תלמידים, למדו את שיעוריהם באמצעות התנסויותיהם עם אנשים אחרים. אם אנו עובדים קשה במטרה להגיע למאסטרויות רוחנית, כך ששוב לא יהיה עלינו ללמוד שיעורים, אנו פועלים בניגוד למטרת המסע הרוחני שלנו. כל אחד מאיתנו נמצא כאן כדי ללמוד והנכונות שלנו לעשות זאת מאפשרת לנו להתעלות לרמות גבוהות יותר. אם אנו מאמינים שנגיע לנקודה אשר בה שוב לא יהיה הדבר הכרחי, אנו שוכחים את הסיבה העיקרית להיותנו כאן ~ ללמוד את השיעורים שלנו כדי שנוכל לחלוק את המידע עם אנשים אחרים.

כאשר אנו מאמינים שלמדנו הכל, מישהו מופיע בחיינו ומלמד אותנו דבר-מה. הוא עשוי לבגוד או לפגוע בנו, לא למלא את צרכינו או לאכזב אותנו בדרך כלשהי. כעת אנו התלמידים, וניתנת לנו הזדמנות ללמוד היבט אחר של המסע הרוחני שלנו. אין זה תרגיל או היקום שמזכיר לנו את הפגמים שלנו. זו פשוט חוויית למידה נוספת שיש לנו הזדמנות ללמוד עד כדי מיומנות, כדי שנוכל להעביר את הידע הלאה למישהו אחר.

אנו חייבים ללמוד לפני שנוכל ללמד ותכופות נדמה ששיעורי החיים מעניקים לנו תואר דוקטור. אבל כדי להיות מורים טובים, אנו חייבים גם להיות תלמידים טובים ולכן השיעורים יימשכו. הם יהפכו קלים יותר ככל שנתרגל ריחוק ונראה את המצבים כפי שהם ~ הזדמנויות להפוך מיומנים בהיבט נוסף של המסע שלנו. בכל פעם שמוענקת לנו הזדמנות להיות תלמידים, אנו מוכנים לחוויית למידה נוספת אשר בה נחלוק את שלמדנו עם אנשים אחרים. כל התנסות טומנת בחובה שיעור וברכה, הזדמנות לקרב את גן העדן עליו אדמות אלינו ולסייע לאחרים ללמוד תהליך זה.

## כוח הדממה מסר מאת אוריאל

אתם עוצמתיים ביותר כאשר אתם שקטים, מתבוננים וממתינים לדברים שיתגלמו. כאשר אתם שקטים אתם מבטאים את האמונה והאמון שלכם ביקום ובעצמכם. המילים והמחשבות שלכם הן עוצמתיות אבל היכולת שלכם להיות שקטים עוצמתית במידה שווה. בין אם אתם מביעים תשוקה או מדברים אל אדם אחר, כאשר התוצאות לא מתרחשות באופן מידי, אתם לא פועלים בעוצמה רבה יותר כאשר אתם ממשיכים לבקש ולהתעקש. נסים מתרחשים בדממת האמונה והאמון שלכם.

כאשר אתם מנהלים דיאלוג מתמשך, בין אם עצמכם או עם אנשים אחרים, אתם מבטאים את הפחד והספק שלכם. כמו כן, אינכם מסוגלים לשמוע את המסרים של המדריכים והמלאכים שלכם, משום שהם מדברים אליכם מתוך השקט שלכם. השכל יספק לכם סיבות רבות להיותכם חסרי אונים ולא יעילים. היכולת להשתיק את המחשבות הללו ולהאמין ולבטוח בדממה היא הדרך היחידה אשר בה תוכלו להגשים את עוצמתכם במלואה.

המרחב שבו אתם יכולים להיות שקטים הוא המרחב שבו תוכלו להתחבר לאהבה הבלתי מותנית ולשפע של היקום. במרחב זה אתם יודעים שהצרכים שלכם תמיד נענים ושאתם אהובים ללא תנאי. כאשר אינכם יכולים לחוש בנוח בדממה, אינכם נמצאים במרחב האמונה והאמון. כאשר אתם יכולים להיות שקטים, לא לבקש מהיקום או להזכיר ליקום את שביקשתם, מבלי להיות חסרי סבלנות ותובעניים, אתם מחזקים את החיבור שלכם למקור.

