

# כרוך בלינתך לליבך

נתיבים לריפוי עצמי

נאוה גני



**הדרכה לריפוי עצמי**  
**חלק ראשון**

“אם אתה מאמין שאפשר לקלקל האמן שאפשר לתקן” [רבי נחמן מבראסלב]

"הפחד העמוק ביותר שלנו הוא לא שמא אנחנו חלשים מדי.  
הפחד העמוק ביותר שלנו הוא שאנחנו בעלי עוצמה שמעל לכל שעור.  
זה האור שבנו – לא האפלה שבתוכנו, שמפחיד אותנו יותר מכל.  
אנחנו שואלים את עצמנו: איזו זכות יש לי להיות אחר ושונה?  
למען האמת, איזו זכות יש לך לא להיות?  
אין שום דבר נאור בלהצטמק, כדי שאחרים לא ירגישו חסרי ביטחון.  
ככל שניתן לברק שלנו להאיר יותר, אנו מעניקים, ללא מודע, רשות לאחרים לעשות כמונו.  
לכן, ככל שנשתחרר מהפחדים שלנו, נוכחותנו תשחרר אחרים מהפחד שלהם". [גלסון מנדלה]

## ”אדריכלו של היקום לעולם אינו חוזר על עצמו. כל יום הוא בריאה חדשה לגמרי.” [הכיסא הריק]

### אותות וסימנים

בכל רגע נתון בחייך, היקום משלח לך סימנים כמו לוחש לך:  
**חדד את חושייך, הקשב לאותות הנשלחים לעברך, אותות אשר עשויים לשנות את חייך.**  
 בימים עברו, תרבויות שונות ייחסו חשיבות מרובה עד כדי סגידה לאותות וסימנים שמשלח היקום. הסימנים היו מוקד חשוב לראיית המציאות בה חיו. לדוגמא: ההתבוננות בחילופי עונות השנה הייתה משמעותית לבני האדם כהכונה להערכות עתידית. לכן כל שינוי, כל סימן וכל אות היו משמעותיים מאד, שהרי מעצם ההזדקקות לטבע, האדם מחויב היה להיות נסמך על סממניו, כמו: מסע העננים בשמים לצורותיהם, תנועת גלי הים, משב הרוחות או תזוזת האדמה. תנועתם של החיות בסביבת האדם הייתה גם היא מסר כמו: נדידת ציפורים, נדידת עדרים ועוד. גם אותות וסימנים שהופיעו בחלומות המבשרים, היוו משקל רב בהחלטות מהותיות בחיי היום יום. במשך השנים עם התפתחות הטכנולוגיה, המדע והתיעוש, כבר אין לנו צורך להתבונן בטבע, אנו יכולים להביט במסכי המחשב לקבל אינפורמציה מהלוויינים, הסובבים את כדור הארץ. רחקנו ממסרי היקום, כמו רואים אנו בהם התנהלות שולית, שאינה יכולה להתקיים בעולם המודרני המתקדם. חוסר ההקשבה שלנו לטבע הסובב אותנו, גרמה לנו לרחוק מעצמנו. החושים שלנו איבדו מחדותם. מקורות האינטואיציה והחיישנים הטבעיים שלנו כמו נעטפו במעטה של חלודה. רחקנו מהטבע שלנו, אנו מסתמכים על טכנולוגיות מתקדמות, על מכשירים אלקטרוניים או סטטיסטיקות למיניהן, כדי לדעת אם נכון לנו לפעול כך או אחרת.  
 ו"עולם כמנהגו נוהג", היקום ממשיך להקיף אותנו באותות וסימנים והם ממשיכים לנסות לתפוס את תשומת ליבנו, את סף רגישותנו.  
 אותות וסימנים אלו, אם רק נסכים לראותם, יכולים להביא לשינוי תפיסת המחשבות והרגשות שלנו כלפי עצמנו, כלפי סביבתנו וכלפי היקום.  
 כיום מתחילה לחלחל בנו התובנה של חזרה, אמנם איטית, אל המקור הראשוני של האינטואיציות שלנו.

**אנו לומדים שלחוש - אין זו חוויה פרימיטיבית.  
 אנו לומדים להיות קשובים לסימנים שניתנים לנו.  
 אנו לומדים להשתמש מחדש באינטואיציה שלנו.**

הסימנים והאותות משודרים לנו באופנים שונים, כל אדם יכול לחוות אותם אם רק ירצה בכך, או ילמד להיעזר בהם בכול רגע נתון בחייו במידה הנכונה, בדרך של ההבנה כי היקום משלח סימנים שאינם על מנת ליצר באדם פחדים, אלא להראות לו את הדרך המוארת.

\* **יכולים הם להיות סימני אזהרה - לעיתים בדרך חלימה, לעיתים ברצף של תקלות, שבאות לסמן עבורנו שיש לשנות טקטיקה, כיוון חשיבה או עשייה [בתרבויות שונות כאשר סימני אזהרה חזרו על עצמם, הם הפכו לנכסי צאן ברזל בתודעה הקולקטיבית עד שחברות שלמות ננעלו במסכת פחדים, חששות ודאגות].**

\* **יכולים הם להיות "סימני מראה" - הבאים לשקף לנו את ההוויה הפנימית שלנו באמצעות אנשים אחרים. לעיתים עולות מחשבות על אנשים מסוימים, שמטרידות מנוחתנו ואנו מנסים להסיר ולדחוק אותם מאתנו. יש לעצור ולשאול מה מקור המחשבה, שעולה שוב ושוב ולבדוק אולי אדם זה, המציף מחשבתנו זקוק לעזרתנו או רוצה להעביר לנו מסר זה או אחר**  
 \* **יכולים הם להיות תמרורי הנחיה - לאפשר לנו לבחור נכון כאשר מגיעים אנו לצומת דרכים משמעותית במ. האותות והסימנים ניתנים לנו כל הזמן. [כמו מחשבה שעברה בראשינו והתקיימה] היכולת שלנו לחבור מחדש אל האינטואיציה, לפתח אותה עד מידת הדיוק המאפשרת לנו לראותם ולהבינם תוך חיבור אל הטבע הראשוני שלנו, היא הווייתנו במלא הדרה.**

## ”צא מן המסגרת, הסתכל מעבר לשמים” [הכיסא הריק]

### שבעת שערי המודעות

**שער "המודעות הארצית"** -שער זה יפתח בפניך ללמדך, שהאנרגיה המצויה בתוכך אינה צריכה להיות מוזנת מתחרות וכי ההתעסקות האינסופית בה אינה מאפשרת לך להכיר את העוצמות הקיימות בך ואת מהותך. עליך להבין כי זו אשליה זו המרחיקה אותך מצרכיך הרוחניים ואינה מאפשרת לך לבחור בציר ייעודך.

**שער "המודעות הסורקת"** - שער זה יפתח בפניך ללמדך התבוננות פנימית מהי, למען תדעי כי קיים הבדל מהותי בין האור החיצוני, הקבוצתי לבין האור הפנימי המצוי בך. שער זה בפתיחתו, יאפשר לך להבין כי קיים מימד נוסף בחיך, מימד הגבוה יותר מהמימד הארצי המוכר לך והוא חושף בפניך כי יש סיבה ומשמעות לחיך, גם אם טרם מבינה את מהי.

**שער "המודעות הבשלה"** -שער זה יפתח בפניך לדעת את משמעותן של ההשלכות ההרסניות של החשיבה האגוצנטרית המצומצמת, המקצצת את כנפי תודעתך הנרחבת. זהו השלב בו תהיה בך היכולת לפרוץ את "מטריקס התודעה" ולהטמיע את התובנה לפיה עוצמת האור הקיימת בתוכך אינה מתכלה.

**שער "האמת הפנימית"** -שער זה יפתח בפניך ללמדך לחבור אל האמת הפנימית שלך, אל אורך. כאן יינתנו לך הכלים, אשר יאפשרו לך לסנכרן בין המהות הארצית למהות הרוחנית המתחדשת בתוכך, המראה שדפוסי התנהגותה הישנים אינם משרתים אותך עוד. בשער זה ייפרץ מטריקס התודעה ותתגלה בך התובנה כי הפחד, מעצם היותו, שיתק לאורך חיך את תנועותיך, ולא משרת אותך יותר..

**שער "המודעות היוצרת"** - שער זה יפתח בפניך ללמדך להיות שותפה פעילה ביצירת המציאות של חיך. זהו שלב בהתפתחותך הרוחנית, בו תתגלה תכלית חיך ותתקיים בך ההבנה, כי יש בידיך כלים לשנות את מציאות חיך, תוך חיבור לאותם לבני יסוד מעברך שנוקו ממשקעי ילדותך ואינם עוד כאבני ריחיים על צווארך. זהו השלב בו מונחת אבן הפינה ל"משכן האל" בתוכך.

**שער "המודעות המגשימה"** -זהו שלב של רמת מודעות גבוהה, בו תלמדי להביט ממבט עליון על מכלול תהליכי חיך ללא שיפוטיות, קורבנות או האשמה. זה שלב של בגרות רוחנית. תובנה זו תשפיע על חיך בכל שלוש הרבדים: הארצי, הרגשי והנשמתי. זה השלב בו תהיי מודעת למבנה ההיררכיה הקוסמית וגם למשמעות הייעוד הנשמתי אליו בחרת לחבור ואשר נדרת להגשימו.

**שער "מודעות הגאולה"** - זהו שער הפתוח בפני כל אדם החפץ בכך ואלו העוברים בו הם אנשי הגאולה, שהרי מחוברים הם בדבקות ובאמונה שלמה אל ייעודם. ייעודם זה - מהותו היא העלאת המודעות הרוחנית בקרב האנושות, מתוך כוונה ללמדה להכיר בתובנת האחריות האישית והאחריות הגלובלית.

## ”התבונן באשר קורה בחייך, קבל את עצמך על כל חולשותיך. לך פנימה וגלה את עצמך” [רבי נחמן מבראסלב]

### תשורת הריפוי הרוחני

אנרגיית ריפוי היורדת בזמן זה, יש בה יכולת לעצב מחדש את תדרינו, לשנות את מציאות חיינו ולעצב מחדש את "תבניות החשיבה" שנוצרו והתהוו בילדותינו, תבניות שנאגרו וננעלו במרתפי תודעתנו.

אנרגיית ריפוי זו פותחת עבורנו את שערי החמלה, מגלה שיש בנו את היכולת לשכתב מחדש את משקעי עברינו ודרכם להאיר את עתידנו, אך מחייבת אותנו לבחור בחירה אמיצה לחבור אל הריפוי. אם וכאשר נחליט לחבור אל דרך הריפוי הרוחני, נחוש כיצד מזדחל השינוי אט אט אל חיינו, גם אם לא נוכל להגדירו. מעצם ההחלטה ניצוצו ייטמע בתוכנו ללמד אותנו משמעותה של אחריות ובחירה. **ללמד אותנו** לכבד את הפחד כחלק מחיינו, לעמוד מולו, להבין את עוצמתו ולגלות את עוצמתנו. **ללמד אותנו** להביט בדפוס התנהגות, שגדלנו עליהם מיום שאנו מכירים את עצמנו ולראות כיצד הם נעלמים, ובהיעלמותם גורמים הם לנו לרגע להרגיש פגיעים וחסרי אונים. **ללמד אותנו** לראות כיצד ה"אגו" שלנו מאבד מכוחו. ואותם "תבניות וחוקים", שהגנו עליהם בחירוף נפש, נראים שטחיים וחסרי תועלת כשעולמינו הפנימי מתמלא באור, אור הבריאה – אור ההבראה. אור המהווה מגדלור בסער חיינו, להאיר את נתיבי הריפוי במ.

עלינו להבין כי הריפוי האנרגטי באשר הוא, הינו תהליך מובנה עבודה מתמשכת של שינוי דפוס חשיבה, מחשיבה מעכבת לחשיבה מודעת, כשמטרתה להוביל את האדם לשינוי עמוק בתהליכי חייו. לכן מותאם הוא לאלו הרוצים בשינוי וחשים כי יש לעצור את מרוץ חייהם ולבחון מחדש את תכליתם.

#### היו קשובים לגוף שלכם

בתהליך הריפוי הרוחני אנו חווים שינויים פיזיים בגופנו. יש להיות מודעים למצבו הבריאותי של הגוף. לא כל שינויי פיזי הקורה בזמן העמקת התובנות האנרגטיות קשור לשינויים הרוחניים שאנו עוברים, "לפעמים סיגר הוא רק סיגר" [זיגמונד פרויד]

אבל בתהליך של שינוי רוחני נושרים מתוכנו חלקים שבנו את דרך החשיבה הישנה. ובנפילתם עולים בנו לעיתים תחושות של בלבול, חוסר התמצאות ולעיתים גם תחושה של "איבוד הזהות", בה כל העולם הישן והמוכר הולך ונמחק.

**דפוס התנהגות ישנים הולכים ונעלמים**, הגוף כמו עובר תהליך טרנספורמציה המחייב מנוחה. ימים של עייפות קיצונית. תחושות של נדנדה רגשית ומצבי רוח משתנים הינם חלק מהתהליך. **הגוף עובר כוונן מחדש.**

#### היו קשובים לתהליך

## תדרים

גוף האדם כמוהו כמכונה המורכבת ממיליארדי חלקיקים, מיליארדי תאים. כל מערכות הגוף שואפות לתפקד בצורה הרמונית כי זאת מהותן, אך האדם, בדרך התנהגותו, אינו משמר את האיזון במבנה מעודן זה ולעיתים אף פוגע בו במזיד וחוסם את מעברי האור שבתוכו. בכך הוא מפר, פעם אחר פעם, את האיזון.

**גוף, נפש ונשמה אחד הם** - היא תובנה שחדרה אל המודעות האנושית לפני אלפי שנים. תפיסת ריפוי זו מביאה את הקשר ההדוק בין כל חלקי האדם ואת ההבנה כי כאשר נפגעת נפש האדם, נפגע גם הגוף הפיזי.

ההבנה כי הריפוי האנרגטי מתייחס אל מקור החולי, אל הסיבה, ולא רק אל הסממנים החיצוניים, גם היא מוכרת ואינה חדשה כלל.

החידוש בעיניי היה בצורת ההתבוננות על האדם כעל מערכת מורכבת כשל מחשב על, המוזנת מבלייל נתונים. בנתוני מחשב אלה נוצרים לעיתים "באגים", שמאלצים אותנו "לפרמט" אותו מחדש. ידוע הדבר שהריפוי הקונבנציונאלי לאורך ההיסטוריה מתמקד בחולי הפיזי שבגוף ומתייחס אל הסימפטום ולא אל הגורם: דלקת מטופלת באנטיביוטיקה וכאבים מטופלים במשככי כאבים. {בשונה מתפיסת הריפוי הרוחני} רפואה זו מתייחסת למערכות הגוף הנפרדות ואינה תופסת את מכלול המערכות ואת הצורך באיזון ביניהן.

מבנה גוף האדם על רבדיו, כמוהו כתוכנת מחשב מתוחכמת אשר ביכולתה ליצור חולי באדם או להבריאו, על פי בחירתו. כלומר, יש חשיבות לתכנים המצויים בה, אלה שמייצרים את ה"באגים" שבגוף. לכן כדי לשנות את התכנים המוכנסים אל הגוף, תחילה צריך הגוף לעבור תהליך של ניקוי, "פרמוט" מחדש. בתהליך הניקוי, הגוף לומד להכיל את השנאות המשתנה, למרות שההיגיון עדיין יתנגד וייצר חוסר איזון בדרך של הפעלת מחשבות שליליות או, בדרך הסקפטיות והדרישה לתוצאות מיידיות.

יש להפנים ולזכור, כי העבודה הרוחנית היא דרך חיים ולא תהליך של תוצאות מהירות. לכן, בכל שלב בו מחלחלת תובנה זו בתוכנו, עוצמת תהליך זה ותוצאותיו יאפשרו לנו לחוות את חיינו בדרך מאתגרת ומוארת.

יש מכנה משותף בין כל תובנות הריפוי הרוחני, המלמד אותנו לשמר ולכבד את גופנו הפיזי, את רגשותינו, את מאווי ליבנו ואת רצון נשמתנו.

ההתבוננות הרוחנית שונה מההתבוננות הקונבנציונאלית באדם. זוהי התבוננות ברשת של שדות אנרגיה מורכבים, המשיקים למערכות פיזיות, ומונעים מכוח חיים נסתר, המחבר אותם אחד לשני ולאחד שלם עם הבריאה.

אין המודלים המדעיים מסבירים את המושג "כוח החיים", אך גם הם מבינים שמערכת כל כך משוכללת אינה יכולה לפעול אלא עם "הכוונה עליונה. המודלים האמוניים טוענים כי אין צורך להסביר את קיומה אלא להיעזר בה.

דרך חשיבה זו גרמה במשך שנים רבות לריחוק וקרע עמוק בין מדע לאמונה. כיום, תודות לפתיחות מחשבתית, קיים רצון לחבר בין הרפואה הקונבנציונאלית לבין רמת תובנה רוחנית, הרואה את הגוף והנפש כיחידה אחת.

הריפוי הרוחני מתייחס אל האדם כיחידה אנרגטית אחת - אל המערכות האנרגטיות המצויות בתוך הגוף הפיזי ולאלה העוטפות אותו. מטרת הריפוי הרוחני היא לייצר תנועה מחודשת של המערכות האנרגטיות השונות בתוך הגוף, עד שתנועתן בתוך המרחב תתקיימנה בהרמוניה, מבלי להרוס או למחוק זו את זו.

הרפואה האנרגטית [הרוחנית] הרואה את האדם כמארג של שדות אנרגיה, היא החוט המקשר בהבנת היחסים שבין האנושות לאלוהות. מטרתה לאזן את המערכות האנרגטיות בעזרת דפוסים אנרגטיים, המנחים את הביטוי הפיזי של החיים. ההנחה היא שהתודעה משתתפת ביצירה מתמדת של בריאות או חולי, והיא מחברת בחוטים סמויים את הגוף הפיזי אל תדרי הגופים הנוספים העוטפים אותו.

## שביל הבחירה

**תובנת "שביל הבחירה" הינה תהליך ראשוני לשינוי תבניות חשיבה. היא דורשת את המודעות הראשונית והבסיסית לכך, שמשוהו אינו תקין בדרך בה אתם חיים את חייכם. היא מעירה אתכם לראות, שיש דפוס התנהגות שהושרשו בכם עוד מבית ילדותכם והם מעכבים את ההתפתחות הנשמטית, הגורמת לכם לשאת את חוויות חייכם כמסע כבד של חוקים והרגלים. הבחירה לנוע בנתיב אחר היא בידיכם. אין תהליך זה קל לביצוע, שהרי הוא המשוכה הראשונה שיש עליכם לעבור מעצם היותה פרשת דרכים ו"נקודת האל חזור" בחייכם.**

כל אדם בוחר את מסלול חייו. כל אדם צועד בו לבדו, מחויב לקחת אחריות על צעדיו. בתוך נתיב צעידתו יש חשיבות-על למעגלי האנשים הסובבים במעגלי חייו: המשפחה, החברים, השותפים, האוהבים והאויבים - כל אלה יכולים להאיר לו את הדרך, להטעותו או לישר סטייתו. מיום לידתו ועד סיום חייו ה"לבד" איננו מצב נבחר, אלא מהות החיים, וההבדל בין אדם לאדם הוא באופן תפיסתו את ה"לבדות".

האדם יכול לראות את מהלכיו בטרם יפסע בשביל בחירתו. הדרך מוארת ממעל לכל אדם, והאור קיים בכל אחד ואחד, אך לרוב יש תחושה כי כבויה היא הדרך או מוארת מעט מידי.

אם יבין האדם כי לאורך הדרך יש "צמתים" רוחניים ו"נקודות עצירה" המאפשרים זמן חשיבה ושינוי וכי הכלים כולם מצויים בתוכו, יוכל לקבל החלטה כיצד להשתמש בהם. כאשר הכלים הניתנים לו הופכים לכלי ה"אגו" - יהיה זה מסלול האור אל עבר החושך, וכאשר נפקחות העיניים ומביטות אל עבר הנתיב המואר - יהיה זה מסלול מהחושך אל עבר האור.

המעבר קל הוא, שהרי הדרכים מקבילות הן. קוד המעבר ומפתח השערים הינו כוח הרצון וזכות הבחירה העומדים אל מול האדם, ובכל פסיעה יחליט אם בהר מלא מהמורות יפסע הוא, או יטפס במדרגות בית מקדשו ויפנה אל עבר ההתקדשות. זהו שביל בחירתו. רק כאשר יבין האדם, כי דפוס ה"קורבנות" שמוטבע בתאי חשיבתו אינו משרת יותר את הווייתו, יואר הנתיב האחר שבתוכו. אז ורק אז תתחדש בתוכו אותה ברית ראשונית, שנחתמה בין תודעתו הגבוהה, לאלוהות. אותה הברית המחייבת אותו לחבור אל אמת חייו ולייעוד נשמתו. אין הייעוד דבר קבוע ונשגב, אלא היכולת לנוע על ציר חייו בנתיב האמת ולהיות נוכח בו. זהו שביל הבחירה.

על האדם להבין, כי הוא האחראי הבלעדי לתהליכי חייו, ובכל פעם שעומד הוא על פרשת דרכים, ניתנת לו זכות הבחירה. ברגע בו בחר נתיב לנוע בו, מחויב הוא ואחראי הוא לבחירתו.

## הנשימה

"כל העולם כולו, נברא בנשימה - בנשימתו של האלוהים.

הנשימה האלוהית היא מפיחת החיים הגדולה. אם אין נשימה אין חיים" (רבי נחמן מבראסלב)

הנשימה היא דרכו של הגוף לשמר את החיים. היא מתבצעת באמצעות צינורות הנשימה. **הנשימה הפיזית** - מתבצעת דרך פתחי האף והפה, שתפקידם להעביר את החמצן אל הריאות ומשם אל מחזור הדם. נשימה נכונה, מרוכזת ועמוקה, היא נוסחה שמבטיחה חיים בריאים, שהרי מזרימה היא חמצן אל כל תאי הגוף.

**הנשימה הרוחנית** - מבדילה את האדם מכל היצורים האחרים

**תהליך הנשימה הארצי** מתקיים בכל יצור חי עלי האדמה. זהו תהליך מולד.

**תהליך הנשימה הרוחני** תהליך בו לומד האדם למלא חללי חוסר, באור מזין. ללא הנשימה הרוחנית יכול הוא לצבור פוטנציאל הרסני, המשבש את האיזון הרגשי בחייו. תהליך הנשימה הרוחני הוא תהליך נרכש של כניסת אנרגיה מזינה בקצב קבוע ובשליבים. ככל שמתפתח תהליך הלימוד הרוחני, מתפתחת נשימה זו.

נשימה נכונה מאפשרת יצירת איזון בין הגוף הפיזי לגוף האנרגטי, ובהתהוותה מאפשרת היא לאדם להכיר ולהוקיר את גופו.

נשימה נכונה היא נשימה מודעת המאפשרת לאדם להגיע לאיזון ולחיבור עם מרכזי האנרגיה הקוסמיים, ולכן יש חשיבות לצורת הזרמת האנרגיה אל תוך הגוף. אנרגיה המוזרמת בצורה נכונה, מזינה את התאים ושומרת על תקינותם. יש להבין, כי תהליך ניקיון הגוף ופתיחת מעברי האור נעשה בשליבים. אין אפשרות למלא את הגוף במסת אור גדולה. יש להתחשב ביכולת ההכלה ההתחלתית, כשהמטרה היא להגיע למצב בו תאי הגוף האנרגטי יוכלו להכיל, אחוזים גבוהים יותר של אור ברמה האנרגטית.

כאשר הנשימה אינה תקינה, נחסמים מעברי האור וכאשר מעברי האור חסומים - אין האדם מצליח לנהל את חייו, אלא בדרך של פחדים וקושי.

צורת הנשימה החדשה מתייחסת לפתיחת מעברי האנרגיה, במטרה לאפשר לכל תא ותא בגוף לקבל את כמות האור לה הוא זקוק ולאפשר לגוף לתפקד בצורה סדירה. נשימה שאינה נכונה- היא מהות החולי.

לבני האדם ניתנה האפשרות לבחור בין טוב לרע, בין שאיפת אוויר נקי וטהור לשאיפת אוויר מזוהם מגורמים סביבתיים או מגורמים רגשיים ומחשבות שליליות.

הבחירה חייבת להתקיים, שהרי אי אפשר לו לאדם ללא שאיפת אוויר. ככל שישנה מודעות לאנרגיה הנכנסת, תאי הגוף מתמלאים באור וכאשר תאי הגוף מקבלים את כמות האור שהם זקוקים לה, הגוף נשמר בריא.