מרחב הדממה הוא גם מרחב ההודיה, משום שאתם יודעים שקיבלתם כבר את תשוקת לבכם וכאשר אתם יכולים לאמץ את עוצמתכם, אתם יכולים לבחור בדברים אחרים. הבטחת האהבה הבלתי מותנית והשפע הבלתי מוגבל בכל הדברים תמיד מתקיימת והיא מתגשמת כאשר אתם שקטים ומאפשרים לאמונה ולאמון שלכם לדבר בשמכם. השבוע, תרגלו את מצבי השקט. כאשר ספק ופחד נוכחים, זכרו שהיקום שמע את בקשותיכם ופועל להגשימם. הן נמצאות בדרך אליכם ואתם יכולים להראות את האמונה והאמון שלכם על-ידי כך שתהיו שקטים ותמתינו להופעת הנסים.



## הערכת הצלחתם של אנשים אחרים

לאחרונה אנשים רבים בקרבתי חלקו את חדשות קידומם בעבודה, משרות חדשות, חוזים שמנים או שינוי חיים חיובי אחר. כמה מהאנשים הללו זוכים בגמול בשל שנים רבות של עבודה, אצל אחרים, האירועים הללו הם בגדר הפתעות נפלאות. חלקם צעדו במסע הרוחני במשך שנים רבות; אחרים אינם רוחניים כלל. אני מאושרת מאוד בגין ההצלחה שלהם ויודעת שהעבודה הקשה והאמונה שלהם מתוגמלת. אני יודעת שזה סימן עבורי לכך שגם החלומות שלי מתגשמים.

אבל יכולתי להתייחס להצלחה שלהם בדרך אחרת, יכולתי לתהות מתי יגיע תורי, האם היקום שכח את חלומותיי ויכולתי לקנא באלה אשר קיבלו דברים שביקשו (ולפעמים שלא ביקשו). ובנוגע לאלה שאינם רוחניים, יכולתי לתהות מדוע הם בורכו כאשר הרוחניות שלהם כלל אינה מעסיקה אותם או כאשר דומה שהם אינם צועדים כלל בנתיב רוחני (אף-על-פי שכולם צועדים בנתיב שכזה).

לא תמיד קל להיות נדיבים ולהעריך הצלחה של אנשים אחרים כאשר אנו תוהים מתי "תגיע הרכבת שלנו". מדוע עלינו לעבוד קשה, להאמין ולהמתין לגמול שלנו? אבל מה שאנשים אחרים מקבלים אינו קשור כלל בהגשמת החלומות שלנו. תמיד יש מספיק לכולם. איננו יכולים לדעת מהו החוזה הרוחני של אדם אחר או מדוע זכה בגמול. זה עניין שבינו לבין הבורא.

אחד מהאתגרים שלנו הוא להבין עד כמה אדיר הוא היקום. אין סוף או התחלה לאנרגיה הזאת, אין דרך למדוד או לכמת אותה. כאשר אחרים מקבלים ודומה שאנו איננו מקבלים, אנו יכולים לראות בכך סימן לכך שהברכות שלנו עושות את דרכן אלינו או לקנא בהצלחה של האחרים. כאשר אנו מוקירים את הצלחת האחרים, אנו בוראים נתיבים חדשים בהם ההצלחה שלנו יכולה להגיע אלינו. כאשר אנו מקנאים, השיפוט שלנו חוסם את זרימת האנרגיה אלינו. אם אנשים אחרים בסביבתכם זכו בברכות, הוקירו את הברכות שלהם ודעו שגם שלכם תגענה. הודו שיש די והותר לכולם וזכרו שהמשאלות שלכם תמיד נשמעות, ושהן בדרכן אליכם.

## המסר של אוריאל קבלת החלטות נכונות

אין החלטות "נכונות" ו"לא נכונות". שפיטת ההחלטות היא תהליך שהיקום אינו לוקח בו חלק, לבד מאשר להגיב לשיפוטים שלכם. בעיני היקום אתם תמיד עוצמתיים ולכן כל החלטה או בחירה שלכם היא נכונה, מדויקת והטובה ביותר שיכולתם לקבל. ההחלטות שלכם לא נשפטות כנכונות או לא נכונות, אלא נבחנות רמת העוצמה בה עשיתם שימוש כדי לקבלן.

אתם עוצמתיים ביותר כאשר אתם זוכרים שאתם ילדי הבורא, ישויות רוחניות שתמיד אהובות ללא תנאי. כאשר אתם שוכחים את הדברים הללו אתם נתקפים בפחד, אנרגיה שבאתם לכאן כדי לחוות כך שתוכלו להתמיר אותה למען עצמכם ולמען האנושות כולה. ניתנות לכם הזדמנויות לקבל החלטות שונות כדי שתוכלו לזכור מי אתם ולהיות עוצמתיים. כאשר אתם שוכחים את עוצמתכם, ההחלטות שלכם לא יביאו לכם שלוה, שמחה ושפע. וזאת לא משום שהן "שגויות", אלא כיוון שהתקבלו מתוך פחד.

שפיטת ההחלטות שלכם כנכונות או כלא נכונות רק מזכירה לכם שאתם חסרי אונים ולא מושלמים. הידיעה שאתם מקבלים החלטות מרמת העוצמה אותה אתם מוכנים לאמץ יכולה לשנות את דעתכם מדעה של שיפוט לזו של הכרה בכמות הפחד שתרמה לתהליך. כל החלטה היא נכונה לזמן שבו התקבלה. התוצאה שלה היא השתקפות האמונה והאמון שלכם.

כאשר אתם בוחנים את ההחלטות שלכם ואת התוצאות שלהן, זכרו מה היה הלך הרוח שלכם באותו זמן. האם הייתם עוצמתיים ובטוחים בעצמכם? האם פחדתם? האם בטחתם בשיקול הדעת שלכם וידעתם שאתם מקבלים החלטה שחשבתם שהיא לטובתכם הגבוהה ביותר באותו זמן? תמיד ניתן לשנות החלטות ובחירות ברגע שאתם מוכנים לבטוח ולצעוד אל תוך עוצמתכם. זכרו שהיקום מגיב לנכונות שלכם להיות האדם העוצמתי שאתם. התוצאה אינה נכונה או לא נכונה, היא פשוט משקפת את מה שאתם מאפשרים לעצמכם לקבל ואת היכולת שלכם להיות הישויות האלוהיות העוצמתיות שאתם.

## לברוא בהירות

מה שזכור לי במיוחד משנות הבגרות המוקדמות שלי הוא שהייתי מבולבלת כל הזמן. היו לי שאלות רבות ואף אחד לא עזר לי למצוא להן תשובות. אלה היו שאלות חשובות הקשורות לנושאים שישפיעו על שארית חיי, כגון האם ללמוד באוניברסיטה או להתחתן, מתי ללדת ילדים, היכן לחיות, ובאיזו קריירה לבחור. באותו זמן היו אנשים מעטים שאליהם יכולתי לפנות בבקשת עצה והאנשים עמם התייעצתי לא תמיד סייעו לי או שלא הבינו אותי. לכן קיבלתי החלטות רבות ממקום של בלבול ופחד, או החלטות המבוססות על מה שאנשים אחרים חשבו שעלי לעשות ואז היה עליי לחיות עם התוצאות. אילו ידעתי את שאני יודעת עכשיו, הייתי מקבלת החלטות שונות לגמרי, משום שעתה יש לי בהירות ואני פועלת על פי ההדרכה הפנימית האישית שלי. נכון, גם הניסיון שרכשתי כתוצאה מההחלטות שלי עומד לרשותי, כך שאני יודעת מה עובד עבורי ומה לא.

בהירות מוחלטת לגבי מה שאנו רוצים, לאן אנו הולכים ומה אנו רוצים מחיינו היא ברכה עצומה. אנו בהירות זו יכולה להדריך אותנו כאשר עלינו לקבל החלטות, לברוא את המציאות שלנו ולהתקדם בנתיב שלנו. הבהירות יכולה לנבוע מחכמה שנרכשה כתוצאה מהתנסות, משום שחווינו את שאיננו רוצים, אבל היא יכולה גם לנבוע ממצב שבו למדנו לבטוח בעצמנו ובהדרכה שלנו, אפילו אם מדובר בפעולה השונה מזו של אנשים אחרים בקבוצת הנשמה שלנו. מה שלמדנו הוא שאנו זוכים בבהירות כאשר אנו מקבלים את עצמנו ונעים קדימה למרות הפחדים, גם כאשר כל הסובבים אותנו סבורים שאנו מקבלים החלטות מוטעות.