נשימה נכונה היא סימפוניה הרמונית של כל אברי הגוף, המקבלים את האנרגיה שלהם ממאגרי האנרגיה הקוסמיים. במצב בו הנשימה אינה מודעת, המעברים האנרגטיים נחסמים והאדם ימשיך לחיות את חייו בהרגליו, אך בעצם ישתמש במאגרי הרזרבה האנרגטיים שבגופו עד שיכלו. נשימות ארוכות ומעודנות מזרימות את אנרגיית האור ממרכזים קוסמיים אל מרכז החיים בגוף, אל כל תא ותא בו.

**חשיבותו של תהליך הנשימה הוא בהכרה, שכוח הריפוי העצמי קיים בכל אדם ואדם.**

זו נשימה מתוך מודעות למורכבות התהליך ולתחכום שבו, ומתוך הבנה שכל נשימה המוזרמת אל גופנו - מזרימה את אנרגיית החיים המבריא פנימה.

תהליך הנשימה מורכב משני רבדים:

**נשימה ארצית** מכניסה חמצן אל תאי הגוף להפעלתם והיא מתבצעת בשלושה שלבים: שאיפה - המתנה - נשיפה.

**נשימה מודעת** מרוקנת את הגוף מרעלים, מאפשרת את פתיחת מעברי האור ומציפה לאחר מכן את תאי הגוף באור מרפא.



## מאגרי אנרגיה אינסופיים

טרם הבריאה, הייתה אנרגיה אינסופית, אנרגיה גשמית מתפשטת עד אינסוף. חכמת הקבלה מכנה אנרגיה זו "אור".

כל דבר שאדם יכול לרצות, להשתוקק ולכמוה אליו נכלל באור זה הנקרא "אור הבריאה". והוא מונח לפנינו ברוחב יד. כל צורה אפשרית של הנאה - נכללת באור זה.

מאגרי אנרגיה קוסמיים מכילים בתוכם את זרעי הרעיונות לשימוש בשפע האינסופי, המוזרם אל עבר האנושות ונטמע בכול אדם בהתאם ליכולת הכלתו, ומתעצם הוא כאשר מתגברת המודעות לחשיבה מחודשת - חשיבת השפע.

כאשר האדם מוצף קושי בחייו יעלו בו ספקות, חוסר אמונה ומן הסתם תעלה בו השאלה:

**"אם מאגרי האנרגיה הקוסמיים כל כך זמינים, מדוע אין אני חש בשפע?"**

ועל כך נאמר כי, בדרך התנהלות שלנו בתבניות החשיבה המקובעות, מצמצמים אנו את מעברי האור, מעברי הזרמת השפע אל עבר חיינו.

בדרך הצמצום גובר החושך אשר ממלא את חיינו במצוקה אנרגטית והיא זו המובילה אותנו לעייפות, חוסר חיות ו"למרה שחורה". בדרך הריפוי האנרגטי, דרך החשיבה המחודשת מאפשרים אנו לעצמנו לקבל את השפע המצוי סביבנו. מאגרי האנרגיה הקוסמיים הם נצחיים וניתנים לכל אדם. דרך השימוש במ ועוצמת הזרמת השפע, משתנה מאדם לאדם. כלומר, האנרגיה מוזרמת על פי יכולת ההכלה של כל אדם ומשתנה ומתעצמת כאשר מתגברת המודעות "לחשיבת שפע".

מאגרים אלו מכילים אנרגיות של שמחה, אהבה, אושר, נתינה וריפוי. ויש בתוכנו מאגרים המכילים שנהא, פחד, קנאה ועוד.

בדרך העבודה הרוחנית, אנו לומדים לפנות אל עבר מאגרי האנרגיות המטיבות ולמרות זאת נמצאים בתוכנו אנרגיות "שליליות" שמזינות את חיינו, ופעם אחר פעם, כמו יש מאין, אנו מושיטים ידיים לעברם אל עבר העצב, הכעס, השנאה, הקנאה.

רובינו מנהלים על ידי אנרגיות קשות אלו ולא משכילים לראות את האנרגיות הטובות המזינות אותנו. שהרי גם הן קיימות. חיינו מוזנים מאנרגיות של שמחה ועצב, של אהבה ושנאה - כמו מתנגשים אלו באלו ואין בנו דרך - אלא באיזון.

לא יהיה נכון מצדנו לומר כי משלחים אנחנו את הכעס מתוכנו אל עבר עולמות אחרים והוא מתפוגג ונעלם... **אין זו אמת.**

אנו יודעים כי יש בנו "מחשב על", הזוכר ומקטלג כל פרט, כל תהליך, כל התרחשות בחיינו ומתייק אותם בתוך "ספריית ענק" בה הכול נרשם: כל רגע ומאורע שקורה בחיינו. ובכול פעם שסיטואציה מסוימת חוזרת אל חיינו, מגירות הזיכרון נפתחות ושולפות "תמונות" המעלות בתוכנו את האנרגיות השייכות לאותה הסיטואציה. לעיתים יהיו אלו אנרגיות קשות ושליליות, ולעיתים חוויות משמחות, אך החוויות הקשות הן שמשאירות בנפשנו צלקות של כאב.

בדרך הלמידה הרוחנית, אנו לומדים לכבד את עצם הציפה של אותן הרגשות ומטפלים בהם בחמלה, בהבנה ובאנושיות. אנרגיות הקיימות בתוכנו ומזינות אותנו ומתוך ההבנה, כי אין אנרגית יאנג ללא אנרגית יין.

### כיצד משרתים "המחסנים הקוסמיים השליליים" את תהליך הטיפול האנרגטי?

כפי שיש באפשרותנו לפנות "למחסן קוסמי" של אהבה [או כל אנרגיה חיובית אחרת] ולבקש כי יטעין אותנו באנרגיה המוארת שלו, יכולים אנו לפנות למאגר כעס המצוי בתוכנו [או כל אנרגיה שלילית אחרת] ולבקש ממנו כי יצמצם את האנרגיה השלילית שמפרה את האיזון בתוכנו ויאפשר לנו בשלב מאוחר יותר, כאשר נרגיש כי אנחנו מאוזנים יותר אנרגטית, לטפל באותה סיטואציה, להעלות אותה למול עינינו ולראותה מזווית מוארת יותר.

בתהליך של "הנשימה האנרגטית", אנו פונים למאגרי האנרגיה הקוסמיים החיוביים ומבקשים להתמלא בהם ובו בזמן אנו פונים למאגרים הקוסמיים של הרגשות השליליים שבתוכנו ומבקשים מהם שיצמצמו בתוכנו את האנרגיות הקשות ואת הזיכרון יקטלגו בספריית הענק שבתוכנו לטיפול מאוחר יותר.

**יש בנו, את היכולת לאזן את גופנו הפיזי, האנרגטי והרוחני.**

## חזרה נשמתית

חזרה נשמתית הינו "הסכם" הנעשה ברמה נישמתית עוד בתהליך עליון. בחזרה זה "מקבלת" נשמתנו את המלווים שלה למשך מחזור החיים הנוכחי ולעיתים מתלווים הם למחזורי חיים נוספים. מלווים אלו הם בני משפחה, חברים, עמיתים לעבודה, יריבים, אהובים ועוד. הם סובבים אותנו במערך אנרגטי משותף. יש רבים בהם, אך אלו המצויים במעגלים הקרובים אלינו - הם המשמעותיים לחיינו.

כאשר בוחרים אנו להתחיל בתהליך ההבראה, מגיעה בחירתנו בדרך כלל מתוך מצב של מצוקה פנימית, בלבול או תחושה פנימית ש"משהו" אינו נכון בצורת חיינו ואינו מספק את נפשנו. תחושות אלו מניעות אותנו לחפש, ובדרך כלל גם לגלות, נתיבי התנהלות אלטרנטיביים ולפסוע לאורם. אלו המקורבים לנו, אשר "ראו" את מצוקתנו והתייחסו אליה, רואים את השינוי המתרחש ומתחילים להתנהל בדרך שונה מהרגיל {כל שינוי גם הקל ביותר מעורר תנודות במערכות יחסים}. יהיו כאלו שיברכו על השינוי, אך לעיתים יהיו גם כאלו אשר יתרחקו מאתנו. התרחקותם לעיתים תהיה מלווה בכעסים, מאחר ואין ביכולתם להבין את השינוי המחלחל בנו.

ובנו - "המשתנים", עולה וצפה תחושת "הבגידה" של הסובבים אותנו ויותר מכך... תחושת הבדידות המשאירה אותנו פגועים ומבולבלים.

בדרך הלימוד והבנת התהליך האנרגטי העובר עלינו, אנו לומדים להבין את מהות המושג "**חזרה נשמתית**". הבנה זו מאפשרת לנו לחוות תהליך זה ללא כעסים.

בחזרה הנשמתית בחיבור האנרגטי העליון "מסכמים" אנו עם נשמות המגיעות, לחוות יחד אתנו את מערך היחסים בינינו.

כאשר אנו בדרך השתנותנו "מפריים" הסכמים אלו, עולים כעסים מצדנו על שותפינו לחזרה, על כי לא מבינים הם את השינוי המתחולל בנו ועל הפרת החזרה.

לדוגמא: אדם בעל יכולת נתינה גבוהה יתחבר לאדם שיכולת הנתינה שלו נמוכה והצורך לקבל גדול בו. החיבור נעשה מתוך הסכם נישמתי של נותן ומקבל. {חוק הכלים השלובים}

החיים דינאמיים, מצבים משתנים וקורה לעיתים שהאדם "הנותן", פוחתת בו אנרגית הנתינה ומתוך חיבור למעגלי ההזנה המשותפים, פונים אנו אל הסובבים אותנו ומצפים מהם לשנות את ה"חזרה הנשמתית שבינינו" ולתת את שלא סוכם.

וכש"מסרבים" הם להפר את תנאי חזרה, אנו כועסים על "בגידתם".

בהבנת משמעות "החזרה הנשמתית" מתאפשר לנו לחצות גם מכשול זה בדרך הריפוי העצמי. אך יש לומר ולהצהיר, כי לא תמיד החוזים הנשמתים בפתיחתם מופרים ו"נשברים", לעיתים חשים הסובבים אותנו בשינוי התדרים החל בנו ומתוך בחירת נשמתם נמשכים הם יחד אתנו אל מעגלי האור וחווים יחד אתנו את טעמו של השינוי.

## אגו

האגו הינו החלק בתוכנו, אשר מאמין כי האושר או האומללות שלנו תלויים בסביבה החיצונית והערך העצמי שלנו בנוי על מהות יחסם של האחרים אלינו. זהו החלק בתוכנו, המאשים את האחרים בחסכים הקיימים בחיינו והופך אותנו רגישים לדעותיהם ומחזק בנו את אותה חווית "קורבנות", שממילא מצויה בכול אחד ואחד מאתנו.

החיפוש האינסופי אחר אהבה, הערכה, ביטחון ועוד מקורות אנרגיה, שאינם שייכים לנו ואינם יכולים לספק את צרכינו הרגשיים, הופכים את חיינו לאכזבה, שהרי מעצם חיפוש מקורות אנרגיה חיצוניים, אנו מתנתקים מהמקורות המצויים בתוכנו. חסכים אנרגטיים אלו הינם מקור הסבל בחיינו. הן בסיס לחוויות הרסניות המצויות בכול אחד מאתנו, שעוצמתן נמדדת בהכרת תבניות חשיבה שהורגלנו בהם, שכעסנו נובע מאופן התנהגותם של אנשים אחרים וכך נוצר מצב, בו כאשר אנו מרגישים אומללים, אנו נוטים להאשים באומללותנו את האחר. האשמה הזאת מעוררת בנו כעס ורצון להעניש את מי שלדעתנו אחראי לאומללות זו.

התנהלות מובנת של אי לקיחת אחריות לאשר קורה בחיינו והאשמת האחר, מרחיקה אותנו מהאקסיומה הבסיסית הגורסת, שהכול מתחיל בתוכנו. כל עוד אנו נשלח את הסיבות להרגשה זו אל הסובבים אותנו ונעצים את תחושת הקורבנות והאומללות, רחוקים אנו מהמסר הפנימי, שקורא לנו לבחון את התפיסות השגויות והרגשות ההרסניות, שהאגו מייצר בתוכנו. היכולת להכיר בהבדל שבין "חולשה" ל"עוצמה", נובע מתוך יכולת הכרת האור הפנימי. הדרך לחמוק מעוצמת האגו הינה תהליך של חיפוש הנתיב, המוביל כל אדם המרגיש כי קץ בדרך טיפוח ה"קורבנות" בחייו, להתחיל את מסעו בהפניית מבטו פנימה, דרך אומץ וכנות, תוך לקיחת אחריות ל"סיבת" הסבל בחייו. אין זה צעד קל, שהרי קל הרבה יותר להתנהל בדרך המוכרת ולזעוק על אי הצדק, הנובע מתוך רשעותו או טיפשותו של מישהו אחר ולהצהיר פעם אחר פעם כי מנצל הוא את טוב ליבינו.

הצעד הראשון לשינוי תפיסה מהותי זה הוא הבנתנו את מהות ה"הסכמים הנשמתיים", שחתומים אנו עליהם, גם אם הם מעבר לבינתנו, שהרי מובילים הם אותנו להבנה, כי יש ביכולתנו לבחון את מהות ההסכמים ולהוריד את רמת הציפיות מהסובבים אותנו, תוך מציאת "הקשרים האנרגטיים", אשר יוצרים את הכעס והבלבול בחיינו.

## כעס

מבטא את חשיבת האגו המוטעית האומרת לנו, שהאנשים הסובבים אותנו צריכים לנהוג על פי רצונותינו ודרך דפוסי התנהגות, שהנהיגו לנו. לעיתים יש בנו את התחושה, כי כאשר אנו כועסים, אנו שומרים על כבודנו וכשאיננו מגיבים, אנו חסרי "עמוד שידרה". כך בשעת כעס נאמרים מילים, שהאחראי למהותן הוא האגו שלנו. מילים אלו גורמות לנזק גם אם נכונות הן, שהרי בלהט הכעס מתעוותת השיפוטיות שלנו ואנו מרגישים טובים יותר, הוגנים יותר והגיוניים יותר מהעומד מולנו. כאשר האחר אשם - משחרר אותך הכעס מהצורך לבחון את עצמך ולראות את טעויותיך. אדם כועס שולל מעצמו כל גישה אל יכולת השיפוט המוארת והמרחבית. כעס נתפס כרגש מלא עוצמה מעצם אשליית הכוח, אך הינו בעצם ביטוי מובהק של איבוד שליטה. יש החושבים כי לכעס סגולות של "טיהור המחשבה" וכי רצוי להוציאו מתוכנו, כמו היה זה חומר שיכול להתאדות על ידי צעקות, דמעות או "טריקת דלתות". נהפוך הוא, דרך הכעס אנו מבטאים את האנרגיות הארציות הקיימות בתוכנו, הכעס הינו כמו רפש בוצי המונח בתחתית הנפש, ככל שאנו בוחשים בו - אנו בוחשים בנפשנו עד עכירות מרעילה. הכעס הינו רגש לגיטימי, אין ספק, אך זכור כי תמיד יש דרך נוספת לראות את פני הדברים.

- 1- כעס רק כאשר אתה מוכן לעמוד למול המקומות החלשים שבתוכך ורוצה לחזקם. הכעס הינו כוח בונה, כאשר משתמשים בו כאנרגיה מבוקרת.
- 2- וודא כי נמצא אתה במצב בו יש ביכולתך להתייחס לעמדתו של העומד מולך.
- 3- כאשר אתה כועס, וודא כי כעסך יהיה רק על הנושא שעורר את הכעס ולא את כל תסכוליך.
- 4- כאשר מישהו כועס עליך זכור, שהוא פשוט מנסה להיפטר מהמצוקות שלו

**זכור לקחת אחריות על כעסיך,  
לפסוע בנתיב של התנהלות רוחנית בוגרת - נתיב המודעות היוצרת.**

## קשרי משפחה

המשפחה הינה מערכת הזנה משותפת ולה ערך חשוב עד אין קץ, שהרי החיבור המשפחתי הינו חוט אנרגטי רב עוצמה - "חבל טבור" המחבר אותנו ברשת אנרגטית אל אנרגיית האור. דרך חוויית התרת הקשרים ברשת המשפחתית, ישנה היפרדות מהאנרגיה המכלה, אנרגיית הצער בתהליך של "התרת קשרי משפחה" והזרמת אנרגיית אור לתוך הרשתות, מתוך הכרת החשיבות של האיזון האנרגטי בתוך המערך המשפחתי.

שהרי כאשר אדם אחד מתוך המערך המשפחתי כמו לוקח "אחריות" ו"מאיר" בעשייתו את כל המרחב המשפחתי, הוא אינו מאפשר לאחרים לצאת ממחבואם ולפעול מתוך האור ולכן פועלים הם במחשכים וזאת מתוך פחד להתמודד עם האדם אשר אסף אל תוכו את מסת האור המשפחתי - ומפר הוא את האיזון.

בתהליך לקיחת אחריות זה, "שדוני האגו" המצויים ב"לוקח האחריות" מקנים לו תחושה של "המשפחה אינה יכולה להתקיים בלעדיי", כלומר מעבר לכך כי מתנהל הוא כקורבן, שהרי עליו נטל המשפחה, הוא זה העוצר את הזרמת האנרגיה פנימה אל תוך המערך המשפחתי, הוא זה היוצר את חוסר האיזון האנרגטי.

לכן בתהליך "התרת קשרי משפחה" יש לראות את מערך ההזנה המשפחתי, המערך הרשתי ולהבין כי כאשר מנסים אנו לפתוח את "קשרי המשפחה" במטרה לחבר מחדש את ערוצי האנרגיה, מחויבים אנו להרפות את קצה החוט המצוי בידינו ולאפשר לאלו המצויים בצדו השני של "חבל הטבור האנרגטי" הקרוי משפחה, לקחת אחריות על חייהם בתוך המערך הזה ולאפשר את התחלתו של תהליך פתיחת "קשרי המשפחה".

לכן יש ליצור הפרדה ברורה בין דרכך לדרכם של האחרים, שהרי כל אדם באשר הוא בדרכו פוסע, אין יכולת לרחוק או לנתק "קשר משפחתי" שהרי כל בן משפחה הינו חוט נוסף המצוי בתוך הרשת האנרגטית, ולכן כאשר האחד פועל מדרך קורבנות ואגו במערך הזה, מערער הוא את הרשת האנרגטית. ובנוסף, כאשר לוקח הוא אחריות על חיי האנשים המחוברים בחיבורי משפחה, נוצרת סימביוזה בינו ובין בני משפחתו, אשר בחוסר הבנתם מושכים הם אל עבר אנרגיית הכעסים והפחדים אשר מצויים בכול אדם ואדם".

### תהליך התרת קשרי משפחה

בכל מערכת יחסים אוחזים שניים, ושניהם מזינים אותה - לעיתים באנרגיה בונה ולעיתים באנרגיה מכלה.

בתהליך של פתיחת קשרי משפחה, השאיפה היא להתחבר אל כולם בחיבורים מאירים ונטולי כעסים. לכן בתהליך התרת קשרי המשפחה יש לסרוק במחשבתכם את כל קשרי המשפחה שבחיכם. את מערכות היחסים עם ההורים, האחים, בני הזוג, הילדים וכל הסובבים במעגלים המוגדרים כמעגלי משפחה. סריקה זו מחויבת להיות חומלת ונטולת שיפוט או פחד מהתנתקות.

כאשר התחושה היא כי החוטים המחברים ביניכם מחוברים בקשר שאנרגיית אור אינה זורמת בו עד כי חוט מקשר זה נהיה עכור, יש לנתק את החוט המחבר ביניכם.

עשו זאת מתוך הבנה עמוקה, שאין קשר זה משרת יותר את האדם שבחרתם להיות - בן חורין. תחילה יראה הדבר מוזר בעיניכם, על כי אין לכם יותר שליטה בתהליכי חיי או רצונותיו של האחר וכי אינכם יכולים "לנגן" עוד על מיתרי מצפונם.

בניתוק החוט נפתחים ה"קשרים" ומתחילה מחדש זרימה של אור. כשהחוט האנרגטי אשר חיבר ביניכם נטול קשרים, נוצר מצב חדש שבו יתכן כי אותו בן משפחה שהיה מחובר אליכם בחוטים מכלים, יבחר לרחוק ולא להתחבר שוב. יש לזכור כי בחירתו בידו ויש לכבדה ולהשאיר את דלת לבבכם פתוחה כדי שישבו לכשיחפוז. ויש כי יבחר להתחבר בשנית אל הזרימה המשותפת.

## חשיבות הסליחה ככלי לתהליך ההתקדמות וההתפתחות האנרגטית

במהלך חיינו, אנו נוטים להישאב לתוך חומרנות המותירה מעט מקום לעבודה רוחנית. החומר שולט בכיפת חיינו וכל הסובבים אותנו הופכים למתחרים פוטנציאליים. התחרותיות והרצון לשמור על מעמדנו, מחדדת בנו את החושים ההישרדותיים. אנו נוטים להיות מרוכזים בתחרותיות עצמה ולהתרחק מהתודעה ומהמהות הפנימית שלנו, לא תמיד מבינים היכן אנו נמצאים בתהליכי חיינו, לאן אנחנו הולכים או מי יכולנו להיות. בדרך הבלבול - נוצרים הפחדים והכעסים. כאשר אנו מנהלים את חיינו בדרך הכעסים "הרשתות האנרגטיות" העוטפות את גופינו נקשרות בינינו לבין האדם אליו מופנה כעסינו. אנרגיות אלו מזינות, אך בו בזמן מכלות אותנו, מפני ש"אנרגיית החושך" צורכת כמות מוגברת של אור ובכך מחלישה היא את האדם. המטרה הנעלה היא לצמצם את כמות האנרגיות השליליות שמניעות את חיינו וקושרת אותנו בקשרים מכלים לאנשים אחרים. הצורך להגיע למצב בו אין התנהלות אחרים משפיעה לרעה על התנהלות חיינו מגיע כאשר יש רצון לשינוי. מהות הסליחה היא שחרור עצמי וניתוק כבלים אנרגטיים המוזנים מאנרגיות כעס ואשמה את הסובבים אותנו. דמינו את עצמכם ברגע של כישלון, שנובע מחוסר יכולת שלכם להתגבר על כעס הגורם לקשיים בחיכם. בדקו את התנהלותכם. האם תסריטי האגו מופעלים? האם מאשימים אתם את הסובבים אתכם? כועסים עליהם? וכעת, דמו את עצמכם מגיבים לאותה הסיטואציה בצורה שונה לחלוטין ללא התפרצויות כעס וללא האשמה. כעת ראו את שתי הסיטואציות: האחת מופעלת ע"י השכל והשנייה מאפשרת לרגש מעורבות.

נשאלת השאלה, כיוון שהפער בין הדרך בה אני מגיב ובה אני רוצה להגיב הוא גדול כל כך, איך אני יכול לצמצמו ובו בזמן לצמצם את התנהלות האגו שלי? העבודה עם הרגש צריכה מיומנות. זהו כלי עבודה חדש לרבים מאתנו ולכן העבודה היא סזיזיפית. אני יכול להחליט שלא משנה כמה אני כועס - אני לא ארים את קולי, אמנם עדיין הכעס נמצא בתוכי, עדיין לא התקרבותי לתגובה הנכונה אך זהו הצעד הראשון בדרך שינוי החשיבה מחשיבה הניזונה מאנרגיות שליליות - לחשיבה בונה. הצעדים צריכים להיות קטנים מספיק, כדי שיהיו נוחים לביצוע וגדולים מספיק ליצירת השינוי. לאחר שנעשה הצעד הראשון יש להמשיך הלאה עד שמגיעים למצב בו הראיה הרוחנית משתנה

### מראה מצומצמת לראיה מחודשת

ובכך יכולים אנו להתמיר את אנרגיית הכעס לאנרגיה של שלווה וחמלה, ואת אנרגיית הפחד לאנרגיה של אומץ ושינוי.

## ספר החיים

"כל אדם כותב את סיפור חייו, וכל סיפור הינו יחיד ומיוחד. שילובי הצבעים, הצלילים והמקצבים הכתובים בו, הינם בלעדיים לו ושונים הם מאדם לאדם. יש להתבונן על כבדת דרכו של האדם כעל ספר, שדפיו מדודים מיום היוולדו ועד יום מותו. ספר זה הינו "ספר הזיכרונות" ספר החיים. יש להביט אל תוכו של ספר זה כמו שמתבוננים אל תוך הווייתו של האדם. יש להקפיד ולהתבונן בפרטיו, להביט בכריכתו, לדפדף בין דפיו, לחוש את המילים הכתובות בשורותיו, שהרי כל אות החוברת לאחרת מספרת היא סיפור חיים. לעיתים יהיה צורך "ליישר" את הדפים אשר התקמטו או לאבק את האחרים, לנקותם, לסדרם מחדש ולהזרים אור וצבע אל תוכם, למען נוכל להפנות מבט נוסף ושונה אל עבר תסריטי החיים. לכל אדם סיפור שונה, ריתמוס חיים שונה, וצבעים שונים שיצבעו את חייו."

תובנת "ספר החיים" איננה נוסחת קסם המשכיחה מליבנו זיכרונות מעכבים. אך היא כלי ריפוי מדהים בפשטותו המאפשר **לשכתב** מחדש את העבר. תהליך הריפוי דרך תובנת "ספר החיים" איננו מחיקת זיכרונות מעכבים, אלא ביכולת להתבונן בהם מזווית שונה ורחבה יותר. דבר המאפשר לעבד את הזיכרונות האלו אחרת ולשתול אותם חזרה בתודעתנו, אך הפעם בקרקע החרושה בתובנת ריפוי בוגרת, מודעת וחומלת. אין תובנת "ספר החיים" משנה את המציאות כבמטה קסם, אלא באיטיות עד שרק בפרספקטיבה של זמן אפשר לחוש את הריפוי, כאשר התגובות הרגשיות למצבים מסוימים משתנות.

### שכתוב מחדש של "ספר החיים"

בתהליך של הדמיה [מדיטציה] יש לאחוז ב"ספר החיים" שלך, להתבונן בכל פרט ופרט בו. צבע כריכתו, צבע דפיו, ואפילו צבע הכתב. בצדו האחד של הספר מילים כתובות. כל דף שמלל מצוי בו, נאסף מעברך, אלו סיפורים שצברת לאורך חיך וחוויות שנצטברו בתודעתך. כולם מהווים זיכרונות ילדותך. אלו החומרים שיצרו את האדם שהינך. צדו השני של הספר - דפים לבנים וריקים המשקפים את עתידך. התכנים שנכתבו בעבר חיך הם הכלים שיאפשרו לך לכתוב את עתידך ולהחליט באם ייכתב הוא באותיות שחורות, מרירות וכואבות או באותיות של זהב ברורות ומוארות שאורן יאיר את נתיב הריפוי של חיך? **בחירתך בידיך.**

התחלי לכתוב את שרוצה את לראות בעתיד חיך, את שמתהווה לו נפשך, את חלומותייך.

## ”למרות שאנו שומעים באמצעות האוזניים

את תהליך הבנת המילים משלים הלב” (רבי נחמן מבראסלב)

האוזניים ממלאות תפקיד מכריע בהתפתחות הרוחנית של האדם. מעצם היות מערכת השמע כמו מערכת הראיה, בשליטתנו, יש בידינו את היכולת לווסת את תדרי השמיעה, כלומר "לסנן" את הצלילים, שאינם מתאים לנו. תופעה זו נקראת "שמיעה סלקטיבית", בה בוחרת מחשבת ההיגיון לסנן את המילים המתאימות לה לשמוע. כאשר אדם בוחר פעם אחר פעם להיות בתוך חווית השמיעה הסלקטיבית, מייצר הוא במשך הזמן בעיה פיזית במערכת השמע.

"אוזניו ועיניו של האדם מחוברים לליבו דרך מיתרי הצליל בחוטי חסד ודין. כל חוויה שרואות עיניו של האדם או שומעות אוזניו מועברת תחילה אל הלב [חסד] ורק לאחר מכן מתורגמת לעבר מרכז המחשבות [דין]. "תבונת הלב" היא דרך הראיה והשמיעה המחודשת. בדרך זו לומדים אתם לזהות את מקור האנרגיה המופנה אליכם, לומדים לסנן את רטטי הביקורת ולקבל האמירות ללא שיפוט, כאשר מבינים אתם כי מילה שנאמרת מפעילה היא את חווית הרגש באדם.

הפעלת תהודת המיתרים, תהודת ותדרי הצלילים היוצאים מתוך גרונוכם עוברים את "ערבול" הלב. כל צליל מכיל בתוכו את דרך ההוצאה של החוויות, המצויות בתוככם. החיבור בין העין הרואה, האוזן השומעת והלב המרגיש את החוויות שנחרטו, עוברים דרך תיבת התהודה והיא אשר מוציאה מתוכה את תדרי הצליל, המועברים אל הסובבים בחייכם. ובהעברת התדרים משפיעים אתם על סביבתכם ומזהמים אותה, כאשר תהודת המיתרים עכורה. ומרפאים אותה, כאשר תדרי הצליל הם תדרי אור וחמלה." לכן כדי לאפשר את הצמיחה הרוחנית דרך ההקשבה, מחויבת היא להשתנות מהקשבה לקולו של האגו אל הקשבה לקולו של הלב. יש בנו את היכולת לבחור למי מקולות אלו רוצים אנו להקשיב: לקול האגו או לצלילי הלב.

כאשר חוש השמיעה מכוון בצורה הנכונה יכולה האוזן לפתח מערכת מסננים של חמלה ולסנן בין המילים הנשמעות אם מכוונות הן לפגוע או מכילות הן קריאות מצוקה, אך יותר מכל יש מחויבות בנו להיות קשובים למילים היוצאות מתוכנו, מפני שתהודת הקול שלנו חוצה ביציאתה החוצה את מהווי ליבנו. מפני שבדרך הדיבור אנו מצהירים את האמונות שלנו וחורטים אותן על ליבנו וחריטה זו מהווה פנס מאיר לנתיב בחירתנו."



## המוח כ"מחשב על"

המוח האנושי הינו "מחשב על" רב עוצמה שמהווה דגם לבניית מחשבים. למרות הידע המצוי בנו והיותנו בעידן בו הטכנולוגיה מתפתחת בצעדי ענק, עדין לא הצליחו יוצרי המחשבים לבנות מחשב שעוצמתו מתקרבת דיה לחשיבה האינטואיטיבית של האדם או משתווה לפעולתו. במוח האנושי, כמו במחשב, קיימים "אזורים" בם מאוחסן מאגר הידע. כל ה"אינפורמציה" שהאדם קלט אי פעם בחייו, כל החוויות הגופניות, הרוחניות והנפשיות שצבר מוטבעות במאגרי הזיכרון. במוח האדם האונה השמאלית אחראית על השפה והחשיבה האקלקטית, והאונה הימנית אחראית על הדמיון, היצירתיות, האינטואיציה, רגשות ותת ההכרה של האדם. ב"מחשב האנושי" מצויות תוכנות שונות, חלקן הוטבעו באישיות האדם באופן אוטומטי [כמעט גנטי עם הלידה] אלו הן פעולות הנשימה, תנועת מחזור הדם, קצב פעימות הלב, מנגנון ההפרשות ועוד שחלקן נרכשו בשלב מאוחר יותר בדרך של למידה.

אם נשווה את המוח האנושי למחשב, נראה כי פועל הוא כמערכת בעלת מעגלי "משוב ובקרה" המקבלת מידע שוטף על מצב המערכת ובהתאם לכך קובעת את הדרך שבה תמשיך פעולתה. לדוגמא: אם אדם יכניס את ידו למים רותחים, מערכת הבקרה של הגוף, מערכת העצבים תגרום לו מיד למשוך אותה חזרה כרפלקס מותנה. תורת הבקרה והשליטה נקראת "קיברנטיקה", מקור השם מגיע מהמילה היוונית "קיברניט" שפירושה האיש האוחז בהגה, השולט ומכתיב את מסלול הפעולה. יישום יכולת בקרה זו על המערכת האנושית נקראת "פסיכו - קיברנטיקה" כלומר מתקיים תהליך של שליטה על ביצועי הגוף והנפש באמצעות שליטה במעגלי המשוב שבאדם. שליטה זו יכולה להתקיים רק אם יבין האדם את שפת תוכנת המחשב האנושי - המוח.

המושג "פסיכו - קיברנטיקה" הוטבע לראשונה ע"י ד"ר מקסוול. ממחקרים שנערכו על התנהגות האדם נתגלתה, כי הדרך לתכנת מחדש את מוח האדם נעשית ע"י שימוש בשפת תכנות מסוימת הנקראת - הדמיה מודרכת.

כאשר עושים שימוש ב"דמיון מודרך" אפשר להכתיב למוח, כפי שמכתיבים ליחידת העיבוד המרכזית שבמחשב ה-C.P.U, כל תוכנית אך כדי שהתוכנית תיקלט ותתבצע חייב להתקיים תנאי הכרחי אחד והוא הבאת שני חלקי המוח הימני והשמאלי לחשיבה הרמונית ושיתוף פעולה. ערוץ התקשורת בין החלק הימני של המוח, המייצג את תת ההכרה לבין החלק השמאלי, המייצג את ההכרה, יישאר פתוח לשני הכיוונים.

תהליך זה יכול להתרחש כאשר גלי קצב המוח נמצאים במצב הנקרא קצב "אלפא". בסריקת E.E.G אפשר להבחין בארבעה מקצבים שונים של גלי המוח:

**קצב אלפא** - האופייני לשעת חלום

**קצב ביתא** - האופייני לזמן עיירות

**קצב טיטא** - האופייני לזמן שינה עמוקה

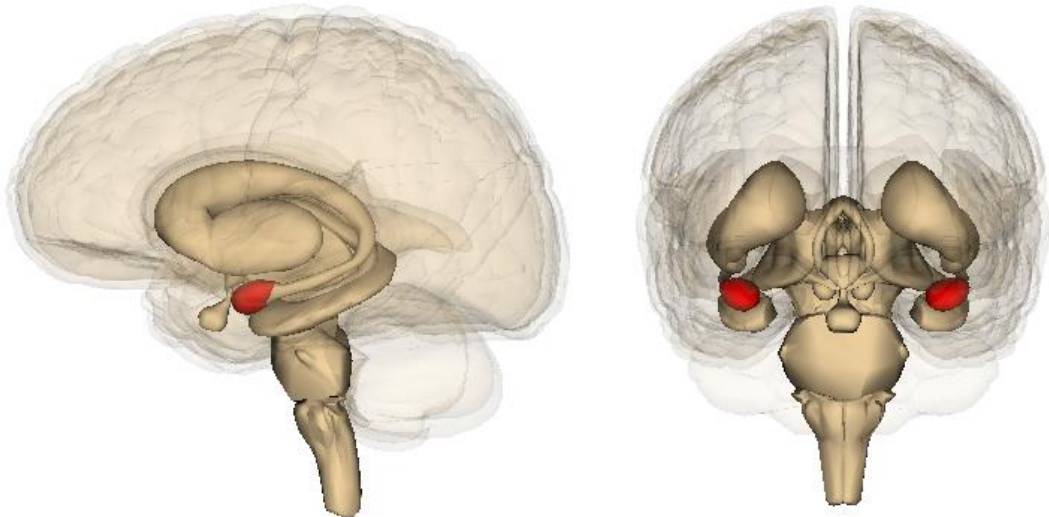
**קצב דלתא** - האופייני למצב היפנוטי או הרדמה מבוקרת בזמן ניתוח.

יש אנשים שתהליך ה"חשיבה ההרמונית" מתקיים אצלם באופן טבעי, אך אצל רוב האוכלוסייה הבוגרת חלקו השמאלי של המוח, הקשור לחשיבה ההגיונית- פעיל יותר מחלקו הימני. ניתן להקנות יכולת קוגניטיבית זו לכל אדם המביאה את שני חלקי המוח לחשיבה מתוכנתת, וכאשר שני חלקי המוח פועלים בסנכרון יש יכולת:  
א- להגביר את כושר הריכוז, להשתחרר מרגשות נגטיביות של חרדות, כעסים פחדים, מדאגנות יתר או מרגשות המשבשות את יכולת התפקוד היום יומית.  
ב- לשפר את שיתוף פעולה עם האנשים הסובבים אותנו: בבית, במשפחה, בחברה וביחסים הבין אישיים.

הדרך ליישום החשיבה ההרמונית נעשית דרך טכניקת ה"דמיון מודרך" אשר מאפשרת לרכוש יכולת חשיבה אינטואיטיבית ולפתוח ערוצי תקשורת חדשים למקורות ידע גלויים וסמויים. כאשר מיישמים את טכניקת החשיבה המתוכנתת, יש לאדם בקרה יעילה על תהליכי חייו.

## התפישה האינטואיטיבית הראשונית - בלוטת השקד

בלוטת השקד (amygdala) המצויה במוחו של האדם, אחראית, שולטת ומעורבת בכל הנוגע לרגשות, פחדים, חוויות וטראומות שחווה האדם במהלך חייו. בלוטה זו היא מעין "מתווך" ומחסן רגשי המכיל פרטים של אפיזודות, טראומות, אהבה, שנאה, והתייחסות לכל רושם וחוויה שנתקלנו בה בעברנו. גדולתה של בלוטת השקד הוא ביכולתה לקלוט גירויים המגיעים מהחושים לפני שהם מגיעים לעיבוד בקליפת המוח (cortex), הופכת אותה לגורם משמעותי לתגובות הקשורות באינטואיציה, בדחפים וביצרים. תיאורית התפישה האינטואיטיבית הראשונית מבוססת על תהליכים פיזיולוגיים הקשורים בתהליכי קליטה ועיבוד נתונים. תיאורית התפישה האינטואיטיבית הראשונית גורסת כי בכל סיטואציה, הגירוי החושי הראשון המתקבל, נקלט ומיד מעובד ב"בלוטת השקד" בטרם יגיע ויעבור עיבוד גם בקליפת המוח. גירוי זה הוא האחראי להבזק האינטואיטיבי. בלוטת השקד "מסועפת ברשת תקשורת" עם כל חלקי המוח, אוספת נתוני זיכרון, של מראות וצלילים וכל אזכור אסוציאטיבי כלשהוא, נקלט ונשמר במאגר הזיכרון. היכולת לאסוף כל כך הרבה מידע בפרק זמן כל כך קצר, היא תמצית היכולת המופלאה של הבריאה האנושית.



## המרכבה

בספר בראשית כתוב :

"וַיִּתְהַלֵּךְ חֲנוּךְ אֶת הָאֱלֹהִים; וַאֲיַנְנֵנוּ, כִּי-לָקַח אֹתוֹ אֱלֹהִים" {ת', כא-כה} .

על פי הכתוב חנוך היה דור שביעי ליצירת האדם מעבר לכך אין מידע נוסף על חנוך. אך בספר חנוך שנמצא במערות קומראן, מסופר בפרוט רב סיפורו של חנוך המלמד את מהות היקום ועל מעבר המימדים שחוה, ועל "כלי האור" שהעבירו בין המימדים. וכך מסופר:

"חנוך אשר לקחו אלוהים מן הארץ, היה שליח מוציא ומביא בין המלאכים השופטים ובין הרפאים הם הנפילים הנשפטים. ויהי היום ותפקחנה עיני חנוך וירא את מעשי המרכבה, ויקרא ה' אל חנוך וילמדהו את משפט הרפאים, כי בטרם ימותו לשחת ורוחם ידון בארץ, היו לרוחות רעות שדים ומזיקים בין בני האדם. ואל בני האדם ציווהו לגלות אוזנם... אח"כ הוליכו המלאכים העליונים את חנוך על פני כל הארץ. וירא גדולות ונצורות בשמים ובארץ ואוריאל הראה לו את הספר על תקופות מאורי השמים ומערכותיהם, וירא גם את לוחות השמים אשר עליהם נחרתו כל מעשי בני האדם עד הדור האחרון. וככלות כל הדברים האלה השיבו המלאכים את חנוך על הארץ לפני פתח ביתו, למען יודיע את כל הדברים האלה לבנו מתושלח. ויכתוב חנוך את כל החזיונות והמראה אשר ראה בספר, וינבא לבניו את אשר יקרה לזרעם באחרית הימים."

במסכת סנהדרין לח ע"ב נקרא חנוך –מטטרון

רכב האור מוזכר גם בספר מלכים פרק ב' בסיפורו של אליהו הנביא.

גם כאן יש התייחסות למעברי המימדים, וכך מסופר: "ויהי בהעלות ה' את אליהו בסערה השמים... ויהי המה ההולכים הלוך ודבר והנה רכב אש וסוסי אש ויפרידו בין שניהם ויעל אליהו בסערה השמים ואלישע רואה..."

סיפור זה על מרכבת האש המגיעה ממרום הבריאה ואוספת את אליהו אל תוכה ומעלה אותו אל עבר יקום אחר, מלמדת כי יכול גוף האדם לשנות דחיסותו האנרגטית, שהרי מצויה בו יכולת ההתמרה למען מעבר המימדים.

## מרכבת האור החדשה "אור הזהב"



"מרכבת האור החדשה" בנויה משבעה מגני דוד, כל מגן דוד בנוי משש צלעות וכל צינור המחבר צלעות אלו מכיל בתוכו שלוש מפתחות ריפוי.

המרכבה בהתניידותה נעה על ציר אנכי בין שני קצוות האנרגיה - בתוך "עמוד האור". בתנועתה זו מלמעלה למטה מאפשרת היא לתהליך התמרת האנרגיה להתקיים, מאנרגיה דחוסה בגוף לאנרגיה מוארת. כאשר "מרכבת האור החדשה" נעה בתוך "עמוד האור" בתנועתה נושקת היא לעשרת הנקודות האנרגטיות המצויות בתוכו – עשרת המרכזים האנרגטיים. בכל נקודת השקה של מרכז אנרגטי זה או אחר, היא נטענת ומטעינה אותו מכוח האינרציה וביחס השוויון.

"עמוד האור" הינו עמוד השדרה האנרגטי של האדם והוא מכיל בתוכו את סלילי ה-D.N.A הרוחני. "מרכבת האור החדשה" מתניידת בתוך סליל זה, נעה בין שני קצוות עמוד האור ובתנועתה מאפשרת היא את הזרמת האנרגיה האלוהית אל תוך הגוף. כל זאת תוך התמרת האנרגיה הדחוסה של הכאוס והפיכתה לאנרגיה מוארת. תפקידה של "מרכבת האור החדשה" לשמר את האיזון באדם, ובתנועתה מפעילה היא כור היתוך פנימי שבו חלקיקי הנשמה מתמזגים לגרעין אחד גדול של עוצמה.

יש חשיבות לכך ש"עמוד האור" יהיה פתוח לזרימת אנרגיה עוצמתית זו, מפני שיכולת הניוד של "מרכבת האור החדשה" בתוך עמוד האור הופכת איטית, חלשה וחסרת אנרגיות להפעלה כאשר נתקלת היא בחסימות אנרגטיות או חסימות רגשיות. זו הסיבה, שיש צורך תמידי לנקות ולשמר את מסלול עבודתה שלא יהיו בו מכשולים.

**ברמה הרוחנית** - כאשר רמת השיפוטיות של האדם מצטמצמת, מתרחב "עמוד האור" ונפתחים המעברים וכאשר נפתחים הם, גדלה כמות האור ויכול הוא להעביר את אנרגיית השפע, מעצם היותו צינור אנרגטי פתוח.

- "עמוד האור" – הציר המרכזי המצוי באדם שקודקודו בעליונים וסופו בתחתונים

"שבעה מגני דוד הצורפים יחד בונים את "מרכבת אור הזהב". כל אחד משבעת מגני דוד בנוי מרשת צינורות אנרגטיים, רשת צירופים אנרגטיים שלכל רשת צפיפות שונה וצירוף שונה, אשר מתייחסים ליכולתו של כל אדם באשר הוא, להכיל את אנרגיית האור. "מרכבת אור הזהב" המצויה בעולם האור הינה אנרגיה רבת עוצמה, אשר דרך הטמעתה מתזכרת את האדם בידע קדום - ידע הריפוי. כאשר שבעת מגני הדוד הצורפים את מהות המרכבה, מאוזנים צינוריות אור זעירות המחוברות אל האנרגיה הקוסמית הגבוהה ומזרימים את אנרגיית האינסוף פנימה, בכך הם מתזכרים את תאי הגוף ביכולת המצויה בהם לרפא ולאזן את עצמם. המרכבה בנויה שבעה מגני דוד וכל מגן דוד בנוי מששת מפתחות הריפוי. בהתניידותה מרכבת האור נעה בין שני קצוות האנרגיה בתוך עמוד האור ומאפשרת את הזרמת האנרגיה האלוהית פנימה, ומאפשרת את הזרמת האנרגיה הדחוסה מהגוף החוצה – מתמירה ומחזירה אל הגוף אנרגיה מוארת."

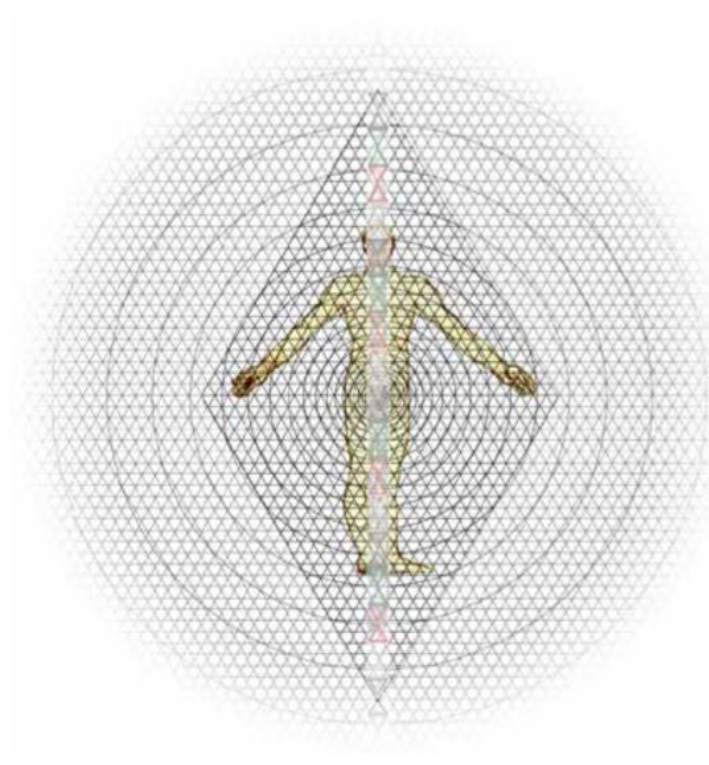
בהטמעתה של מרכבת אור הזהב בתוך הגוף, יש יכולת לחוות את שבעת שלבי ההתפתחות הרוחנית במסעו של הגוף - מסע הטרנספורמציה."

## הזנה אנרגטית

כל יצור חי מחובר לצינור הזנה - צינור ההזנה המיוחס להישרדות הפיזית ונקרא "חוט כסף". האדם שמעצם היותו "בצלם אלוהות" מצוי בו צינור הזנה נוסף שנקרא "חוט הזהב". כל אדם באשר הוא מוטען ומוזן אנרגטית משני צינורות אלו, זה המאמין בכך וגם זה שאינו מאמין. מערכות הזנה אלו ניתנות לוויסות, "מתג הוויסות" מזרים פנימה אל תוך הגוף הפיזי את התובנות הרוחניות כלומר, יש בידינו את יכולת הבחירה לוויסות כמות ההזנה של האנרגיה הארצית [החומר] והאנרגיה האלוהית [הרוח]. חיוו של האדם מתניידים בין אנרגיית החומר ואנרגיית הרוח, ככל שהאדם מוזן יותר מאנרגיית החומר, הוא מתחבר יותר אל הצד הפיזי, ההישרדותי שבו וככל שנמשך הוא אל אנרגיית הרוח, הוא מתחבר אל החלק הרוחני/האלוהי שבו. יש חשיבות עליונה לאיזון אנרגטי בין החומר לרוח. כאשר מנסה האדם להתחבר לסוג אחד של אנרגיה הוא יוצר בתוכו חוסר איזון וכאוס בתוכו, כאוס שייצר חולי. אם יבחר הוא באנרגיית החומר - יאבד את תובנות הרוחניות, ואם יבחר באנרגיית הרוח - יאבד הוא את האחיזה בחומר ולכן יש חשיבות רבה לנושא האיזון..

## הרשתות והשקפים

"מניחים אנו לפניך את מפת גוף האדם. הביטי וראי כי משורטטים בה קווי אורך, קווי רוחב ומעגלים. זוהי מערכת "הרשתות והשקפים", המיוחסת לתובנת הריפוי האנרגטי ונקראת "רפואת תת התדרים" – "רפואת מיתרי הגוף".



תובנת הריפוי מתוך "כרוך בינתך לליבר" מאפשרת לנו לראות, כי בנוי העולם ממערכות מקבילות של רשתות ושקפים ברבדים-רבדים. אם שקף אחד לא יהיה מונח ברובד הנכון, יאבד האיזון בגוף האדם ובמרחב מחייתו, עד אשר יאבד איזונה של כל מערכת היקום.