כפי שעובדי אור רבים יודעים, אנו שונים מהאנשים הסובבים אותנו ויש לנו מטרות, אמונות ורעיונות שונים לגבי העולם. אף-על-פי שהנתיב בו עלינו לצעוד לא תמיד ברור לנו, לעתים קרובות אנו מתבלבלים בשל כמות האפשרויות במקום מגבלה של אפשרות אחת בלבד. כיוון שאנו נוטים להיות חלוצים, הראשונים שמוכנים לנסות דברים שונים, אנו מוצאים את עצמנו ניצבים לבד כאשר עלינו לברוא את הבהירות הדרושה כדי להגשים את חלומותינו, ללא תמיכת האנשים שהיינו רוצים שיתמכו בנו.

אחד מתחומי הבלבול עבורי היה שהייתי מוקפת באנשים שקיבלו בחירות מתוך פחד, ולכן הדעות שלהם לגבי מה שאני צריכה או יכולה לעשות נבעו מתוך האמונה שלהם שכמעט הכל בלתי אפשרי ובכך שקיימים רק דברים אפשריים מעטים מאוד. אף-על-פי שהייתי מבולבלת ולא ידעתי מה ברצוני לעשות, ידעתי שקיימות אפשרויות רבות ולא פחדתי לנסותן. התייעצות עם אנשים מפוחדים גרמה לי לתהות האם הפחדים שלהם תקפים ואז גרמה לי שלא לבטוח בהדרכה האישית שלי. חשבת, אולי הם צודקים? אולי הדבר הגרוע ביותר שעלול להתרחש אכן יקרה? מה עליי לעשות עכשיו?

אנו משיגים בהירות כאשר אנו מבינים שאנו תמיד יכולים לשנות את דעתנו ושאיפילו הבחירות הקשות מעניקות שיעורים רבי ערך. לפעמים עלינו לחוות פחד כדי ללמוד לא לבחור בו שוב. לפעמים

עלינו לחוות חוסר אונים כדי למצוא את עוצמתנו. השיעור של הבחירות הללו הוא שיעור של השקפה ~ האם אנו גוערים בעצמנו על כך ששוב "טעינו" או האם אנו אסירי תודה בשל ההזדמנות לקבל החלטות אחרות? בהירות היא התוצאה של הבחירות הללו.

בריאת בהירות היא תהליך, תהליך שנלמד במשך כל תקופת החיים. אנו רוכשים בהירות על-ידי קבלת החלטות והתנסות בתוצאותיהן. כל החלטה מורכבת מכמה מרכיבים ~ רגשיים, פיזיים ורוחניים. כאשר אנו בוחנים כל אחד מהמרכיבים הללו, אנו יכולים לרכוש בהירות לגבי מהותנו ורצוננו. המרכיב הרגשי של הבחירות שלנו הוא האופן שבו אנו מרגישים לגביהן וכיצד הן גורמות לנו להרגיש. קל להיתקע ברגשות אם אנו מרגישים חסרי אונים או מפוחדים או אם התוצאות אינן לרצוננו. המרכיב הפיזי של הבחירות שלנו הוא מה שקורה במציאות הפיזית שלנו ~ האם אנו קרובים יותר למה שרצינו או רחוקים יותר. המרכיב הרוחני קשור למה שלמדנו. יחד, המרכיבים הללו מספקים לנו כלים רבי ערך אשר מסייעים לנו להשיג בהירות. אולם עלינו להיזהר ולא להיתקע באף אחד מהמרכיבים הללו או שלא נהיה מסוגלים ללמוד את שעלינו ללמוד כדי לשפר את הבהירות שלנו.