ידעו זאת חכמי תרבויות קודמות, אך לא הייתה האנושות מספיק מודעת לכך, כי ביכולתם של בני האדם לשנות את תהליך עימוד השקפים במקומם הראשוני ולחברם מחדש.

יש בידינו את הכלים והתובנות לעשות זאת, תוך מחויבות להוריד את חומות ההיגיון וללמוד דרכה של צורת חשיבה שונה, היא "חשיבת הלב". חשיבה המייצרת באדם את האיזון המיוחל תוך פתיחות מחשבתית, רגשית ורוחנית.

יש לראות את מבנה המערך האנרגטי של גוף האדם, ואת צינוריות האור העוברות בין כל תאי גופו. ולהביט כיצד עטופים תאי הגוף במעטפת אור.

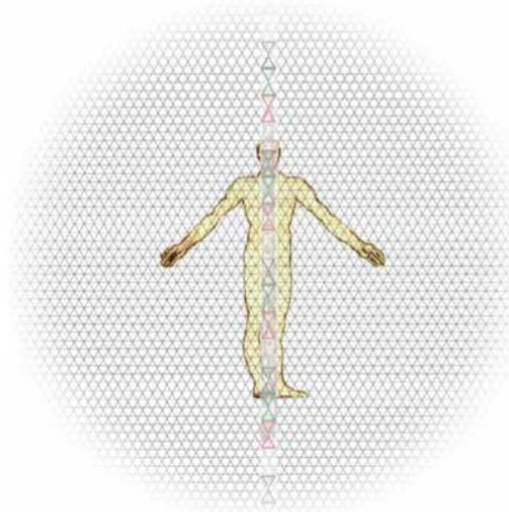
בדרך ההבנה הרוחנית ניתן לחבור אל כל תא ותא מתאי הגוף, עד אחרון התאים, ולמלאם בתכנים, בצבעים, בצירופי אותיות קדושה ו**באמונה**. כל זאת, על מנת שיחברו חוטי התודעה העליונה אל התובנה האנושית הארצית, ויוכלו לחולל בתוכם את עוצמת הריפוי.

**ארבע רשתות עוטפות את מהות האדם:** הרשת הקוסמית, הרשת החברתית (משפחתית), הרשת האישית (הפנימית) ורשת התודעה הפנימית המוגדרת כ"תת רשת".

מצויות רשתות אלו בתוך גוף האדם ומחוצה לו, והן מחברות אותו אל המערך האנרגטי העליון, כמו אל "תחנת כוח גרעינית" והאדם, לא תלוש הוא, לא נפרד הוא או בודד.

## הרשת הראשונה הרשת הקוסמית

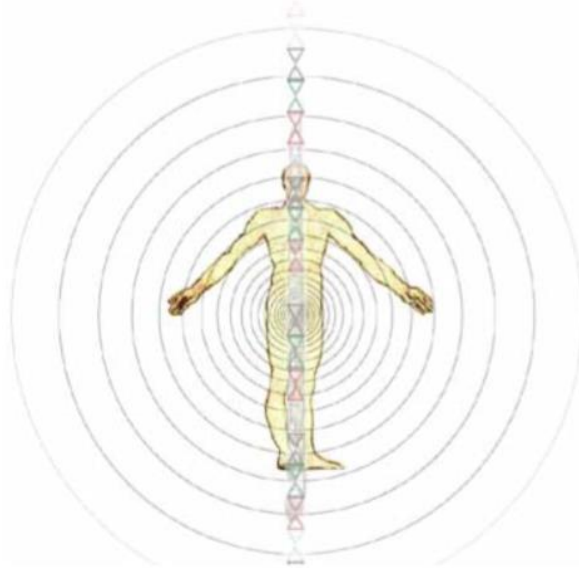
הרשת הראשונה הנגלית מאפשרת להבין, כי הגוף האנרגטי עשוי רשתות המורכבות מחוטי אורך ורוחב, כשעמוד האור המרכזי חוצה אותן, והוא נטען ממאגרי האנרגיה הקוסמיים. כל אדם מחובר לצינור הזנה, דרכו פוסעים מכריו, אשר גם הם מחוברים לצינורות הזנה משלהם. צינורות הזנה אלו מתחברים האחד אל השני ויוצרים את מערך ההזנה האוניברסאלי. כל אדם טווה לעצמו את הרשת הייחודית לו ונפגש הוא, במהלך חייו, עם רשתות האחרים. לעיתים מיתרי הרשתות מוארים, לעיתים עכורים, קרועים או פגועים. והאדם יכול להתחבר אל העכירות באותה המידה ובאותו האופן, שיכול הוא להתחבר אל צינורות ההזנה המוארים. הכרת הקשר בין האינדיבידואל לבין הקוסמוס וההשפעה ההדדית ביניהם מחדדת את ההבנה, כי



לכל אדם יש אפשרות בחירה, והיא זו המשפיעה על המערך האנרגטי האוניברסלי. כאשר לוקח האדם אחריות על חייו ומתקן את הרשתות האנרגטיות שלו, מתאחה גם הרשת האוניברסאלית. גם ההיפך נכון הוא - כאשר נוצרים חורים ברשתות המיקרו באדם, בעקבות מסה אנרגטית שלילית, נוצרים חורים ברשתות המיקרו ונוצרים "בולענים אנרגטיים". תופעה זו יוצרת תנאים למגיפות התוקפות את האנושות. כאשר הרשת הקוסמית נפגעת, מתאפשרת חדירת אנרגיה קטלנית, היכולה להכחיד מסה אנושית. חורים וקרעים מסיביים ברשתות האנרגטיות גורמים באופן עקיף גם לפגיעה בטבע. על האדם לכבד את הטבע המצוי סביבו, שהרי קשורים האדם והטבע במערך אנרגטי עדין עד מאד. חורים הנוצרים מקריעת הרשתות האנרגטיות, שואבים גם את כוח ההתנגדות של האנושות. בידיכם יכולת הכחדה ויכולת שינוי מציאות, מתוך הבנת הצורך בהעלאת התדרים. תהליך זה נקרא: "**רקמת הרשתות האנרגטיות**". בידי האדם נמצא המפתח לשינוי מציאות חייו וליצירת עולם טוב יותר, אך מחויב הוא בעומק ההבנה של החיבור בין המיקרו למקרו. בהבנה, כי כאשר רשתותיו שלו פגומות, משפיעה תופעת מיקרו זו על רשתות הסובבים אותו, ונוצרים מעגלי רשתות פגומים במקרו. רשת פגומה באדם אחד משנה את תדרי הרשתות הקוסמיות, שהרי האדם - עולם ומלואו הוא, וכאשר האדם מקולקל, העולם מקולקל אף הוא. הבנת המשמעות של היות האדם - הבורא והנברא, המושפע והמשפיע, עולם ומלואו - מאפשרת את ההבנה של החשיבות המיוחסת למערך אנרגטי זה. אין ציפייה לכך, שכל ארבע הרשתות האנרגטיות יהיו תקינות ללא "קרעים וקשרים", אך ככל שרמת המודעות גדלה, גדלה גם ההבנה את חשיבות שלמותן של הרשתות ואת תהליך האיחוי, מתוך שאיפה לאיזון ברמה הפיזית, האנרגטית והרוחנית. זיהוי הרשתות הקרועות, איחוי הקרעים והזרמה מחודשת של האור דרכן.

## הרשת השנייה הרשת החברתית

הרשת החברתית, המחברת את האדם אל המקורבים לו, ובה כלולות כל מערכות היחסים. רשת זו הינה חלק ממערך ארבע הרשתות האנרגטיות העוטפות את האדם. מהות האדם מוזנת מתוך הרשתות החברתיות, ולכן יש לה קושי להתקיים ברמה האנרגטית ללא ההזנה המשפחתית. המשפחה הינה מערכת הזנה משותפת, ולה ערך חשוב עד אין קץ. החיבור המשפחתי הינו חוט



אנרגטי רב עוצמה הנקרא "**חבל הטבור**", והוא מחבר אתכם ברשת צינורות של אור אל בני המשפחה.

כאשר אדם אחד מתוך המערך המשפחתי לוקח אחריות ו"מאיר" בעשייתו את כל המרחב המשפחתי, הוא אינו מאפשר לאחרים מרחב פעולה. "שדוני האגו" המצויים בלוקח האחריות מקנים לו תחושה לפיה: "**המשפחה אינה יכולה להתקיים בלעדיו**" מתוך הנחה מוטעית כי עליו נטל המשפחה הגרעינית. כלומר, מעבר לכך שמתנהל הוא כקורבן, הוא עוצר את הזרמת האנרגיה פנימה אל תוך המערך המשפחתי, קושר את החוטים המזינים את המערך המשפחתי ויוצר חוסר איזון אנרגטי, גם אם כוונתו טובה היא.

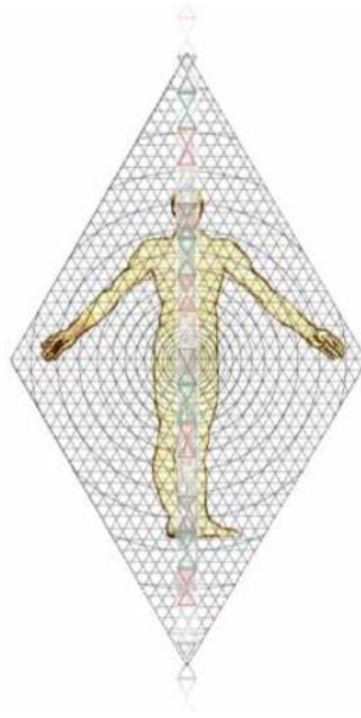
אין באפשרותנו להכניס ידע זה של ריפוי לתבניות הבנה רציונאליות. ולכן אין לאפשר לתחושת הפחד העוטפת אותנו כאשר מתחיל תהליך הבנת מורכבות "הרשת המשפחתית" לחלחל אך תוכנו. אל יהיה בך פחד מלאבד את שאינו משרת יותר את חיך. יש לדעת לוותר על קשרים חברתיים מעכבים, יש לדעת לשחרר מערכות יחסים סבוכות.

אין ספק כי כאוס ישתלט עליך כאשר תחל להבין את מורכבות "הרשת החברתית" ומעצם היכולת להתבונן במעגלי החברים שאספת בחיך. גם הכעס יעלה כאשר תתחיל לבחון את "קשרי המשפחה" שלך. וזאת כי מגיע הזמן לבחון עד כמה האושר או האומללות שלך תלויים בתגובת הסביבה החיצונית.

החיפוש האינסופי אחר אהבה, הערכה חברתית וביטחון סביבתי במקורות אנרגיה שאינם מתוכנו, מזינים אותנו בצמצום. מקור כוחם אינו יכול לספק לנו את צרכינו והופך את חיינו לאכזבה, שהרי מעצם חיפוש מקורות אנרגיה חיצוניים, אנו מתנתקים מהמקור המזין שבתוכנו. חסך אנרגטי זה הינו מקור הסבל בחיינו. זהו בסיס חווית ה"קורבנות" המצויה בנו, ועוצמתה נמדדת בהכרת תבניות החשיבה שהורגלנו בהן.



## הרשת השלישית – הרשת האישית



הרשת הפנימית, האישית, רשת המעוין האנרגטי. רשת זו מחולקת בחלוקה פנימית לשניים: **הרשת העליונה**, הפרושה מעל לראש האדם בגובה "הנפת יד" ופתוחה להזרמת אנרגיה מוארת ואינסופית ממאגרים קוסמיים עליונים, **והרשת התחתונה**, הסופגת את הזרמים האנרגטיים השליליים, הנפלטים מתוכו.

הרשת העליונה מהווה את הנפח האנרגטי העליון של האדם במרחב הקוסמי, כשהידיים משמשות כמדד להיקף מערך אנרגטי זה. הרשת התחתונה מהווה את מרכז הספיגה של הזרמים האנרגטיים, שהאדם אינו יכול לשמר בתוכו, והיא מסננת ומתמירה את האנרגיה. קודקודה נמדד באורך "הנפת יד" ונקרא הוא "נקדת ההזנה" ועומקה נמצא בבטן האדמה, בנקודה שנכנה "נקודת ההתמרה". כאשר אדם ממקם את הסיבות להרגשת ה"קורבנות" שלו מחוץ לעצמו ואינו מודע למסר הפנימי שקורא לו לבחון את התפיסות השגויות - נוצרים "קשרים" ברשת זו.

יש להבין כי מסע פנימה, אל תוך נבכי הנפש, הוא תהליך של כל אדם הבוחר לסיים את פרק ה"קורבנות" בחייו, ומחפש נתיב חדש. זוהי הפניית מבט פנימה בדרך של אומץ, כנות ולקיחת אחריות להבנת הסיבה האמיתית של הקושי. ואין קל הדבר, שהרי קל הרבה יותר להתנהל בדרך ה"קורבנות" למול רשעותו או טיפשותו של מישהו אחר, ולחשוב כי מנצל הוא את טוב לבך. עליך להתיר את ה"קשרים" האנרגטיים ברשת זו, אשר יוצרים את הכעס והבלבול בחיך.

הכעס מבטא את חשיבת ה"אגו" המוטעית האומרת לך, שהאנשים הסובבים אותך צריכים לנהוג על פי דפוסי התנהגות שבחרת. לכן כאשר האדם כועס הוא ינסה בכל כוחו להצדיק את כעסו ו"לשמור על כבודו". זהו מקור אנרגיה מוטעה המזין את אנרגיות הכעס המכלות. **יש לקחת אחריות ולפסוע בנתיב של התנהלות רוחנית בוגרת, על מנת ליצור את הריפוי.**

## הרשת הרביעית – תת הרשת



"תת הרשת", מתייחסת לרבדים העמוקים ביותר של הנשמה ושל מהות בחירותיה. כלומר, מתייחסת היא להבנת התהליך האנרגטי שחווה תת המודע של האדם. זוהי רשת סמויה המצויה במעמקי הנפש, העוטפת רבדים עמוקים של בחירת הנשמה. יש חשיבות לסנכרון בין הרשתות כולן: הקוסמית, החברתית והאישית. אין לצפות לכך שכל הרשתות האנרגטיות תהיינה תקינות וללא "קרעים" או "קשרים", אך ככל שרמת המודעות גדלה, גדלה ההבנה לחשיבות שלמותן של הרשתות ולתהליך איחויין.

חשיפת הרשתות האנרגטיות מאירה את הרבדים האנרגטיים הפנימיים, ומאפשרת את תהליך הריפוי העמוק בדרך ראיה מחודשת, נטולת מסגרות חשיבה ישנות ומעכבות. תהליך איחוי הרשתות קל ופשוט הוא. יש לראות את השקפים והפלחים המצויים בגוף האדם, לזהות את הפרצות או החסימות המצויות במערך הרשתי, ולתקן.

רק עם רשתות שלמות, יתפקד הגוף בצורה מאוזנת יותר ברמה הפיזית, האנרגטית והרוחנית. לעיתים בתהליך ההתבוננות הרוחנית אל תוך "תת הרשת" יתגלה, כי מצויים בתוכה "חורים שחורים". אלו הם "בולענים אנרגטיים" הצבורים במסה של פחדים, כעסים וחסכים רגשיים, המוצפנים בעומק הווייתנו.

אם האדם הגיע למצב בו הגוף הפיזי חש את הכאב, משמע כי התעלם מהסימנים ומהכאב הרגשי, עד כדי כך, שחדר החולי את מערכת הרשתות האנרגטית ופגע ברובד הפיזי. ליכולת לראות את רשתות גופו של האדם יש מטרה כפולה: האחת, לגלות בפניך מימדים נוספים מעבר לראיה המקובעת והשניה, ללמדך את מורכבות האדם.

כאשר מונע האדם על ידי כעסים, הוא מחדיר לתוכו אנרגיה החוסמת בו את מעברי האור. האפלה משתלטת על גופו עד שמתפתח בו חולי פיזי, רגשי ונשמתי. כאשר מבין האדם, שהוא האחראי הבלעדי לתהליכי חייו ולאנרגיה הנאספת אל תוכו, יוכל להבין את חשיבות נתיבי בחירתו. בחייו של אדם מצויים שני נתיבים ראשיים מקבילים: נתיב האור ונתיב החשיכה. האדם, מיום לידתו ועד יום מותו, צועד בין נתיביו לסירוגין, ומצויה בו זכות הבחירה להתנייד ביניהם, ולשנות בחירתו מתוך מודעות.

כאשר בוחר האדם לפסוע בנתיב האפל של חייו, ופוסע הוא בדרך חיים שאינה מכבדת את עצם היותו, הוא מזרים אל גופו אנרגיה שלילית, החוסמת את מעברי האור. הוא איננו מעריך את ייחודה של מתנת החיים שניתנה לו, ומייצר בתוכו חולי. יש להבין, כי הריפוי האנרגטי נעשה על פי רצון הנשמה ובהסכמתה, אך יכולה להתעורר התנגדות של החשיבה ההגיונית.

זהו מאבק המתנהל בין החומר לרוח. בשלב הראשוני של המאבק יכול הגוף הפיזי להגיב בחולי של ניקוי, שהרי מופרים קשרי הגומלין בין המערכות המרכזיות, המרכיבות את גוף האדם. האיזון מופר, ומשתבשת תנועת "מרכבת אור הזהב" בתוכו.

העברתו של ידע זה היא להעיר ולהאיר את תאי הזיכרון הראשוניים, המצויים בתבנית מהות האדם. אלו הם תאי זיכרון ההבראה, שמעצם היות האדם ניצוץ האלוהות, ידע הריפוי מצוי בתוכו.

חמלה היא הדרך אל ההבראה. כאשר אדם חומל לגופו ולנפשו, יכול הוא לחמול גם לסביבתו. אין לראות את תהליכי החיים כמסה אנרגטית של מאבקים אינסופיים, אלא לקבל גם את המכשולים והכישלונות כחלק מאתגרי החיים. לעיתים מושך האדם אל חייו חולי, על מנת לאפשר לעצמו מנוחה, הרפיה ואיבוד השליטה. יש להבין כי הצורך במנוחת הגוף אינו מחייב את האדם המודע לחוות את חווית החולי, אלא לדעת לכבד את שמשדר הגוף. אם מאותת הגוף כי זקוק הוא למנוחה, יש לאפשר לו זאת ולכבד מסריו. כאשר הגוף נח ומרפה שריריו, מאפשר הוא את פתיחת מעברי האור וההטענה האנרגטית המתחדשת. לעיתים הגוף צריך פשוט לנוח.

### **תהליך איחוי הרשתות**

טכניקת איחוי הרשתות הינה קלה להבנה ופשוטה ליישום.

כל שיש לעשות הוא להתבונן אל פנים הגוף בראיה נטולת מסגרות חשיבה ישנות.

רק ראייה מיוחדת זו מאפשרת את ראיית הרשתות האנרגטיות.

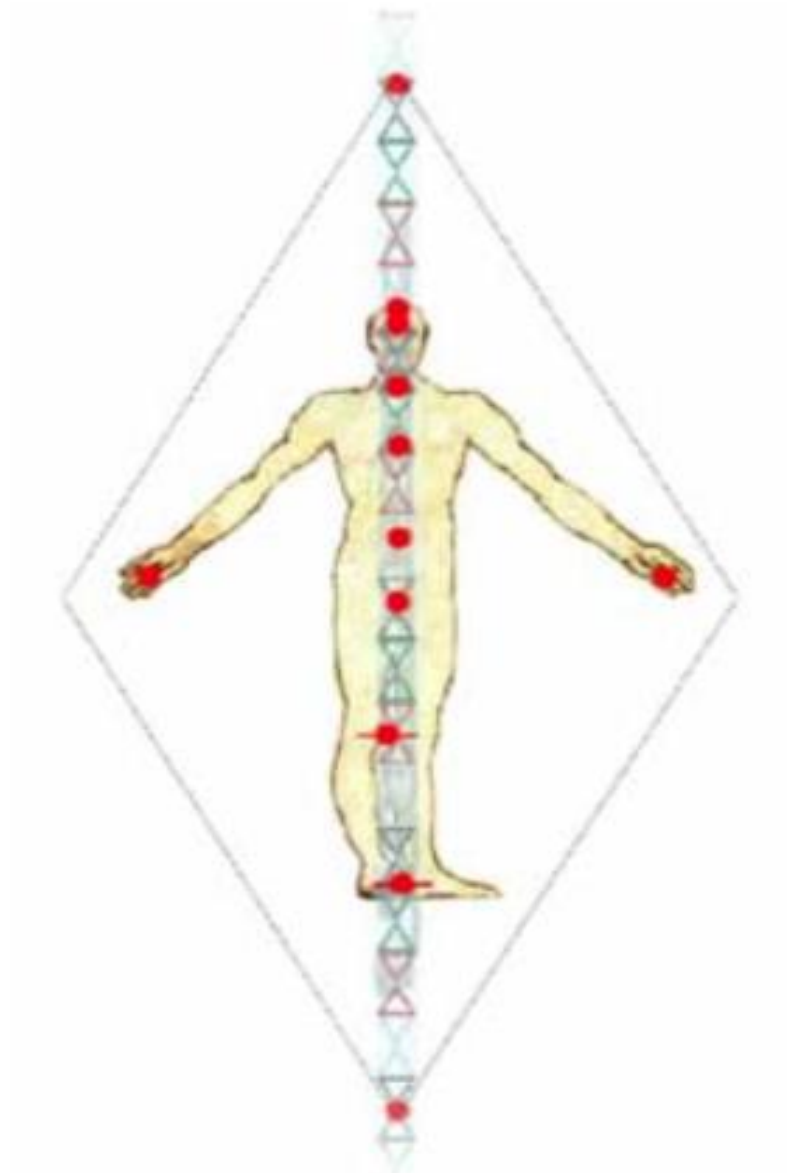
צבעי/ בעיני רוחך את הרשתות.

בתהליך צביעת פנים הגוף, יש יכולת לראות טוב יותר את הרשתות.

כך אפשר לראות היכן האנרגיה עוברת וזורמת והיכן נקטעת ונעצרת.

במקום בו נראות ה"רשתות האנרגטיות" קרועות, כל שיש לעשות הוא לאחות אותן ולרקום אותן מחדש בחוטים דמיוניים שצבעם זהב וכסף.

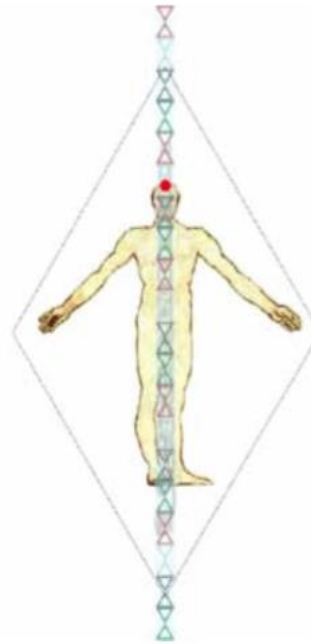
## 12 הנקודות האנרגטיות



## הנקודה הראשונה – "נקודת האצטרובל"

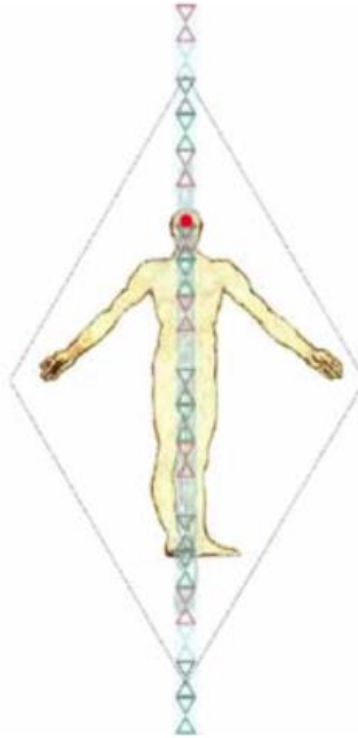
נקודת הטענה אנרגטית, מרכז הידע האינטלקטואלי ומרכז הזיכרון.

"בלוטת האצטרובל" מצויה במרכז המוח בצדו האחורי בין שני צדדיו. **ברובד הפיזי** אחראית על יצור הורמון המלטונין אשר מווסת את השעון הביולוגי ומעכב תהליכי הזדקנות התא. הורמון המלטונין הינו מקבץ תרכובות כימיות, המחזקות את מערכת החיסון עד כדי מניעת מחלות כמו סרטן ומחלות לב.



**ברובד הרוחני** נקודה זו הינה הפתח המרכזי, המחבר את "עמוד האור" האנרגטי של האדם אל מרכזי האור האינסופי. נקודת הטענה אנרגטית זו מצויה במרכז המוח, תפקידה הרוחני לחבר את האדם אל מרכז הידע הקוסמי. בידיה המפתח הפיזי לפתרון מחלות רבות, שהרי היא הידע הקדום והידע העתידי. יש חשיבות מרובה לנקודה אנרגטית זו, מעצם היותה נקודת ההשקה העליונה. רובד תת המודע של נקודה זו ננעל כשנה מיום הלידה הארצית, ובנעילתו סוגר הוא את סודות מעבר הידע, מעצם היות נקודה זו נקודת השקה בין גוף החומר לתודעת הרוח. בהפעלה מבוקרת ונכונה של נקודה זו, יש יכולת לעורר את תאי הזיכרון המצויים בעומק התודעה העתיקה. בתאי זיכרון אלו מצוי הידע העתיק, ומצויים הכלים המאפשרים ריפוי פיזי, רגשי, רוחני ונשמתי כאחד. כל שיש לעשות הוא, להאיר ולהעיר תאי זיכרון אלו, אשר היו בחשיכה עידנים רבים ולתזכרם, כי מצויים בהם הכלים לחדש את תאי הגוף הפיזי בכל רגע נתון. מצויים בהם גם כלי הריפוי, וכל שיש הוא להיות מודע להימצאותה של נקודה זו, המאזכרת את האדם על היותו "ניצוץ אלוהות", שהרי נוצר הוא "בצלם ובדמות" האלוהות. הזרמת אור אל עבר נקודה זו מאפשרת שחרור של חומר כימי בצורה מאוזנת ומבריאה, וכאשר הוא מוזרם בצורה נכונה ומאוזנת, מחדש הוא את פעולת התאים.

## הנקודה השנייה – העיניים, ראי הנשמה

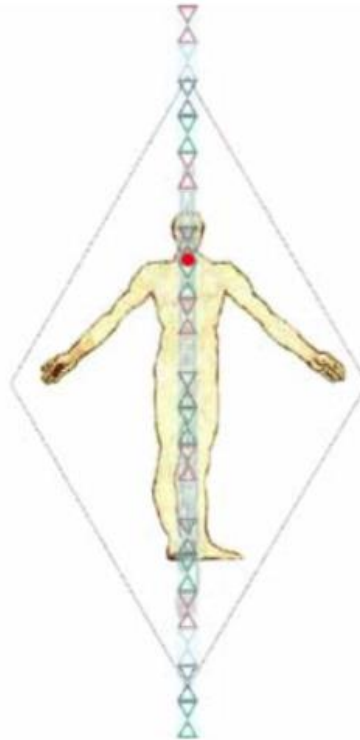


הראיה הינה חוויה, המאפשרת לאדם לחוות את המופלא ביפי הבריאה ברמה החושית והעל חושית. העיניים הן ה"חלונות", דרך מביט האדם על העולם החיצוני ואל עולמו הפנימי. בפניו של האדם ממוקם משולש ראייה: זוג עיניים הנראות ואחת הנסתרת, "העין השלישית". בתהליך הראיה הפיזי, אישון העין מצטמצם ומתרחב כדי לווסת את כמות האור הנכנסת פנימה. ההרחבה והצמצום מאפשרים לעין להתמקד ולראות את מהות הדבר. תהליך "הצמצום וההתרחבות" מיוחס גם לראיה האינטואיטיבית, המאפשרת צמצום תבניות החשיבה ההגיונית והרחבת טווח הראיה - ראייה מרחבית ולא שיפוטית, ראייתה של "העין השלישית".

העיניים ראי הנשמה הן, והנשמה המגיעה אל עולם זה היא אור מוחלט. מגיעה ומסך ראייתה ברור ונקי. גלגל העין בנוי שכבות ורשתות. בכל שכבה ובכל רשת יש שלב התפתחותי רגשי. רשתות העיניים, ככל אברי הגוף, מחוברות במערכת עצבית אל מרכז המוח. מערכת זו תפקידה להעביר אינפורמציה משלב הראיה הפיזי, דרך תרגומו לצבעים ומראות ברמה הרוחנית, ומשם אל עומק הראיה הפנימית, אל "העין השלישית". זוהי הראיה העל חושית, ומשם נמשכת רשת אל עבר בלוטת האצטרובל, המחברת את העברת האינפורמציה אל עבר קשר עם עולמות עליונים והיא היא "עין המימדים". לכל אדם יש טביעת עיניים הייחודית לו שהרי טביעת הנשמה היא, ונאספים בזיכרון הנשמתי חוויות גלגולי חיו, ונשארים הם כחותם הנשמה, העובר ממחזור חיים אחד למשנהו. הראיה הפיזית והראיה הרוחנית אחת הן. במשך עידינים, פעלו בני האנוש לסגור את מרחב הראיה הרוחנית ואכן הצליחו בכך. אך לעיתים, ראייתכם סלקטיבית היא ובוחרת לראות את שרוצה ההיגיון, את התסריטים אותם הוא בונה, ולא את המציאות כפי שהיא. כל פגיעה פיזית בגופו של האדם סימן אזהרה הוא, ולכן יש לבחון ברמה האנרגטית - מדוע יש בו צורך לפרוץ את מערך ההגנה. כאשר פוגע האדם בעיניו, כמו פוגע הוא ברובד נשמתו שהרי נאמר, כי העין ראי הנשמה היא וכאשר נפצעת העין, נפצעת הנשמה. ראייה חדה מקבילה לרמה גבוהה של מודעות כלומר, מחברת היא בין שלושת מוקדי הראיה: הפיזית, האינטואיטיבית והרוחנית.

כאשר אדם אינו מוכן לראות ולעכל את המתקיים במיימד שבו הוא נמצא, יש פגיעה פיזית בעיניו. כאשר לאדם יש דלקות עיניים החוזרות ונשנות, קיימת בעיה אנרגטית במסכי ראייתו. דלקות העיניים מלוות באדמומיות ולחץ על רשתות העיניים, כמו חוסמות את מעבר האור ויוצרות לחץ על הרשתות. דלקות המלוות במוגלה מלמדות, כי המוגלה שנוצרת מסתירה את מסך הראיה, כמו אינה מאפשרת למציאות להתגלות בפניו במתכוון. לכן, דלקות חוזרות ונשנות הן איתות ראשוני לכך, שהדרך בה צועד האדם אינה נכונה לו, ויש צורך כי יכיר בקיומם של נתיבים נוספים. מתוך ההבנה כי כל חולי וכאב משויכים למערכת ההתראה האנרגטית המצויה באדם, יש לראות כל פגיעה ופציעה בעינו של אדם, כבאה לפקוח את עיניו לראות את שמסתיר הוא מעצמו. רשתות העיניים מתכהות במשך מחזור החיים הנוכחי בלבד, לכן תהליך הריפוי הפיזי חובר אל התהליך האנרגטי. ראייה ברמה רוחנית הינה מבט פנימה אל תוך נבכי הנפש להכרת פנים האדם, על מנת שיוכל להסית את מסכי הראיה המקובעים בתבניות ההיגיון. יש בידי האדם היכולת לנקות את מסך הערפל, להבריא ולחדד ראייתו, למען יוכל לראות את ייעודו ואת התהליך שירדה נשמתו לעבור בשלב זה, בו האנושות חווה את מעברי תדריה. מחויבים אתם במחזור חיים זה, לקשר בין מהות הראיה הפיזית לראיה הרוחנית. מחויבים אתם בפעם הזאת, לעמוד למול אמת חייכם ולראות את נתיב האמת. עליכם להקשיב לצו נשמתכם ולא לקול ההיגיון המנחה אתכם. לכל אדם יש את היכולת לראות את נתיב האור, וגם אם יסטה הוא מפעם לפעם ויבחר בנתיבי החשיכה, יוכל הוא, אם רק יחפוץ בכך, לחזור לנתיב האור.

## הנקודה השלישית – "נקודת המחבר"



זוהי נקודת הגמישות הרוחנית של האדם, המאפשרת את הפעלת ציר תנועת הראש לזווית רחבה וגמישה יותר. זהו המקום הצר ביותר בגוף האדם, והוא מכיל בתוכו את שלושת צינורות החיים: הוושט, קנה הנשימה וכלי הדם הראשיים. צינורות אלו - תפקידם להזין את הגוף בשלוש רמות: פיזית, רוחנית ונישמתית.

"נקודת המחבר" מחברת בין הראש לגוף וחשובה היא עד מאד, שהרי מחברת היא בין מחשבת ההיגיון לרגש, בין האמוציות לתת מודע. בתחילת הדרך נושאת נקודה זו את האדם בגמישות מרבית, אך עומס החיים, לעיתים, גורם לו לאדם להטות ראשו מטה, ומבטו מופנה אל נתיבי הקושי, הנקרים בדרכו. לכן, כאשר צוברת נקודה זו במהלך החיים זיכרונות של קושי ומכאוב, היא הופכת לרגישה ופגיעה. כאשר היא אינה חסומה, אינה מקובעת בקשיחותה אלא מאוזנת, יכול האדם להפנות מבטו מעלה אל עבר האור.

יש יכולת להכיר את אישיות האדם על פי עורפו: אם כפוף הוא או ישר, אם שפוף הוא או נושא ראשו בגאון, אם קשה עורף הוא או עורפו גמיש. יש משמעות רבה לדרך בה נושא האדם את ראשו, כי משויכת היא לדרך התנהלות חייו, ונקודה זו הינה הציר המאפשר לאדם גמישות אנרגטית, מחשבתית, רגשית ורוחנית.

אנשים הסובלים מבעיות בחוליות הצוואר - האין מרמז קושי זה על חוסר פתיחות וחוסר בגמישות אנרגטית באישיותם?

תינוק שאך נולד, אינו נושא הוא ראשו, אינו יכול לאחזו יציב, שהרי חופשי הוא מחשיבה מקבעת, מחוקים ומאיסורים שיוצר לעצמו האדם במשך התבגרותו.



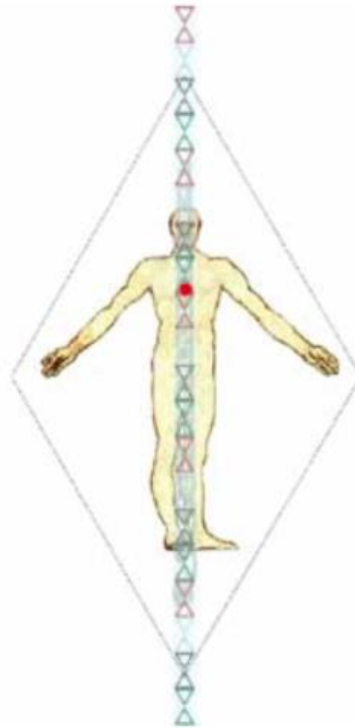
אדם הבוגר בשנותיו, כיצד נושא הוא עורפו? האם נוקשה הוא ומקובע? האם כפוף הוא מנטל השנים?

האם מודע הוא לכך, כי קשיות עורפו ושפיפותו אינן מאפשרות את זרימתה התקנית של האנרגיה המוארת אל הגוף? האם מודע הוא לכך, כי שפיפות עורפית זו יוצרת בו עיכובים וחסיונות? האם מודע הוא לכך, כי כאשר נושא הוא ראשו בגאון אזי "עמוד האור" שלו יציב, מעברי האנרגיה שלו פתוחים, ויכול הוא להכיל את מהות תהליכי חייו? הביטי בדרך בה נושא האדם ראשו על צווארו, ודעי מהלכי חייו. "נקודת המחבר" אוספת בתוכה את שלושת צינורות ההזנה: **הוושט** – תפקידו חשוב לאין ערוך. הוא זה המעביר את אנרגיית החומר אל הגוף, והוא מקיים את התהליך הראשוני של הזרמת המזון הפיזי, שהוא כה חיוני לאדם. כמו כן מבצע הוא את תחילתו של תהליך העיכול (יש חשיבות מרובה לדרך בה האדם אוכל: אם ברוגע או במהירות, אם לועס הוא את מזונו או ממהר לבלוע, וחשוב מכל - האם מעכל הוא נכון את מזונו ללא צריבות או כיבים, שהרי מלמד הדבר על מידת הרצינות בה מתייחס האדם אל מהות ההזנה החומרית במהלך חייו).

**קנה הנשימה** – מה יש לומר בו, שהרי כל העולם כולו נברא בנשימה, בנשימתו של האלוהים. **כלי הדם הראשיים** - מעבירים ומחברים את האנרגיה הפנימית, המקשרת ומאזנת בין יכולת ההכלה ויכולת ההתמרה של האדם, ובו בזמן מתייחסת לקול הפנימי והחיצוני שבתוכו. כאשר יתקיים וויסות של סוג ההזנה שמקבל הגוף ברמה הפיזית וברמה הרוחנית, מעברי האנרגיה הפנימיים יהיו נקיים, ובניקיונם יאפשרו זרימה של אנרגיה נקייה ומוארת אל מרכז המחשבות וממנו.

- הנשימה היא דרכו של הגוף לשאוף אוויר ולהוציאו, היא דרכו של הגוף לשמר את החיים. נשימה שאינה מודעת ואינה נכונה - היא מהות החולי.

## הנקודה הרביעית – נקודת ההבנה



נקודת ההבנה חולשת על אזור ההבנה הרגשית והרוחנית של האדם, ומכתיבה את איכות חייו.

גוף האדם בנוי מרשתות אורך ומרשתות רוחב פיזיות ורגשיות וכל קרע או חסימה, אפילו בחיבור אחד שלכאורה נראה שאינו משמעותי, משפיע על כל מערך הרשתות בגוף. מכך ניתן להבין את חשיבותה של הרשת המשמרת את מערך הלב.

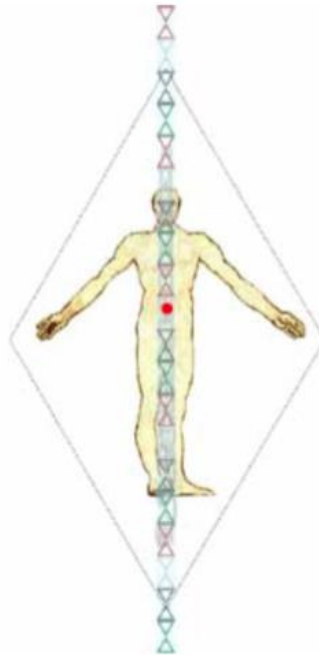
נקודה זו אשר חולשת על קצב החיים, מוגנת על ידי רשת נוספת אשר תפקידה להגן על הלב. כאשר יוצר האדם חומה סביב ליבו - נקודה זו נחסמת וחוסמת רגשותיו. הפחדים, העצבות ופגיעות רגשיות גורמים לליקוי אנרגטי של הלב, שהרי כאשר נוצרת חומה סביב ליבו של האדם, נחסמים מעברי האור.

רשת זו נחסמת מדרך התנהלות חיינו אנו סוגרים את מעברי האור, ויוצרים חסימות בתוך הרשתות העדינות. כעס, פגיעה וכאב רגשי מצמצמים את רוחבו של צינור האור ואת כמות האור המוזרמת מנקודת ההבנה, נקודת הלב, אל עבר תאי ההיגיון. בצמצומה, כמות החושך גדלה ומפעילה זיכרונות ותסריטים, היוצרים זרם של אנרגיה שלילית וכעושה. הרשתות נחסמות והופכות עכורות. האנרגיה נתקעת במעברים, לא מצליחה לחדור פנימה ויוצרת חסימות וחולי לבבי.

**רק כאשר ידע האדם להעריך את מהות חייו,**

**לכבד את רגשותיו ולתת לחשיבת הרגש מקום בחייו - יבריא.**

## הנקודה החמישית – "נקודת ההישרדות הרגשית"



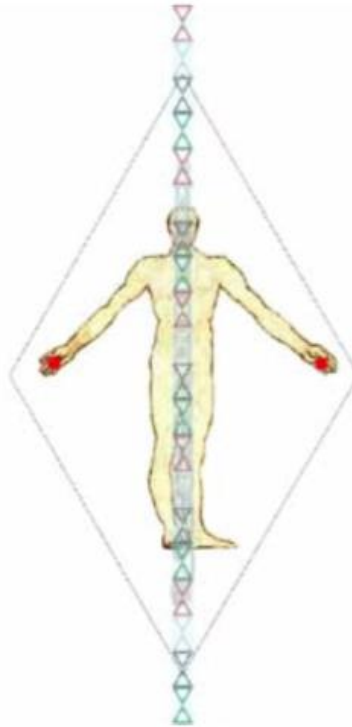
נקודה זו ממוקמת מתחת ל"נקודת הלב", באזור המכיל את מערכות המסננים של הגוף. הכבד, הלב, הטחול, הכליות והמעיים הינם מסננים שמטרתם לטהר את מערכות הגוף, הן ברמה הפיזית והן ברמה האנרגטית. זהו האזור בו מעובדת אנרגיית ההזנה של הגוף, ולכן יש חשיבות לחומרים המוכנסים אליו פנימה, ויש חשיבות לתהליך הפיזור וההפצה שלהם בתוך הגוף. כאשר מערכת ההזנה הפיזית אינה תקינה, החומרים המוכנסים אל "מחסני האגירה" אינם תקינים והם, בחוסר תקינותם, יוצרים חסימות במסנני הגוף וגורמים לחולי. תזונה קלוקלת ולא מאוזנת גורמת לגוף הפיזי לצבור רעלים בתוכו, והחוקים הנוקשים שאתם מתעטפים בהם, מובילים את הגוף האנרגטי למצב של חשיכה. הם גם גורמים לאנרגיה רעילה לפעול בתוך אותם חללים אנרגטיים, שאמורים לייצר את האנרגיה האקטיבית. כאשר כיסי חשיכה משתלטים על אזור זה, גורמים הם בצורה לא מבוקרת לשיבוש מערך האיזון האנרגטי. נקודת ההישרדות הרגשית מאגדת בתוכה את הרגשות החיוביים והשליליים המצויים באדם, ומשפיעים רבות על איכות חייו.

לעיתים הרגשות השליליים מבטאים כעס, המונע בכוח ה"אגו", והוא זה המתעתע בנו ומשכנע אותנו, כי האושר או האומללות שלנו מוזנים מהסובבים אותנו. אדם כועס שולל מעצמו כל גישה אל יכולת שיפוט מוארת ומרחבית.

יש בנו הרואים באנרגיית הכעס רגש מלא עוצמה, וכאשר אנו מביעים כעס, מצויה בנו אשליית הכוח. יש החושבים, כי לכעס סגולות של טיהור המחשבה וכי רצוי להוציאו, כמו היה הוא גז שיכול להתאדות, ויש הרואים בכעס ביטוי מובהק של איבוד שליטה.

הכעס במבנהו האנרגטי הינו כרפש בוצי המצטבר בתחתית הנפש. ככל שתבחשו בו, תיבחש נפשכם עד עכירות מרעילה, ולא יתמוסס הוא. אך אם תכירו בהימצאותו, ותדעו לפנות את הרפש, רובד אחר רובד בחמלה, תוכלו לו. אם תנסו לעקרו מהווייתכם, ייפערו בורות עמוקים עד שלא תתאפשר בכם ההארה

## הנקודה השישית והנקודה השביעית – "נקודות הכוח"



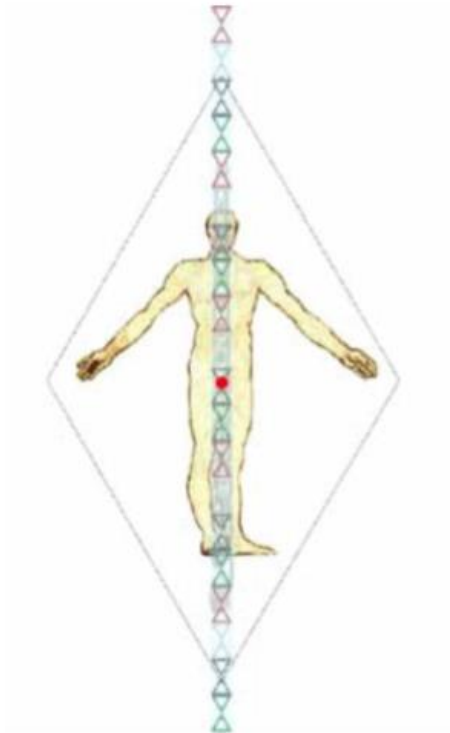
בכל אדם מצויה היכולת לעורר, בעזרת ידיו, את כוח הבריאה. ידיים מגלות תמיד את רגשותיו הפנימיים של האדם, ובדרך תנועתן הן מבטאות את הפן הגשמי והרוחני שבו. **ברמה הארצית** מבטאות הידיים את יכולתו של האדם לספק את צרכיו הפיזיים – "יגע ועמל כפיים" **ברמה הרוחנית** מתפקדות הידיים בדרך הדומה לכנפיים, הן מחוברות לגוף בדיוק מול הריאות, מקבילות למיקום כנפיה של ציפור, כמו מאפשרות הן לאדם לנסוק ולהתרומם, גם כאשר מצוי הוא בתהומות הכאוס. תפקידן הרוחני של הידיים הוא להעצים את איסוף האנרגיות ממעל. הן משמשות מעין "אנטנות" לקליטה משופרת ובכך מסמלות, יותר מכל איברי הגוף, את הקשר הפיזי לעולמות העל. דרך הידיים מתאפשרת משיכת אנרגיית השפע, והאדם יכול להכיל שפע וברכות של מעלה בתוכו. יש בידיה של האדם את היכולת לחבר את העוצמה הפיזית לעוצמה הרוחנית. יכול הוא ליצור את מציאות חייו בדרך ההכרה בשפע המצוי ביקום, ובהבנה כי יש ביכולתו לאספו ולהפיק את המרב מעוצמת הכוח שניתנה לו.

מעצם היות הידיים מדד להולכת אנרגיה, טווח המרחב האנרגטי של האדם נמדד כאשר פורש הוא זרועותיו לצדדים, ויוצר את מבנה "המעוין האנרגטי".

**כ"ח פרקי הידיים מקבילים לכ"ח פרקי הבריאה המראים**, כי בשתי ידיו של האדם מצויה היכולת ליצור את בריאת העולם כולו, בריאת חייו. כפות הידיים הן מפות עולמו, מראות הן את הפוטנציאל הטמון בו, ומראות לו את הדרך ליישום.

**יד ימין** מייצגת את הפוטנציאל, את הנקודה הגבוהה ביותר אליה שואף האדם להגיע. **יד שמאל** מייצגת את אנרגיית היישום, את גבול יכולת האדם לנהל חייו בדרך שיפוט ה"אגו", ולהכיר בדרך שיפוט החמלה. השילוב בין הימין לשמאל הוא שילוב בין הכרת הפוטנציאל לבין יכולת היישום המקורית, המוטבעת במפת חייו של האדם. שילוב כפות הידיים הינו שילוב כוחות הפוטנציאל והיישום, הבונים את ה"כח" המניע של האדם. זהו חיבור בין מעלה למטה, המאפשר יצירת מערך אנרגטי רשתי תקין לקבלת השפע, הטמעתו, התמרתו והפצתו.

## הנקודה השמינית – נקודת "מפעל החיים"

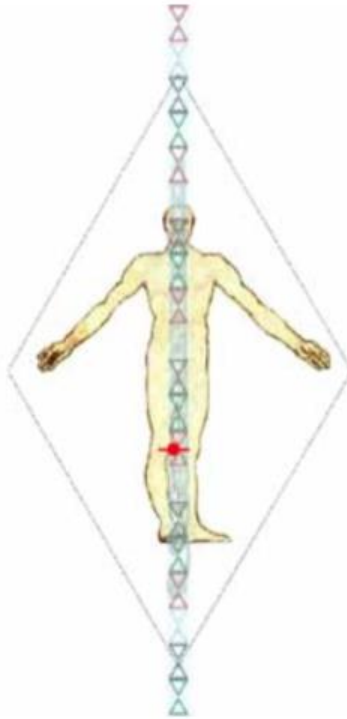


לעיתים קשה לו לאדם להיכנס פנימה אל תוכו ולראות את הגורמים לחסימת מעברי האנרגיה שבו, אך כאשר יאפשר הוא לעצמו להוריד את מחסומי הפחד, יוכל להתמקד בנקודה זו, שהרי "נקודת מפעל החיים" הינה הנקודה המאגדת בתוכה את המידע הגנטי.

נקודה זו מיוחסת לכל המידע שנשמת האדם מביאה איתה מגלגולים קודמים, ולכל החוויות העתידיות, שתחווה בגלגול חיים זה. זוהי נקודת הוויטאליות של האדם. זהו מקור הכוח ההישרדותי, ומכאן יש חשיבות מרובה לשמירת האיזון בנקודת "מפעל החיים".