בקשת בהירות מהיקום עשויה להביא לנו מגוון של חוויות, שכל אחת מתוכננת לעזור לנו להפוך בהירים יותר לגבי מה שאנו רוצים. אנו עשויים אפוא להתנסות במערכות יחסים, במשרות או במצבי חיים אחרים אשר מלמדים אותנו הרבה על מה שאיננו רוצים או אשר מסייעים לנו להתמקד במה שאנו כן רוצים. המטרה היא לא להפוך את חיינו לקשים יותר אלא לעזור לנו לרכוש בהירות רבה יותר לגבי מה שאנו רוצים מהמציאות שלנו. כיוון שאנו מסוגלים לברוא את המציאות שלנו באמצעות עוצמת המחשבות והמילים שלנו, הידיעה מה אנו רוצים בדיוק יכולה להקל עלינו מאוד לברוא מציאות מבורכת וקלה באמת. זוהי מטרת החיים שלנו כאן, לברוא שלוה, שמחה ואהבה בלתי מותנית לעצמנו ולכולם. כאשר נשיג בהירות ונשתמש בה כדי לקבל את כל החלטות שלנו, אנו נברא גן עדן עליו אדמות והמציאות שלנו תהיה בדיוק כרצוננו.

## חשבתי שכבר למדתי

בחודשים האחרונים חוויתי כמה שיעורים הקשורים למערכות יחסים שחשבתי שכבר למדתי. אי לכך, לא הייתי מוכנה לרמת המעורבות ולזמן הממושך שנדרש לי כדי לשחרר את המצב ולנוע מעבר לו. איני חושבת שלא נותרו לי שיעורים ללמוד, אני יודעת שיהיה עליי ללמוד שיעורים נוספים כחלק מהמסע הרוחני שלי, אבל חשבתי שכבר למדתי שיעור מסוים זה ושלא אצטרך לשוב וללמוד אותו. אמנם טעיתי בקשר לכך אבל למדתי כמה דברים רבי ערך בתהליך.

בנוסף, כמה דברים נפלאים התרחשו כתוצאה מההתנסות הזאת. גיליתי עד כמה תומכים ואוהבים הם בני המשפחה והחברים שלי ועד כמה הם נכונים להתייבב לצדי בשעת הצורך. למדתי עד כמה אני מאמינה בעצמי ובאמת שלי ואת משמעות הדבר עבורי. למדתי גם שאין זה משנה כמה אני רוצה לעזור למישהו אחר להירפא, עד אשר יהיה מוכן לקבל זאת, זוהי מתנה חסרת ערך עבורו.

שיעורים הם חלק מההתפתחות הרוחנית שלנו ואנו נחוה אותם בכמה רמות ככל שאנו מתקדמים בנתיב שלנו. כל רמה של צמיחה רוחנית מכילה את שיעוריה, בהם אנו יכולים לבחור להשתתף או שלא להשתתף, בהתחשב במה שעלינו ללמוד. אנו יכולים להפוך מעורבים לגמרי בשיעור מבלי להבין שהרגע נכנסנו לתוך מצב למידה. אם איננו מזהים את השיעור, התהליך עלול להפוך קשה כפי שהיה בעבר, לגזול מזמננו בעת שאנו מעבדים כל רגש ותחושה. ההבדל הוא שכאשר אנו חוזרים ולומדים שיעור שלמדנו בעבר, יש לנו ידע ומידע רוחניים רבים יותר, אשר מסייעים לנו ללמוד את השיעור ולשחרר אותו מהר יותר מכפי שעשינו בעבר.

ככל שאנו משנים את הרטטים האנרגטיים שלנו, נחוה שיעורים אשר יאתגרו אותנו לעשות שימוש בידע שלנו כדי ללמוד אף יותר על עצמנו. שיעורים אלה יהיו שונים עבור כל אחד מאיתנו, אבל לכולם מטרה אחת: לעזור לנו לזכור את החיבור שלנו למקור ולהיות ישויות אלוהיות ועוצמתיות. רבים מהשיעורים הללו הם מבחן עבורנו, במסגרתו עלינו להכיר בעוצמתנו, להציב גבולות ולדעת מתי לתרגל סליחה ושחרור. כאשר אנו מזהים שיעור שכבר למדנו, אנו יכולים ליישב אותו על ידי כך שניוועץ בהדרכה הפנימית שלנו ונשתמש בכלים הרוחניים שלמדנו מההתנסות הדומה הקודמת כדי לחוות אותו במהירות ולנוע הלאה לשיעור הבא.