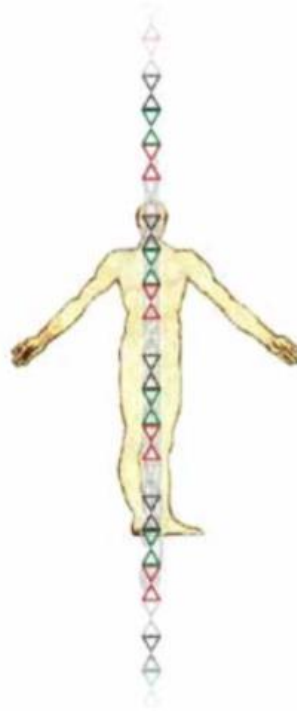
**בידיכם האחריות לשמר נקודה אנרגטית זו, ובאחריותכם לוודא שדרך פעולתה תהיה תקינה.** צבעה אדום כצבע הדם הזורם בעורקיו של האדם והיא המייצרת את אש החיים כאשר אינה חסומה. כאשר היא נחסמת - מרכז חלוקת תאי הדם שבה אינו מאוזן, עד כדי חולי. יש חשיבות למעבר חופשי של "מרכבת אור הזהב" באזור זה, על מנת שיתקיים תהליך ההתמרה ויופעל זיק אנרגיית החיים בתאי הדם, למען תהיה חלוקת כל תאי הגוף תקינה, ולמען יופעל תמיד ניצוץ החיים.

## הנקודה התשיעית – "נקודת הגמישות"



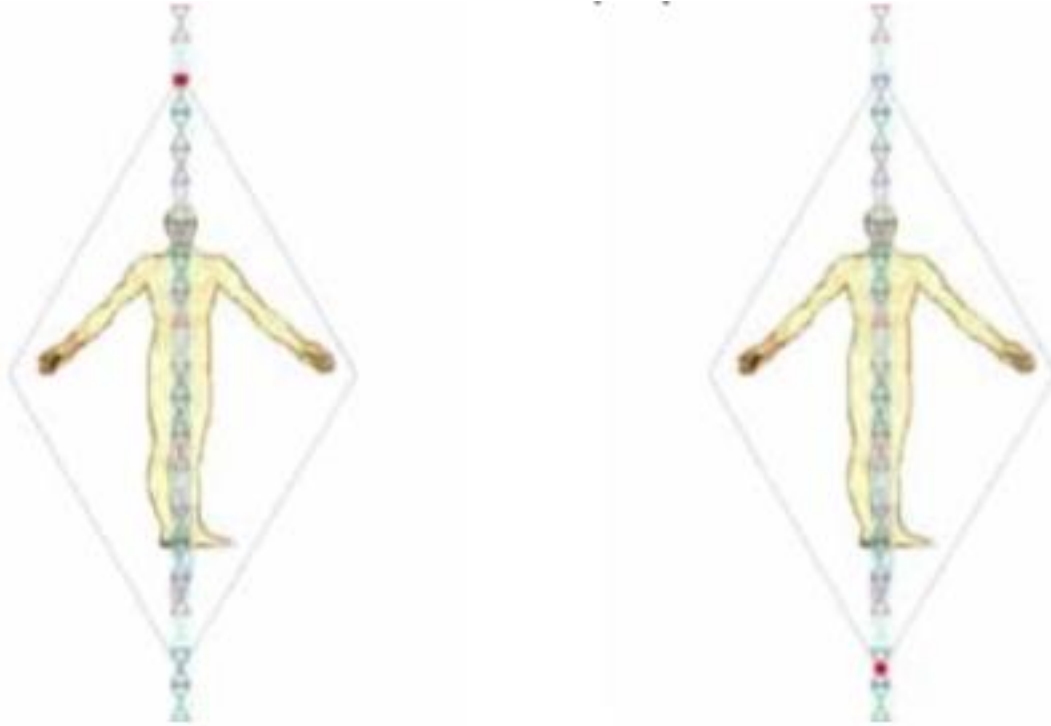
הברכיים הן מרכז הגמישות התנועתית של האדם. כאשר מתקבע הוא בדעותיו ומתעקש על דרכו, מתקבעת גם צעידתו, וכאשר לומד הוא להגמיש רעיונותיו למציאות, ולא מנסה להגמיש את המציאות לרעיונותיו, ברכיו הופכות מסוגלות לשאת משקלו האנרגטי. "נקודת הגמישות" האנרגטית מבדילה את האדם מיצורים חיים אחרים המתחברים לצרכים הפיזיים בלבד, ואין בהם את רובד הפחד כפי שחווה האדם. הרגליים הן האיבר המצעיד את האדם אל עבר המטרה, אך הברכיים מגמישות או מקשות עבורו את הדרך. הן מניעות את הגוף קדימה בצעידתו, והן מכילות בתוכן את המילה ברכה. כאשר האדם מבין ברמה האנרגטית את המסע של חייו, כאשר הוא רואה את הדרך ולא רק את המטרה, דרכו מבורכת וברכיו נעות בגמישות. כך יקבל ההולך את ברכת הדרך. כאשר ידע האדם לכבד את כוחות הטבע העוברים מעליו ולכרוע ברך למולם - ישרוד, וכאשר יעמוד ה"אגו" מול כוחות אלו וינסה כוחו למולם - יחליש הוא את גופו.

## הנקודה העשירית – "נקודת הקרקוע"



נקודת הקרקוע מצויה במרכז כפות הרגליים. היא נקודת ההשקה התחתונה אשר מחברת את האדם אל האדמה. זו נקודת ההטענה של אנרגיית היין - אנרגיית הקבלה, הספיגה וההכלה והיא המקבילה לנקודת "בלוטת האצטרובל", המטעינה את אנרגיית היאנג. במרכז כפות הרגליים מצוי מרכז "ההרקה וההתמרה", אשר דרכו מוזרמות האנרגיות השליליות מהגוף אל עבר האדמה. כפות הרגליים הן הבסיס עליו עומד גופכם. הרגליים הן עמודי התמיכה ואמצעי הניווט העיקרי, ולכן יש חשיבות פיזית ואנרגטית לאופן צעידת האדם במשעולי חייו. כאשר נקודת הקרקוע חסומה: ברמה הפיזית - נוצרות בעיות בזרימת הדם ונוצר קושי בהליכה. ברמה האנרגטית - נוצר פחד לנוע עם השינויים והתהליכים בחיים.

## נקודות אחת עשרה ושתיים עשרה – "ההזנה וההתמרה"



**נקודת ההזנה** - נקודה המחוברת אל האנרגיה הקוסמית הגבוהה, המזינה.  
**נקודת ההתמרה** - נקודה המחוברת אל אנרגיית "אמא אדמה", החומלת.  
 על מנת שהאנרגיה הקוסמית תוכל לזרום בין האדם לאדמה ובתוכו בצורה מאוזנת, מודעת ומובנית, יש להזרים את "מרכבת אור הזהב" בין עשרת המרכזים מתוך קודקודי השדה המגנטי, מנקודת ההזנה לנקודת ההתמרה.  
 תנועת האנרגיה הינה בתוך "עמוד האור", שעובר מן מהקודקוד העליון של המעוין ועד לקודקודו התחתון בתנועה ספיראלית.  
 זהו תהליך של התמרת אנרגיה ושינוי תדרים במעבר מאנרגיות של פחד לאנרגיות של דחף, ומקושי לשי.  
 אנרגיות כאוטיות העוברות דרך מסנני הנקודות האנרגטיות בתוך הגוף, מותמרות בנקודת ההתמרה וחוזרות כאנרגיות בונות ומחזקות אל עבר הגוף במעגליות אינסופיות.  
 יש חשיבות מרובה לכך ש"עמוד האור האנרגטי" יהיה פתוח ומואר מהנקודה העליונה, "בלוטת האצטרובל", ועד הנקודה התחתונה, "נקודת הקרקוע". יש חשיבות גדולה במעבר פתוח ללא חסימות.



## ”אם אתה מאמין שאפשר לקלקל האמן שאפשר גם לתקן

גופך הוא ביטוי של מחשבתך” [הכיסא הריק]

### משמעות החולי מנקודת מבט רוחנית

במהותנו אנו ישות רוחנית הנתונה בגוף גשמי, ולא ישות גשמית בעלת נשמה. הבחנה חשובה זו, בראייתנו את עצמנו, היא יסוד מנחה בהבנת האנטומיה הרוחנית, ידיעת הדרך בה מורכב גוף האדם וההקשרים בין חלקיו, מספקת תמונה כללית על מקומו של כל איבר ואיבר והדרך שבה האיברים מתייחסים זה לזה.

אנסה לייצר רשימה של חלקי הגוף השונים ותסמיני החולי. אך יוצאת אני מנקודת הנחה, כי כל תסמין בודד הינו חלק מתהליך אחד גדול של השלם, שהרי במציאות, החלוקה הזו אינה קיימת כיוון שהאדם הינו שלמות אחת ואין יכולת להתבונן בו כאוסף של איברים בודדים. כל החלקים קשורים זה לזה מפני שכל התסמינים הם התבטאות של בעיה אחת, השוני ביניהם הוא אך ורק ברמה של התפתחות החולי.

גוף האדם הוא "מכונת על" וקיימת בו "תוכנה", המאפשרת הימנעות מחולי ומחלוקה מעוותת של תאי הגוף. תוכנה זו נמצאת בידי האדם, והיא כוח המחשבה המאפשר לו לבחור את נתיב חייו, ליצור מציאות חדשה ולהביא לגופו בריאות. אם ניתנה לאדם בחירה בחולי, ניתנה לו גם הדרך להבראה.

הסקירה הרוחנית של גוף האדם הפיזי מתחילה מתוך חטאו של האדם הראשון, המייצג את תכונות היסוד של האדם ומשליך לתחלואיו.

כותב רבי נחמן בספרו אנטומיה של הנשמה:

”שלוש התשוקות הראשונות של האדם הן לאושר, לתענוג מיני ולמזון. התשוקה לעושר היא בור ללא תחתית שההיחלצות ממנו קשה במיוחד והתשוקה המינית אף היא ניסיון עצום שהאדם נתקל בו שוב ושוב במהלך חייו. אולם, התשוקה לאוכל היא התאוה העיקרית, שהרי המזון הוא המספק לאדם את הכוח לו הוא זקוק כדי לעסוק ביתר מאווי, ולא ניתן להתעלם ממנו לחלוטין. יתר על כן, האדם רוצה לאכול מיד עם כניסתו לעולם. האהבה, הפחד, הסבלנות והענווה, הדחף להצליח או הדחף לריכוז עוצמה, הקנאה, הכעס, היוהרה וכל יתר היצרים של האדם מתגלים בשלבים הראשונים בחייו.

ישנן תכונות המתפתחות בילדותו, אחרות בשנות בגרותו, ותכונות נוספות – כאשר הוא בוגר. אולם הצורך הגופני באכילה, בעיכול ובהפרשת פסולת מתחיל מעת לידתו.

תחזוקה ראויה של המערכת העיכול חשובה ביותר לצמיחתו הגופנית של האדם ולשלומו. כיוון שהגוף מקביל לנשמה, שלומו של הגוף מעיד על מידה דומה של בריאות בנשמה. הקשר המתואם בין הגוף לנשמה מתאפשר רק באמצעות אכילה. ולכן כשגורש האדם הראשון מגן עדן, הוטל עליו עונשו **בזעת אפיק תאכל לחם**. האכילה היא חובת קיומו הארצית ובו בזמן חובת ההתעלות הרוחנית.”

”בגוף האדם ישנם 248 אברים, המקבילים ל- רמ"ח מצוות "עשה" שבתורה ו-365 גידים, שרירים, עורקים, ורידים וכו' המקבילים ל- שס"ה מצוות "לא תעשה". הגוף זקוק לאבריו כדי לפעול. לכן יש הקבלה בין מצוות "עשה" ובין מערכת השלד והשרירים וכן להיפך, איסורי התורה מקבילים לרקמות ולמערכות הגוף המחזוריות, שהרי הדם נושא עמו את כל התשוקות והתאוות עליהן צריך להתגבר, כדי לטפח את הרוחניות בקיום האנושי" [מתוך הספר אנטומיה של הנשמה].

## איברי הגוף

### גוף ונשמה

אחד הצעדים הראשונים שיש לנקוט כדי להגביר את המודעות לחשיבות הרוחנית של האנטומיה האנושית, הוא להכיר תחילה את גודלה של הנשמה ולמוד כיצד מתייחסת היא אל הגוף. נשמת האדם מתוארת בספר הזוהר כמרוממת מעל הגוף, ורק חלקה הנמוך ביותר של הנשמה "תואם" את גוף החומר. נשמת האדם נשארה ישות רוחנית, אך "גוף האור" התעבה והפך ל-"גוף העור", מערך של רקמות ומסכים העוטפים ומסתירים את הנשמה. מהות תמציתו של האדם היא נשמתו, וקיימת התנגשות מתמדת בין צרכיו ורצונותיו של הגוף לבין כמיהת הנשמה. התנגשות זו, כאשר אינה מובנת לאדם, יוצרת חולי בתוך אבריו.

### מערכת העיכול

תובנת האנטומיה הרוחנית תתחיל במערכת העיכול. האברים העומדים בבסיסן של תכונות היסוד באדם. תחזוקה ראויה של מערכת העיכול חשובה ביותר לבריאותו הגופנית של האדם ולשלומו. כיוון שהגוף מקביל לנשמה, שלומו של הגוף מעיד על בריאות הנשמה. הקשר המתואם בין הגוף לנשמה מתאפשר רק באמצעות אכילה, כיוון שצריך להזין את הגוף כדי שימשיך להתקיים. נשמה אינה זקוקה למזון גשמי.

### פה

הפה מהווה את שער הכניסה של המזון אל הגוף. המזון נטחן על ידי השיניים ואז נשלח דרך הוושט לקיבה כדי שיתעכל. ברמה הרוחנית משמש הפה כשער להגנת האדם ולהדרכתו בין להיות חיה או בין אנוש, שהרי הפה משמש בשני תפקידים משמעותיים: דיבור ואכילה. כל מה שאתה מזין את גופך ברמה הרוחנית, קשור למחשבות הנישאות בתוכך. בעיות המתפתחות בפה מלמדות על חוסר יכולת להכניס פנימה רעיונות והתרשמויות חדשות [קושי לטעום טעמים אחרים]. **שיניים וחניכיים** – לאדם בוגר ישנן שלושים ושתיים שיניים, המסייעות לו בטחינת המזון ובחיתוך המילים בדיבורו. [המקבילה לשלושים ושתיים השיניים היא המילה כבוד, שערכה המספרי הוא 32, לסמן בכך שהפה הוא המכונן יחס של כבוד כלפי האחרים בדיבור ובאכילה]. מצב השיניים שלנו מראה על יכולתנו להתמודד עם החיים, הם מראים על יכולתנו לעמוד על עקרונותינו, להתמודד עם דברים ולדעת לפלס את דרכנו. לכן חריקת שיניים או שחיקתם תוך כדי שינה, מצביעים על אלימות מודחקת שמקורה בחוסר תקווה, ומתבטאים רק כשהאדם נרדם. וכפי שהחניכיים הינם בסיס לשיניים, כך אמונה בחיים וביטחון עצמי הם בסיס ליכולת להתמודד ולהגיע לידי מימוש. בעיות באזור החניכיים מצביעות על קשיים בתחומים אלו וחוסר אומץ "לרסק אגוז קשה".

### גרון

רבים סובלים מהקושי לבטא את עצמם ולהביע באופן ברור את אשר הם חושבים, מרגישים ומאמינים, אנשים אלה סובלים לעיתים רבות מבעיות גרון כגון: דלקת מקומית או התקררות זמנית, דלקת כרונית, או במקרים חריגים מבעיות בבלוטת התריס או מסרטן בגרון, יש בתוכם קול שרוצה להביע את עצמו, אך קול אחר דואג להשתיק אותם ואת הרצונות הפנימיים שלהם.

**בלוטת התריס (בלוטת התירואיד)** - נקראת גם בלוטת המגן. תפקידה הוא הפרשת הורמונים תירוקסין (4T) ותריודוטריונין (3T) המשפיעים על קצב המטבוליזם, על איזון רמות הסיידן והיוד בגוף. כמו כן יש לה השפעה רבה על קצב הגדילה והתפקוד של מערכות הגוף. בלוטת המגן אמורה לפעול כל הזמן ללא עליות וירידות.

יתר פעילות של בלוטת תריס - סימפטומים נפוצים: דופק מהיר, לחץ דם גבוה, רגישות לחום, הזעה מופרזת, ירידה במשקל, עצבנות, היפראקטיביות, רעידות בגוף והפרעות בקצב הלב. תת פעילות של בלוטת התריס - הגורם הוא בעיה בבלוטת התריס עצמה, אשר אינה מסוגלת להפריש הורמונים בכמות המספקת. סימפטומים: עייפות, אי סבילות לקור, דיכאון וכאבי מפרקים. הגרון הוא ציר המעבר, אשר דרכו נכנסים אל גופנו האוויר אותו אנו נושמים והאוכל אשר מזין אותנו [רוח וחומר]. כמו כן בגרון פועל מערכת הדיבור [מיתרי הקול] המאפשרת לנו לבטא את עצמנו. בעיות המתפתחות בגרון נובעות מחוסר רצון או חוסר יכולת "לבלוע". ולכן לרוב בעיות בגרון קשורות בצורה זו או אחרת לפחדים.

לדוגמא:

צרידות - כאשר אדם הופך להיות צרוד, הוא "נאלץ" להימנע מתקשורת/עימותים עם אנשים אחרים. הדבר יכול לנבוע מהפחד שדעתך תידחה. הצרידות הינה סימן ללמדך להביע את אשר על ליבך ללא כעס ובדרך רהוטה, שהרי הבעיות שלך בעולם החיצוני הן למעשה רק ביטוי למאבק פנימי בתוכך. קשיים בבליעה - כאשר הוושט אינה מתפקדת [מחלת האכלזיה] מראה הדבר כי האדם לכוד בגרונו וכי יש בו קושי להזין את עצמו [הן ברמה הפיזית והן ברמה הרוחנית] קושי בבליעה אמור להעלות בך את השאלה מהו הדבר שאתה לא יכול לבצע או לא יכול "לבלוע" [תחושת גוש בגרון]. בדוק מה הופך להיות יותר מידי עבורך ואל תכריח את עצמך להמשיך בזה רק מפני שאחרים מצפים זאת ממך.

## קיבה

הקיבה קולטת בתוכה את המזון שאנו אוכלים, היא איבר העיכול המרכזי. האכילה היא צורך אנושי יסודי, היא הפעולה הבסיסית הקושרת בין גוף ונשמה. תפקידה של הקיבה, לאחר שקיבלה את המזון הלעוס, לאחסן אותו ולפרק אותו ואז להעבירו למעינים. לכן קשורה לקליטה ועיקול של רשמים, תוך גישה של פתיחות, קבלה והתמסרות. ומכאן שמחלות המתפתחות בקיבה מקורן בחוסר אמונה וקבלה עצמית, קושי לקבל את רגשותיך.

אולקוס קיבתי - מתרחש כאשר אדם לא יכול לנווט החוצה את רגשותיו [הלא מאוזנים] ומפנה אותם כלפי עצמו. זהו מצב של הרס עצמי, כיוון שהקיבה מתחילה להתעכל על ידי מיצי העיכול של עצמה.

בחילות והקאות - בחילה מסמלת תמיד דחייה של הגוף, משהו שקשה לעכלו.

הקאה - מונעת מהגוף להכניס אל תוכו את הדבר הגורם לתחושת הבחילה.

במצבים אלו נוזל הקיבה הופך לחומצי מאד, ובצורה לא מודעת מנסה להיפטר מהתחושות הנ"ל.

אחד מהשלבים החיוניים ביותר לגוף הוא תהליך הסרת הפסולת מתוכו. ישנן חמש מערכות בסיסיות המטפלות במשימה של טיהור הגוף:

הזעה המופרשת דרך **העור**,

**הריאות** המסננות ופולטות את דו תחמוצת הפחמן,

**הכבד**, **כיס המרה** ו**הטחול** המעבדים חומרים מזינים ומסננים את הדם,

**הכליות** המסננות ופולטות נוזלים,

**המעי הגס** המפריש פסולת מוצקה.

## מעיים

המעיים מקבלים את המזון הלעוס והמפורק אל תוכם. תפקידם לחלקו בין כל אברי הגוף. דלקות מעיים - מצביעות על מתח פנימי הנובע מכך שהאדם אינו מאפשר לעצמו להתפתח ואינו מאפשר לתחושות ורגשות מהעבר להשתחרר, גם כשהוא מודע לכך שאינם משרתים אותו יותר. טחורים - מסמלים עקשנות רבה וקושי בלוותר. שלשול - קשור לרוב בתחושת פחד, "עשה במכנסיו", מלחנות חוויות חדשות מבלי לשחרר את העבר. הקושי לאפשר להתרשמויות חדשות לעבור דרכך מבלי "לעכל" אותן. עצירות - זוהי הקרנה ברורה של בעיות פסיכולוגיות ברמה הפיזית. לעיתים קרובות יש קשר ישיר בין עצירות לקמצנות ורצון "להחזיק" דברים [בדרך כלל דברים גשמיים]. אך גם רעיונות ישנים.

## דם

הדם הוא נוזל החיים, הוא נשאב על ידי הלב דרך רשת סבוכה ביותר של עורקים וורידים. לזרימת הדם יש שתי מטרות ראשיות: להעביר חמצן ומזון לשרירים ולרקמות בכל רחבי הגוף ולהוציא דו תחמוצת הפחמן ושאר חומרי פסולת, כדי לשחרר את הגוף מהחומרים הרעילים הנצברים בו. הדם מזרים את אנרגיית החיים בגוף. לכן כאשר אדם סובל מבעיות בדם הדבר מצביע על כך שאין זרימה תקינה של אנרגיית החיים. אנמיה - מציינת חוסר שמחה, חולשה וגישה חסרת תנועה לחיים. חסימת עורקים - מבטאת התנגדות, חוסר גמישות, מתח, נוקשות וצרות אופקים. לחץ דם גבוה - נוצר כאשר האדם אינו מצליח לבטא את רגשותיו ומחשבותיו לאורך זמן רב, דבר זה גורם לו להיות במצב מתמיד של לחץ. לחץ דם נמוך - מצביע על כך שהאדם מנסה להימנע מלהתמודד עם בעיות. אדם חסר אנרגיה חיונית וכושר עמידה. סתימת כלי דם - זהו סימן ברור שחייך אינם זורמים מספיק והתוצאה היא הקפאה. מצב זה נובע ממידה מסוימת של חוסר גמישות. גישתך, דעותיך, רעיונותיך ועורקיך התאבנו.

## כבד, כיס מרה וטחול

אלו האברים המסננים את הזוהמה בגוף. הכבד וכיס המרה הינם חלקים בלתי נפרדים ממערכת העיכול ואילו הטחול ממלא תפקיד של סינון במערכת הלימפטית ובמחזור הדם. הכבד האיבר הגדול ביותר בגוף ומונח בחלקו הימני של חלל הבטן. הוא מפיק ומווסת חומרים כימיים לצרכי הגוף, ומנטרל רעלים ופסולת. הוא מייצר חלבונים ומעבד פחמימות על ידי הפיכתן לגלוקוזה, כדי לספק לגוף אנרגיה. האנזימים שבכבד מנקים את הדם מחיידקים ומנטרלים רעלים שחדרו לגוף. אם נספק לכבד תזונה פיזית ורוחנית נאותה, ישמש כסן ראשי לטיהור המערכת כולה. כאשר ההזנה אינה טובה, יחזיר הכבד לגוף את הרעלים שבסופו של דבר פועלים כנגד בריאותו. כאשר יש בעיות בכבד יש לשאול את עצמך אם מידת השיפוט שלך נכונה ומאפשרת מדידה טובה של התנהלותך במצבים מסוימים או שמא אתה מרעיל את עצמך. כיס המרה הוא שקיק קטן, דמוי אגס, הנסמך אל הכבד. המרה חיונית לעיכול ופירוק שומנים, ולנטרול חומציות. לכן הבעיות הקשורות לכיס המרה תמיד היו בעיות של תוקפנות. לעיתים תהיה התוקפנות עצורה וחוסמת מעברי אנרגיה ולעיתים תהיה מתפרצת ואלימה כלפי חוץ. אבנים בכיס מרה - מראים כי התסמינים הנ"ל התפתחו לשלב גבוה יותר. הטחול - נחשב לחלק מהמערכת הלימפטית. תפקידו העיקרי לסנן את זרימת הדם, לפנות מהגוף כדוריות אדומות ולבנות שחוקות וחלקיקי חיידקים לא רצויים. על פי המסורת קשור הטחול בעצבות עמוקה. ככל שהאדם עצוב יותר, כך פועלת אישיותו מכוח האינרציה אל תוך העצבות והאדישות המביאים לדיכאון.

**\*שלושת איברים אלו, שהם שותפים פעילים בטיהור הגוף, מהווים את הקשר של האדם עם גמישותו הרוחנית.**

## כליות

כמו כל האיברים המסודרים בזוגות, הכליות קשורות לרעיון השותפות. לכל אדם ישנן כליות ימנית וכלית שמאלית. הרפואה אינה יודעת להסביר מדוע נדרשות שתי כליות, מפני שהאדם יכול לחיות עם כלית אחת בלבד. אבל ברמה הרוחנית הכליות מצביעות על חופש הבחירה של האדם בין טוב ורע.

הכליות מייצגות את הקשר של האדם אל הסובבים אותו. יש לכליות קשר עם השלמה, מוסר [מוסר כליות] וחיים הרמוניים. כאשר יש בעיה עם הכליות יש לבחון אם אתה משליך את חסרונותיך על אנשים אחרים, דבר הגורם לך להיות רגיש יותר ומאוכזב לעיתים קרובות, מתוסכל וביקורתי כלפי אחרים.

החשש הוא שבהשלכת בעיותיך על האחרים, במקום לפתור אותם בעצמך, "ירעיל" הדבר את גופך הרגשי, ממש כמו שגופך הפיזי יורעל אם הכליות לא יפרישו בצורה תקינה את הרעלים מן הגוף. פעילותן הפיזית של הכליות [טיהור של רעלים וחומרי פסולת מהגוף] מתרחשת בעיקר בשעות הלילה, בעת מנוחת האדם. "...אברך את ה' אשר יעצני, אף כליות יסרוני כליותי" [תה' טו, ז']

אבנים בכליות - נוצרים כתוצאה מתוקפנות והאשמת האחר ביחסי השיתוף שלך. קרוב לוודאי שאתה נצמד בצורה עיקשת למחשבות שליליות, המפריעות לזרימה הטבעית של התפתחותך. התנוונות הכליות - אם לא נוצרה בך ההבנה והמודעות לחשיבות השיתוף וההשלמה בחיך, סביר להניח שהגעת לשלב אחרון. כעת השותף החדש שלך הוא הדיאליזה - המכונה לניקוי הדם שלך. זהו שלב שבו אינך יכול להתרחק מ"השותף" החדש שלך, שתפקידו לסנן את הרעלים מתוך גופך. דלקת של שלפוחית השתן - החומרים המופרשים על ידי הכליות מועברים לשלפוחית השתן, שם הם ממתינים להוצאה החוצה, כאשר נבנה לחץ מספיק על השלפוחית. במקרה של דלקת בשלפוחית השתן, שלב הפרשת השתן כרוך בכאב.

ברמה הפיזית זוהי דלקת לכל דבר, שיש לטפל בה בהתאם.

ברמה הרוחנית מראה הדבר שיש קושי בשלב האחרון של שחרור הפסולת הרעילה של "מוסר הכליות" מתוך פחד.

## עור

העור הוא האיבר המקיף את גופנו, הוא הגבול בין הפנים והחוץ. הוא אשר בא במגע ישיר עם העולם החיצון ולכן מסמל את הגבול ביננו לבין האחרים. המרקם החיצוני של העור אומר רבות על ההתנהלות הפנימית של האדם.

את גבולות העור אפשר לפרוץ משני הכיוונים: מבפנים על ידי פריחה או פצעים, ומבחוץ על ידי פציעת העור.

מאחר והעור מסמל את גבול האדם, כאשר יש בעיות בעור על האדם לבחון כיצד הוא מגדיר את עצמו, ומה גבולותיו ומדוע גופו מרגיש צורך לפרוץ גבולות אלו.

עור רגיש - אנשים בעלי רגישות יתר סובלים לעיתים קרובות מ"עור רגיש" המגיב בפריחה אדומה בעור. דבר זה מראה כי אתה חש מאויים בתוך הגבולות שקבעת לעצמך, אך חוסר הביטחון שלך גורם לך לדכא תחושותיך והם מתבטאים בפריחה על העור.

מורסות - כאשר מתפרצים פצעים מוגלתיים מתוך הגוף מראה הדבר כי אתה סובל מעימות פנימי שלא מצליח להשתחרר ברמה הרגשית ולכן הוא פורץ ברמה הפיזית בכאב.

אסטמה של העור/אקזמה - כאשר העור מפתח אקזמה סימן הדבר הוא שרגש תת הכרתי מציק לך במשך זמן לא מועט ואינו מאפשר לך להמשיך להתעלם ממנו. כאשר תלמד לקבל רגש זה, ולהציפו ולהתמודד איתו בצורה מודעת - יחל העור להתרפא.

שלבוקת חוגרת [הרפס זוסטר] - מצביעה על מתח פנימי שנמשך זמן רב ומלווה בחוסר ודאות וחוסר החלטה. הכאב המלווה את התופעה נובע מתוקפנות שלא ניתנה לה אפשרות להתבטא ולצאת וכעת היא יוצרת נזק לאיברי הגוף.

ספחת / פסוריאזיס - הספחת היא מאין חליפת שריון המולבשת על אנשים רגישים במיוחד, עד כדי כך ששום דבר לא יכול לחדור [מבפנים החוצה ומן החוץ פנימה] את "שריון הקשקשים" הזה. הספחת מצביעה על שאיפה לקרבה, אולם בו בזמן יש באדם חשש גדול מיחסים קרובים מידי. הסדקים והפצעים שעל האור מצביעים על כך שאתה חייב "לפתוח" את עצמך, גם אם משמעות הדבר להיות במצב פגיע ולחשוף את עצמך לחיים בכל צורה שאתה נתקל בהם.

## הראש

המוח הינו האיבר המורכב ביותר בגוף האדם. הוא פועל כמו יחידת עיבוד מרכזית של מחשב על. הוא קולט בהתמדה מידע מאברי הגוף ומתאם את הפעילות ביניהם. בנוסף מאחסן הוא כל פיסת מידע העובר דרכו - בזיכרון. כל אדם, ולא משנה מהי מידת ביטחונו, מתמודד עם ספקות. שכלו של האדם לא מסוגל תמיד "לראות" מעבר לסערות החיים ולא תמיד יכול להיחלץ מסבך הבעיות. לעיתים יבלבל האדם בין חוסר היכולת הזה לבין אשמה או האשמה.

## דיכאון

דיכאון הינו מצב של דיכוי תחושות של האשמה ואשמה, או צורה של התנגדות פנימית לקבלת אחריות היכולה להגיע עד מצב של רצון לוותר על החיים. אלו מצבים הדורשים התערבות תרופתית. אך דיכאון יכול להתרחש גם כאשר אדם נכנס לשלב חדש בחייו ויש בו פחד וקשיי הסתגלות לשינויים. יש לבחון את תחושות האשמה והפחד הצפות באדם ברמת התת מודע, וללמדו לדעת לאזן את עצמו ולאפשר לו להבין כי כל "מתנה" שהחיים מניחים בפתח חייו, הינה הזדמנות מאתגרת לבחון, ללא פחד או האשמה, את נתיבי חייו.

## כאב

חוש המישוש קיים בכול גופנו ותחושת הכאב קשורה לחוש זה. רגישות גשמית זו חיונית לנו, שהרי מעוררת היא את המודעות שלנו, כאשר גופינו חווה פגיעה. חתך, כווייה ועוד. כאב הוא תמיד הפסקה בזרימה התקינה של החיים. לעיתים הוא תוצאה של רגשות לוחצים. האזור בו האדם חש כאב מסמל היבט פנימי כלשהו שבו האדם חש כבול ולא חופשי. כאשר מגיע הכאב יש לתת לו את מלוא תשומת הלב, להתעמק בו ולקבלו עד שיעלם, ואז יש להפנות את תשומת הלב להיבטים הפסיכולוגיים, אותם סימל הכאב.

## כאבי ראש

המוח מתחלק בחלוקה ראשונית לשניים: החלק הימני שולט בד"כ על היכולות של החלק השמאלי של הגוף והוא "נוגע" בתחומים של יצירתיות, אינטואיציה ותפיסה מרחבית החלק השמאלי של המוח, השולט על החצי הימני של הגוף, קשור לתכונות של היגיון, כושר אנליטי וחשיבה מסודרת, אינטליגנציה, שפה ומתמטיקה. לכן כאשר מתפתח חולי באיבר זה בגוף, ננסה לבחון את ה"סיבות" האנרגטיות לכך. יש לצאת מנקודת הנחה כי כל חולי המתבטא בגוף הפיזי, עבר את מסכי הגופים האנרגטיים, כשהאדם קיבל לא מעט איתותי הזהרה, המתייחסים לחוסר האיזון בדרך התנהלותו: כאבי ראש, אחת הבעיות הרפואיות השכיחות בעולם. זו אינה מחלה בפני עצמה, אלא סימפטומים לבעיות שונות המתרחשות בגוף. טיפול בסימפטום יסייע להקל בכאב הפיזי, אך לא יפתור את שורש הבעיה. קיימים סוגים שונים של כאבי ראש: כאב ראש נובע בד"כ מעודף מתח, כגון: דאגנות יתר ועודף מחשבות. כאב ראש בגלל חרדה או דכאון התקפי מיגרנה נובעים מהתנגדות לזרימת החיים, ונוצרים עקב המתח המתפתח בין החלק ההגיוני באדם והדחפים הטבעיים שלו.

## עיניים

העיניים הן החלונות אל העולם וראי נפש האדם. הן מקבלות רשמים ופולטות החוצה את תוצאות העיבוד של רשמים אלו. כאשר אדם סובל מבעיות עיניים יש לשאול מהם "הדברים" שאינו רוצה לראות, ולכן עוצם את עיניו אליהם.

יש על האדם להביט פנימה אל תוכו לפני שהוא מפנה מבטו אל העולם החיצון לו, על מנת לגבש גישה שונה להתבוננות שלו אל העולם.

בעיות בעיניים נמדדות במספר פרמטרים, כשכל חולי מפנה את התבונה לרובד מסויים של התבוננות האדם על תהליכי חייו.

עיוורון: הינו הצורה הקיצונית ביותר של חוסר "רצון" של הנשמה לראות. קיצוניות זו מובילה את האדם להביט פנימה אל תוך עצמו, תוך הגברת ה"שימוש" ופיתוח החושים האחרים. {רובד תבונה זה אינו מתייחס לעיוורון מולד}

עיוורון צבעים: עולמו של עיוור הצבעים הוא כולו אפור. אם אדם אינו מסוגל לראות את מגוון הצבעים שבעולם, עליו להביט על ההיבטים האחרים ה"צבעוניים" של החיים כמו שמחה והנאות.

גלאוקומה: גלאוקומה היא תוצאה של הגברת הלחץ בתוך העין, דבר הנובע מלחץ פנימי מתמשך בגלל דמעות שלא שוחררו ורגשות שנפגעו. במחלת הגלאוקומה "מצטמצם" שדה הראיה של האדם והוא יכול לקלוט רק חלק קטן מהם. דבר המתאים לסוג המחשבות שהאדם "תפוס" בהם.

קוצר ראייה: זוהי מחלה סובייקטיבית בה האדם מסתכל על כל דבר רק מנקודת המבט שלו. הראיה המוגבלת שהאדם יצר לעצמו מראה שדרך ההתבוננות שלו מצומצמת וקצרת מרחק ואינו מביט הוא על הסביבה העוטפת אותו.

## השמיעה ההרחה והטעימה

האוזניים, האף והגרונן קשורים קשר הדוק זה לזה בפיזיולוגיה האנושית. תעלת האוזן קשורה לחלל האף, ויש מעברים בין האוזניים לגרון המחובר לחלל החזה. גם בתורת הקבלה קיים קשר הדוק בין האוזן, האף וחלל הפה.

## אוזניים

ההצהרה היסודית ביותר של אמונתנו נפתחת במילה "שמע". האוזן ממלאת תפקיד מכריע בהתפתחותו הרוחנית של האדם. "תפקידה" של האוזן הוא לשמוע את שנאמר "אין אמר דברים בלי נשמע קולם" {תה' יט' ד'}. מילים הנאמרות אינן נחשבות דיבור אם אין מי "ששומע" אותן. כלומר: כדי לצמוח מבחינה רוחנית לא די להימנע מלהקשיב ללשון הרע או לצורת דיבור פוגעת, צריך לבחור למי ולמה להקשיב.

מערכת השמע הינה אחת ממערכות התקשורת בין העולם הפנימי לעולם החיצון. לכן כאשר מתפתח חולי באוזניים, על האדם לבחון מהם הדברים שאינו מוכן לשמוע ומדוע.

דלקת אוזניים: אדם הסובל מדלקת אוזניים, סובל בעצם מבעיה לא פתורה {כפי שמתרחש בכול התהליכים הדלקתיים}, בדרך כלל בבעיה הקשורה לצייתנות.

הקשב לקול הפנימי שלך ולך על פי עצותיו. בדרך זו לא "תזדקק" לכאב

קשיים או ירידה בשמיעה: בדרך כלל תסמין זה מופיע באוכלוסיית המבוגרים. אדם הסובל מכך מבודד את עצמו מהסביבה והופך להיות נוקשה וחסר גמישות, מתוך חוסר רצון לשמוע את אשר יש לסביבה לומר לו.

חרשות: אדם אשר נמנע זמן רב מלהיות קשוב לקול הפנימי שלו. {רובד תבונה זה אינו מתייחס לחרשות מולדת} זהו מצב של עיקשות ובדידות. החרשות דורשת מהאדם להיות מודע לקול הפנימי שלו, ובו בזמן להשתמש ביתר החושים המצויים בו.

## מערכת הנשימה

הנשימה מחברת אותנו לא רק לחיים הרוחניים, אלא גם לעולם החומר. הנשימה משלבת את כל צורות החיים ויוצרת מגע ביניהם.

כאשר אנו שואפים אוויר דרך האף או הפה הוא יורד אל הריאות, שם החמצן, דלק החיים, נספג במחזור הדם, מועבר אל הלב ומופץ על ידי הדם. מלאי החמצן תם, וכעת נעשית פעולה של הוצאת הפסולת {דו תחמוצת הפחמן} המוחזרת אל הריאות באמצעות הדם, כדי שייפלט מהגוף בנשיפה. תפקידן של הריאות הוא לווסת את פעילותו של הלב, ולהבטיח את פעילותו התקינה.

ברמה הרוחנית תפקידן הוא לשמר שהלב לא "יתחמם" מידי או "יתקרר כאבן".  
 ריאות בריאות מבטיחות הרבה יותר מתקינות פיזית של גוף האדם, הן צריכות מספיק חמצן כדי  
 שהמוח ימשיך לתפקד כראוי.  
 כאשר נושמים עמוק מנטרלים את תחושת ה"מחסור" בחיים. נשימה נכונה היא אומנות, בעזרת  
 נשימה עמוקה יכול האדם למלא את החללים בתוכו.  
**נשימה עמוקה ומרוכזת היא הנוסחה המבטיחה חיים מלאים וממלאים.**  
 לכן כאשר יש בעיות בנשימה יש לשאול מהו הדבר שאתה מתקשה להכניס אל תוכך או לשחרר.

## האף

משמש כמעבר האוויר הראשי. הוא מכיל מספר מסננים, חלקם סחוסים ריריים וחלקם בליטות  
 זעירות דמויות שיערה, שתפקידן לסנן את האוויר הנכנס אל תוך הגוף.  
 כאשר אדם נושף מתוכו, הוא מוציא מן המערכת פסולת, דו תחמוצת הפחמן. אבל חשוב לחבר את  
 תהליך הנשימה לרובד הרוחני, שהרי נשימתו של האדם נושאת את רצונותיו הפנימיים. וכאשר הוא  
 נושף הוא מוציא החוצה גם את מחשבותיו ותחושותיו הפנימיות ביותר.  
אלרגיה הינה תגובת יתר של מערכת החיסון בגוף לחומר מסוים, אשר מוגדר על ידי הגוף כ"אויב".  
 האלרגיה מסמנת היבט מסוים בגוף האדם, אשר הגוף נלחם בו, דוחה אותו או מדכא אותו.  
 לחימה באויב היא תמיד סימן לתוקפנות.  
 זאת לחימה נגד היבט בחיינו שממנו אנו חוששים ולא מוכנים לאפשר לו להיות חלק מאתנו.  
 זוהי לחימה תת הכרתית.  
 כאשר אדם סובל מתסמינים אלרגיים, עליו לשאול את עצמו מהו אותו אויב סמלי בו הוא מנסה  
 להילחם או לדכא. יש להעלות לרובד המודע את אותו אויב ולהבין, כי ריפוי האלרגיות יהא רק כאשר  
 תתקיים ההבנה שיש להביט באופן שונה אל אותם חלקים באישיותך, שהתייחסת אליהם כאויבך.  
קשיי נשימה - אם אתה חש שחזך מכווץ כאשר אתה שואף אוויר או שיש לך קשיים להכניס אוויר,  
 שאל את עצמך מה מגביל אותך או מונע ממך להיות אדם חופשי, מה חוסם את חרותך.  
הצטננות - האף הוא איבר המשמש אותנו להכנסת והוצאת אוויר. אף סתום מקטין את היכולת שלנו  
 להחליף אוויר עם הסביבה. כאשר אתה מצונן, אתה כנראה רוצה לסגת אל תוך עצמך, כיוון שאתה  
 לא יכול לסבול את "ריח הדברים". יתכן שיש בעיה קטנה שאתה מנסה להימנע מפתרונה כרגע, או  
 זקוק לחופשה קצרה מהסביבה. לכן אתה יוצר מצב בו החברה מתרחקת ממך לזמן קצר

## לב

בגוף האדם ניתן לראות את המוח כמפקד עליון, בעוד הלב מקבל את תפקיד הרמטכ"ל.  
 כלומר הלב צריך להיות מודע לצרכי כוחותיו {אברי הגוף} ולמסוגלותו, ולהיות תמיד בשליטה על  
 הגוף. כוחו העיקרי של האדם הוא בליבו. מי שיש לו "לב חזק" לא חושש מדבר ויכול להתגבר על כל  
 מכשול בחייו.  
 הלב הוא מרכז הרגשות, הוא הסמל הפיזי של מקום משכן האהבה, אך גם משכן הפחד.  
 בעיות בלב הן בדרך כלל תוצאה של בעיות רגשיות ממושכות וחוסר שמחה, עצבות וכעס עזור.  
 לכן כאשר אדם חווה התקף לב, משתחררת מתוכו אנרגיה של תוקפנות שלא נוקזה.  
 חשוב על העובדה שרק לב קשה יכול להישבר ורק דברים שאינך יכול לקבל "שוברים את ליבך".  
 גם תעוקת חזה קשורה לניקוז בעיות רגשיות, בעיקר לפחדים, ולכן נחסמים הרגשות.  
התקף לב - להתקף לב יתכנו סיבות שונות, כגון: סתימת עורקים, אי ספיקה של הדם - קושי לקבל  
 את זרימת החיים.  
אטם שריר הלב - תופעה העלולה להיות קטלנית ותובעת התערבות כירורגית מהירה.  
 ברמה הרוחנית נראה כי האדם אטם לגמרי את תאוות לבבו ותחושותיו הרוחניות.

## השלד ומערכת השרירים

מערכת התנועה בגוף כוללת עצמות, שרירים, גידים ורצועות 248 במספר, המקבילות  
 ל-248 מצוות עשה שבתורה ותואמות את 248 המילים שבקריאת "שמע".  
 השלד מספק את מסגרת התמיכה הפנימית עליה "נשען" הגוף. ישנן עצמות שתפקידן להגן על



אברים פנימיים חשובים {מוח, לב, ריאות} לכן ברמה הרוחנית הן מייצגות יציבות וערכים מוסריים, אשר כבני אדם נותנים לנו בסיס ותמיכה. כאשר ערכים אלו הופכים נוקשים מידי - אז עצמותנו הופכות לפגיעות.

השרירים בגוף מסמלים תנועה ופעילות.

הידיים מסמלות את היכולת שלנו לאחוז ולהחזיק דברים בחיינו.

הרגלים מאפשרות התקדמות בדרך החיים. אנו משתמשים ברגלים כדי לעמוד ולכן הן קשורות ל"יציבות" וליכולת שלנו "לעמוד על עקרונותינו". "כיפוף" ברכינו קשור לענווה.

## **דלקות [כללי]**

דלקת המתפשטת בגוף היא סימן מובהק למאבק אנרגטי, שהאדם בחר, לא להתמודד אתו, או יותר מכך, שהוא בוחר לא להודות שקיים מאבק פנימי. ואז כדי שהמערכת האנרגטית תתאזן, הגוף מאפשר ליצורים זעירים לפלוש לתוכו. בשלב זה מתעוררת המערכת החיסונית לפעולה ומפנה את כל הווייתה להילחם בדלקת הנקודתית.

בשלב זה מופעל כוח התנגדות פנימי, והעימות שאתה ניסית להימנע ממנו, מכה בך בצורה של דלקת. חלק הגוף בו משתכנת הדלקת מצביע על בעייה רגשית, אשר גרמה למאבק הפנימי. ולכן דלקת תהיה מלווה בחום, שמצביע על כעס שהובער ולא טופל בזמן.

חמצת - התפתחות של ראומטיזם, כתוצאה של "משהו שאינו ניתן לעיכול", המכביד על תת ההכרה, עד שפוגע במערכת השלד מתוך יצירת עימותים פנימיים.

נוקשות - תופעה העולה בעיקר בגיל מבוגר ונובעת מכך שאדם בעל אמות מידה של צרות אופק, נוהג לאמץ מספר עקרונות בצורה נוקשה ואינו גמיש לשינויים.

דלקת פרקים - תכונות של נוקשות, מרירות, עקשנות, אטימות רגשית וחוסר גמישות, פוגעים במפרקים שתפקידם – גמישות.

## **הרגליים**

פרנסתו של אדם מושווית לרגליים "זה ממנו של אדם שמעמידו על רגליו" [סנהדרין ק"א].

הפרנסה אינה דבר פשוט, היא תובעת התמדה ועמל קשים ולכן כאשר רגליו של אדם "חזקות", הן מחזיקות אותו יציב על קרקע חיו.

בעיות ברגליים - רגליו מאפשרות לנו "לפסוע לעבר העתיד". כאשר אדם חושש מהעתיד או מאמין כי חיו אינם יכולים להשתנות, רגליו יחלו להראות סימני מחלה וימנעו ממנו "להתקדם וללכת".

כאשר הרגליים חולות, יש להביט בבהירות ויושר בפחדים המציפים, ללא התנגדויות ולהתחיל "לצעוד עם החיים" תוך תחושת תקווה מחודשת.

בעיות בכפות הרגליים - גם כאן מראה הדבר שיש הצפת פחדים מפני העתיד, הנובעים מחוסר הבנה של חוקי החיים. כפות רגליים חולות "מאיטות" את קצב ההתקדמות של האדם.

בעיות בברכיים - מראות כי אתה אינך נכנע לנסיבות חייך מתוך גאווה, עקשנות, אגואיזם או פחדים לא מודעים.

## **כללי**

התכווצות שרירים - התכווצות היא תמיד תוצאה של מתח חזק, המצביע על הרצון להחזיק בכוח משהו וחוסר יכולת לשחרר. דבר זה גורם לזרימת האנרגיה להיות חסומה והתכווצות השרירים היא המוצא היחיד של אנרגיה מדוכאת זו.

שיגרון - כאשר אדם סובל משיגרון, הגוף הופך להיות נוקשה ומאובן. כנראה שגם גישתך לחיים היא כזאת. לא גמישה ונוקשה. ייתכן כי שאפת לשלוט באחרים וכעת אתה נשלט על ידי מחלתך.

בעיות בצוואר - לצוואר יש קשר לקשי עורף ועקשנות. אנשים הסובלים מבעיות בצוואר מסרבים לראות מצבים מסוימים מנקודת מבט שונה מנקודת מבטם ומייצרים חוסר גמישות מחשבתית ועקשנות.

כתפיים נוקשות - כאשר אדם מרגיש כי "המשא כבד מידי עבורו", ירגיש כאבים באזור הכתפיים. יש לבחון היטב מהו הדבר שהעמסת על עצמך מעבר לצורך האמיתי. היה אמיץ לבדוק מה הכרחי במסע הזה ומה יש לשחרר מעליך. אם תעשה זאת, גופך לא יזדקק לתקשורת זו – לכאב, כדי ללמד אותך שיש להוריד חלק מהמשא, אותו אתה נושא.

## מערכת ההולדה

מערכת ההולדה מבליטה את ההבדלים האנטומיים שבין הזכר לנקבה. הבדלים אלו משקפים את התכונה המופלאה, המאפשרת לאדם להביא לעולם חיים חדשים.

ההולדה מתאפשרת בעקבות הזדווגות של זכר ונקבה [זרע וביצית].

מערכת ההולדה הזכרית מורכבת מאיברים פנימיים וחיצוניים.

מערכת ההולדה הנקבית ממוקמת כולה בתוך הגוף.

**הריון ולידה** - ההולדה היא המצווה הראשונה בתורה, אך מעבר למצוות ה"פרו ורבו" קיים רעיון ההתחדשות: "אל לו לאדם להרשות לעצמו להיות "עץ יבש" שאינו נושא פרי. עליו להשתדל לצמוח

בכול יום "להוליד" רעיונות חדשים בעולם הזה של הקיום הגשמי. [מתוך הספר: אנטומיה של הנשמה]

**הפלה** - כאשר מתרחשת הפלה {ללא בעיות רפואיות ידועות}, קרוב לוודאי שההריון נדחה על ידי תת המודע, מתוך מתחים או בעיות הנובעות מכשל ביכולת הקבלה וההכלה.

**הריון מדומה** - מצביע על רצון חזק בילד מצד אחד, ועל פחד תת הכרתי מאחריות מצד שני.

**בעיות הקשורות עם המחזור החודשי** - תלונות הקשורות למחזור החודשי הן מחאה פנימית נגד

התמסרות מוחלטת והתנגדות לא הכרתית לנשיות.

**עקרות** - התנגדות תת הכרתית להריון ואימהות, או פחד מיחסים קרובים של אהבה ומחויבות לאורך החיים.

### בעיות מיניות

**קרירות מינית** - כאשר אדם סובל מקרירות מינית סימן שאינו מסוגל להיפתח לשיתוף ונמצא

בהאשמה וקורבנות. תחושות אלו מונעות ממנו את האפשרות של נתינה וקבלה. תשוקה מחייבת

את האדם לפתוח עצמו ולהיחשף. את המיניות אפשר לחוות דרך אותה פתיחות.

**מחלת מין** - כל מחלות המין קשורות לרעיון של הענשה עצמית, או תחושת אשמה ופחד מהתעסקות במשהו מלוכלך, תחושה הנובעת מטראומה מינית בעבר או חינוך נוקשה, שטמן בתוך תודעת האדם את זרע האשמה.

**חוסר כוח גברא** - בעיות הקשורות בכוח גברא שייכות לרגש של פחד מאיבוד שליטה, לעיתים

האנרגיה הזו מתקבעת וגורמת לתחושת אשמהמאו טינה ואיבה כלפי השותף למערכת הזוגית

הפיזית.

**בעיות הקשורות לבלוטת הערמונית** - בעיות אלו מתפתחות כאשר היכולת הגברית המינית נפגעת

עקב כושר שיפוט מעוות של תחושת אמונה בכישלון ופחד מהזדקנות, היוצרים גישה פסימית ונטייה

להטיל את האשמה על הסביבה, בלא לקחת אחריות ולקבל את תהליכי החיים.

## המערכת החיסונית

גוף האדם מורכב ממיליארדי תאים היוצרים אחד שלם. כאשר תא אחד מותקף ונפגע, המערכת החיסונית כולה יוצאת להגנתו ורפיונו, כך שכל מערכות הגוף מתפנות "לעזור" למקום המותקף.

כל תא ותא בגוף האדם עטוף בקרום המגן עליו למען תישמר ליבתו, אך כאשר נפרץ הקרום המאפשר חדירה של אנרגיות מזיקות פנימה אל תוך ליבת התא, נפרצת המערכת החיסונית.

בדרך הזנתנו את הגוף, תזונה פיזית ורוחנית, אנו יוצרים את הקליפות העכורות העוטפות את תאי הגוף, שלא מאפשרות כניסת אור פנימה. כאשר האור לא מצליח לחדור פנימה אל תוך התא, יכולת

התפקוד של התא קטנה ודבר זה הופך אותו לפגיע יותר וחשוף יותר לחולי. יש מצבים בהם התאים הופכים מוטציות, התא נחלש מחוסר באור ומנסה לשנות צורתו בחיפוש אחר נקודות אור זעירות ומשנה צורתו.

שינוי הצורה = מוטציה = תא סרטני

## מחלת סרטן

מחלת הסרטן איננה פורצת ברגע, אלא מושפעת ישירות מהתנהלות האדם הבוגר בחייו. היא מתפתחת בשקט ובהדרגה. זהו חוסר הרמוניה בין תאי הגוף. כאשר התא הבודד יוצא לחיים

עצמאיים משלו, מכפיל עצמו בלא כל התחשבות במערך הכללי.

הפסיכולוג הגרמני תורוואלד דטלפסן השווה את מחלת הסרטן לעולמנו המודרני וכך כתב:

"מחלת הסרטן מאופיינת על ידי התרחבות חסרת מעצורים ורדיפה מתמדת אחר התועלת האישית והעצמית."

רוב היחידים בחברה המודרנית רודפים אחר התועלת העצמית שלהם, כדי לחזק את מעמדם בחיים ולהשיג מטרות ורעיונות אנוכיים. במאמץ חסר פשרות זה הם מנצלים את חבריהם ואת הטבע, ומסתכלים על העולם כיצור ענק המקיים אותם. באופן דומה גם תאי הסרטן מתייחסים אל הגוף שבו הם מתפתחים כיצור המארח אותם. אין הם מבינים שניצול כזה בלי סוף יגרום לבסוף למותם שלהם, כי הרי מוות הגוף משמעותו גם מוות לתאי הסרטן, אולם הם עיוורים לנקודה זו ממש כמו האדם המודרני, שלא מבין שאם יהרוס את הטבע, הוא יהרוס את עצמו. תאי הסרטן הם חסרי מודעות לכך שהגוף הגדול הוא השלם הכולל שלהם. הם לא מבינים שהתנאי הבסיסי להמשך הקיום של כל התאים בגוף הוא שיתוף פעולה ביניהם. כפי שהתא הוא חלק מהגוף, כך אנו מהווים חלק מאותה יחידת עולם המקיפה אותנו.

המחלה נוצרת בשלושה שלבים עיקריים:

שלב ההחלטה: השלב בו בוחרת הנשמה את מסלול התנהלותה בדרך של חולי הנבנה בהדרגה בתאי הגוף.

שלב ההתהוות: השלב בו מעברי האור בתאי הגוף הולכים ונחסמים.

שלב ההתפרצות: בו מתגלה המחלה.

בשלב ההתפרצות מתחלק החולי לשניים, כמו ניתנה הזדמנות נוספת לאדם לשנות את בחירתו, ולאפשר לתאי הגוף לנשום מחדש. זהו שלב בו יש דרך ריפוי. זהו זמן בו מתזכרת הנשמה בתהליך ייעודה. הזמן ניתן, אך מוגבל הוא, שאם לא ידע האדם לעשות בחירתו, תילקח היא ממנו, אך אם ידע - יזכה בחירות נשמתו. כאשר מקבל האדם את אפשרות הבחירה, ניתנת לו ההזדמנות לפסוע חזרה אל עבר נתיב האור, תוך ויתור על "דרך הקורבנות" שהובילה אותו בהתנהלות חייו. ניתן לו זמן נוסף לבחירה מחודשת, להצלה ולחירות. בשלב הבא נלקחת הבחירה מידי של האדם, לאחר סימנים אינסוף שניתנו ואפשרו לו את שינוי הדרך. מדוע מופתעים האנשים כאשר מתגלה המחלה? הרי האדם לאורך חייו בוחר את בחירותיו. לעיתים, עומדים הקרובים לו חסרי אונים למול בחירת הנשמה. הם מנסים להניא אותה מבחירתה, שהרי הסביבה יודעת, כי כאשר בוחרת הנשמה לסיים ייעודה במחזור חיים זה בדרך החולי - קורעת היא את הרשתות האנרגטיות הקולקטיביות, ויוצרת חורים אנרגטיים וחוסר איזון במערך המשפחתי.

כיצד מביא האדם חולי לחייו?

כאשר הוא מפנה פנימה את כעסיו ומכניס במודע רעלים אל תוך גופו.

כאשר דרך חייו אינה מכבדת את עצם היותו - הוא יוצר בתוכו אנרגיות שליליות, החוסמות את כניסת האור אל תוכו.

האור הינו אנרגיית החיים, ולכן נוזל התא יחפש תמיד דרכים להגיע אל האור לצורך להזנה. החיפוש האינסופי אחר האור יגרום לפריצה של מעטפת התא, ישבש את צורתו ויגרום להכפלת התאים ולהתעוותות התהליך.

שיטות הטיפול במחלת הסרטן מתפתחות כל הזמן, ועדיין המחלה פוגעת ברבים. סוגי סרטן חדשים ואלימים מתגלים, והמחלה הפכה למגפה. פעם אחר פעם עולה נושא האחריות של האדם לחייו, כי הוא זה שצריך להבין את חשיבות האחריות על בריאות גופו ונפשו.

ריפוי אנרגטי הינו דרך חיים, זוהי אינה תרופה המעלימה את הסימפטום ברגע, ואין זה מטה קסמים המונף אל עבר החולי ומעלימו. זוהי ההבנה שיש ללמד את האדם על הזמן הנדרש לריפוי, ועל הצורך לפנות מקום בחייו לתהליך הריפוי האנרגטי.

## כלים אנרגטיים לריפוי ולהגנה

מרחב המחיה שלנו חשוף לאנרגיות הסובבות אותנו הן החיוביות והן השליליות, אשר עצם הימצאותם משפיעות על תהליכי חיינו.

האנרגיות החיוביות מאפשרות לנו לחוות רגעי שימחה, רוגע ושלווה ואילו האנרגיות השליליות משפיעות לרעה על מערך החיים ומעצם הימצאותם נוצרות "מערבולות" אנרגטיות אשר מספיגות ומקבעות בתוכנו פחדים וכעסים.

ההכרה בהימצאותן של האנרגיות השליליות שמשפיעות על התנהלות החיים, גרמה לו לאדם עוד בימי קדם להבין את חשיבות ההגנה על מרחב מחייתו, זאת מפני שכאשר יש מוכנות ופתיחות מצד האדם לשינוי אנרגטי, להעלאת רמת התדרים הנוכחיים לרמת תדרים גבוהה יותר, מתוך פתיחות ומוכנות לקבלת והכלת השפע הקוסמי, נכנסים גם "הכוחות האחרים". לכן, על מנת להימנע ממפגשים מיותרים ומחוויות כאוטיות, נדרשות מאתנו הגנות אנרגטיות.

### מגן דוד

אנו מודעים לצורך הפיזי להגן את גופנו, לכסותו ולחממו בימות הקרה ולמגן אותו בתכשירים החוסמים את עוצמת קרינת השמש מצריבה בימות החמה היוקדים והכול כדי לשמר את מערך ההגנה החיצוני שלנו.

מתוך למידת הריפוי ההוליסטי, מכירים אנו בחשיבות הגנה נוספת על הגוף, בעיקר כאשר הוא חשוף ופגיע בהיותו מצוי בתהליך של התפתחות רוחנית.

כאשר אדם נמצא בתהליך ל התפתחות הוא עובר פעם אחר פעם "ניקוי אנרגטי" להורדת המסכים המכלים. זהו תהליך הדרגתי ולכן בכול שלב משלבי הניקוי יש לשמר את הגוף מחדירה של "אנרגיות שליליות". תהליך ההגנה האנרגטית הינו הכרחי בשלבי הלימוד את רזי הריפוי הרוחני.

בפעולת הנשימה הפיזית נאספות אל הגוף תרכובות כימיות. הגוף יודע לסנן ולהפריד בין המחיה והממית האיסוף התמידי של אנרגיות שליליות אל תוכנו והצורך הבלתי פוסק לנקותם מראה כי אין בנו יכולת הבדלה וסינון בין סוגי האנרגיות הנכנסות אל הגוף.

אין הנשימה המודעת יודעת את תהליך ההפרדה בין הטוב לרע, על כן בדרך הריפוי האנרגטי מוטבעת באדם ההבנה לחשיבות תהליך פינוי אנרגיות נגטיביות החודרות אל גופו. לכן יש חשיבות מרובה "להגנה האנרגטית" וזאת מפני שהגוף הפיזי והגוף הרגשי עוברים תהליכי השתנות ולעיתים הסובבים אותנו אינם "מבינים" את התהליך האנרגטי שגופנו עובר ובהתנהגותם יכולים הם לערער את האיזון הרגשי בנו ולכן יש צורך בהגנת "מגן דוד".

בתהליך בניית מגן ההגנה האנרגטי, יש לדמות "מגן דוד" שכל אחת מששת צלעותיו מכילה רשת שקופה, אך צפופה. בשקיפותה מאפשרת היא לאור להיכנס פנימה, ובצפיפותה מונעת מאנרגיות נגטיביות לחדור דרכה. רשת זו יוצרת את אפקט המסננת. אנו "צובעים" את מגן הדוד שבנינו בצבע זהב ו"נכנסים" אל תוכו כמו שנכנסים אל היכל מקודש.

**יש לחדש בכל יום את הגנת מגן הדוד האנרגטי.**

### פירמידת ההגנה

פירמידת ההגנה הינה פירמידת אור, אשר נבנית על מנת להגן ברמה אנרגטית על מרחב המחיה שלנו ועל האנשים המצויים בו. כאשר חודרות אנרגיות שליליות אל מרחב המחיה האנרגטי שלנו, הן יוצרות מערבולות של כאוס. חדירת אנרגיות "כאוטיות" אלו, מתאפשרת כאשר נפרצת חומת ההגנה

בדרך כלל, אנו אלו הפורצים את חומות ההגנה בדרך כעסים, פחדים או מתחים המלווים אותנו במשך היום. בהתנהלות כעושה או מפוחדת חוסמים אנו את מעברי האור ויוצרים כסי ריק במרחב הקיומי שלנו, דרך ריק זה חודרות האנרגיות השליליות, אשר מצליחות בחדירתן להפר את האיזון בתוך מרחב מחייתנו. ולכן נאמר כי

**"יש חשיבות בחידוש פירמידת ההגנה האנרגטית העוטפת את ביתכם מפני אנרגיות חיצוניות, המסוגלות לסדוק את מרחב ההגנה האנרגטי ולאפשר לאנרגיות שליליות לחדור אל מעטפת הגוף. לכן רפדו ביתכם בכל יום בפירמידה של זהב להגנה, ואת בני ביתכם "במרכבת אור" שלחו אותם, למען תדלג רוח הכאוס מעליהם."**

## צעף ההגנה האנרגטי

העורף מתייחס לגמישות הרוחנית של האדם ומצוי בצדו האחורי של "מייצר הגוף". זוהי נקודה אנרגטית רבת עוצמה, אשר מעצם היותה באחורי הגוף, חשופה היא לפגיעה ולשאיבה אנרגטית. הגוף הנמצא בסכנת התקפה אנרגטית חיישניו מגיבים, והאדם חש צמרמורות, כאב חד ולעיתים תחושה "שעיניים נעוצות בגבו".

אך לעיתים איננו מהירים מספיק בהבנתנו את שמשדר הגוף, וההבנה האנרגטית שלנו אינה מהירה מספיק להבין את פעולת החיישנים, ואנרגיות שליליות מוצאות דרכם אל העורף - נקודת התורפה בגוף וחודרות פנימה. כמו כן כאשר אדם חש בטוח ומוגן בסביבה המוכרת לו, נוצרת אשליה כי מוגן הוא ואין צורך בהגנות אנרגטיות ו"מוריד" הוא את מנגנוני ההגנה הסובבים אותו, וחומות ההגנה האנרגטיות נחלשות.

**"עורפו של האדם הינו נקודת תורפה החשופה לשאיבה אנרגטית.**

**מתוך הבנת תהליך הריפוי בו מתנקים רבדים עמוקים, הגוף נהיה חשוף לכניסה לא מבוקרת של אנרגיות ובתוכם גם "שואבי האנרגיות" ואנרגיות שליליות. לכן, יש להבין את מהות ה"הגנות האנרגטיות" וחשיבותם לשמירת האיזון בתוך גופו, נפשו ונשמתו של כל אדם."** להגנה אנרגטית ניתן "צעף ההגנה" צעף זה נועד לכסות עורפם של אלו המודעים לצורך בהגנה אנרגטית ממרעים מודעים גם להימצאות אלו העומדים מאחורי גבם והנושפים בעורפם שמעצם היותם מרוקני אנרגיה יכולים לנעוץ בהם "שיני שאיבה אנרגטיים" ולסחוט כוחם

## השמיר

- בעל חיים הנקרא "שמיר" מוזכר בתלמוד ובספרות היהודית כבעל יכולת לבקע כל חומר שאתו הוא בא במגע. בספרות התנאים מוזכר השמיר כאחד מעשרת הדברים שנבראו בערב שבת בין השמשות, בשעת הדמדומים של הבריאה, בה נבראו דברים שעומדים על גבול המציאות לאזוטר.

**"תולעת השמיר מצויה בעולמכם, אך נסתרת היא. איכויותיה שרדומות היו עידינים רבים, מתחילות להתעורר. עד עתה לא ניתן היה לעשות בה שימוש מהחשש, שבעידן תהפוכות זה תשמש למטרות שאינן מוארות, וייפול כוח זה בידי כוחות האופל. כיום, האנרגיה של תולעת השמיר זמינה וניתנת בידיכם, אנשי האור. למען יכול כל אדם להשתמש בכוחה האנרגטי של תולעת השמיר ככלי לריפוי, על-פי עוצמת אמונתו ובהתאם ליכולתו להכיל עוצמה זו."**

כחלק מהעבודה האנרגטית בתהליך של ריפוי הגוף יש "לראות" את תולעת השמיר {על פי סיפורי חז"ל נראתה היא כתולעת קטנה גודלה כגודל שיבולת ועיניה ירוקות. ואין כלי אלא כלי העופרת שיכולים לאכסנה. זוהי מאין קרן לייצר אנרגטית} יש לדמות כי ביכולתה של תולעת השמיר האנרגטית להיכנס פנימה אל תוך מערכות הגוף, לפנות אל גושים או תאים ששינו את צורתם והפכו למוטציות, ולאפשר לה בכוח המחשבה, לעשות את עבודת הניסור והסיתות כדי להוציאם אל מחוץ לגוף. אין העבודה האנרגטית עם תולעת השמיר חד פעמית היא, ואין בה אלא אורך רוח ואמונה. כאשר חזקה באדם אמונתו ומוסותים מסכי ההיגיון, יחל תהליך הריפוי בעזרת תולעת השמיר.

## כדוריות האור

זהו כלי אנרגטי נוסף - הוא "כדוריות אור" עוצמתיות, המוחדרות אל הגוף בדרך נשימת האור. מופעל הוא כאשר מתפתחים בגופו של אדם גידולים, שפירים או ממאירים. בתהליך של הדמיה יש לראות את "כדוריות אור" אלו מוכנסות אל תוכה של "מרכבת האור החדשה", כמו קפסולות שתוכן המרפא מתפרק בה תוך כדי התניידותה בתוך "עמוד האור". שם היא מפיצה את "כדוריות האור", ומפזרת אותן בתוך הגוף. כל אדם, אשר בגופו נמצאים גידולים אלו, יכול לכוון, בכוח המחשבה, "כדוריות אור" אל מקום הימצאותם של הגידולים. "כדוריות האור" ייתמגנטו את תאי הגידול וימוסו אותם.

## הקריסטלים

### "אין לך כל אבן ואבן מן האבנים היקרות פרי בטן האדמה שלא תמשוך כוח עליונים" [שמות כ"ז]

כל תרבות אנושית, אשר הותירה עקבות אחריה, מצויים בה סיפורים, אגדות ומיתוסים הקשורים לאבני הקריסטל. אבנים אשר מיוחסים להם כוחות מיסטיים, המשפיעים על האנושות כולה. תרבויות המזרח חקקו את דמויות אלוהיהם על אבני הקריסטל. בתרבות מצריים העתיקה הכירו את איכותו האנרגטית של אבן הקריסטל וניסו לחקות את צורת החרוט כשהקימו את הפירמידות. ישנה השערה כי מבני הענק האלו שימשו בעזרת הקריסטלים העצומים כרשת תקשורת בין גלקטית. ברחבי אפריקה השתמשו בגבישי הקריסטל לטקסי פולחן.

ביבשת אמריקה שימשו הגבישים את הכהנים השמאנים ככלי עזר לריפוי ולהגנה מרוחות רעות. השבטים המאורים באוסטרליה ובניו זילנד קידשו את הקריסטלים. באירופה בעת העתיקה הקריסטלים היו לסמל המעמד העליון וככלי פולחן במקדשי האלים. גם חכמי תורת ישראל השתמשו בסגולות אבני המרפא, כשלמול עיניהם ניצב הדימוי של לוח "אבני החושן" אשר ניתן לכוהן הגדול, בו מוטבעים 12 אבנים אשר סימלו את האנרגיות המשיכות לכל שבט משבטי ישראל.

מכאן ניתן להבין כי בכול תרבות ובכול זמן, ידע האדם לחוש את עוצמת הקריסטלים, לזהות את כוח הריפוי הטמון בהם ולרתמם לשירותו. מיתוס הקריסטלים המסקרן ביותר שייך ליבשת אטלנטיס, שם מסופר כי קריסטלי ענק היו "ספקי הכוח" של יבשת. עוצמתם הייתה שווה לעוצמתה של קרן הלייזר. הם שימשו לריכוז אנרגיה לקיום תקשורת טלפתית ביניהם ולמסעות אסטרואלים, עד כדי מעברי מימדים.

בכול התרבויות העתיקות והחדשות קיים קשר בין האבנים לאנרגיה הקוסמית. אנשים המספרים את סיפור אטלנטיס מתארים את ניצול אנרגיה רבת עוצמה זו, המצויה באבני הקריסטל, שהשתמשו בכוחה למטרות ניצול ושליטה באחר, ניצול זה הוא אשר הוביל לקריסת היבשת העתיקה. בהר המוריה בירושלים נמצאת "אבן השתיה", שעל פי האמונה היוותה את המרכז לבניית העולם. "אבן השתיה" הממוקמת במרכז העולם, במקומו של ארון הקודש בבית המקדש, במקום זה הנצרות מתעדת את מיקום צליבתו של ישו.

האיסלם מייחס לאבן זו את המקום האחרון בו נגע הנביא מוחמד באדמת ארץ ומשם עלה השמימה.

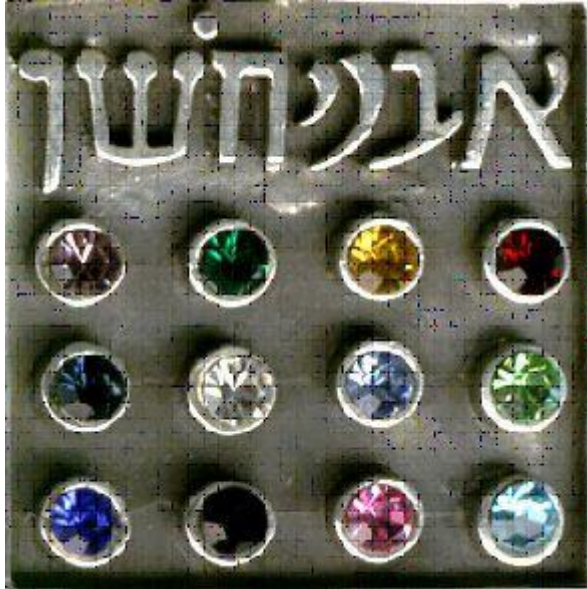
**בהר סיני** - קיבלו בני ישראל את החוקים הקוסמיים חרוטים על אבן. **"אבן החלומות"** - אבן נוספת המוזכרת היא האבן שעליה הניח יעקב את ראשו, אבן אשר אפשרה לו את המפגש עם המלאכים.

**"אבני החושן"**: מקבץ של 12 אבנים אנרגטיות, שהיו מונחות על צווארו של הכהן הגדול להגנה על העם כולו ולקבלת החלטות גורליות, כשכל אבן מסמלת ברמה האנרגטית שבט מסוים. **סוטנאייג'** באנגליה, פסלי הענק באי פסחא וכמובן משולש ברמודה - שעל פי הסברה במעמקי האוקיאנוס נמצא הקריסטל הגדול ביותר בעולם, ועל כוח המשיכה המגנטית שלו נכתבו סיפורים רבים ועד היום המסתורין האופף אזור זה מושך ומסקרן.

בעבודה עם אבני ריפוי לכל אבן קיימת האנרגיה התואמת איבר מסוים בגוף מתוך ההבנה, כי כאשר נקודות אנרגטיות בגוף האדם מתחברות עם אנרגית האבנים, נוצר חיבור לרשת אנרגטית הסובבת את היקום כולו ומאפשרת קליטת והעצמת האנרגיה הקיימת בטבע. ריפוי בעזרת קריסטלים הינו אחד השימושים הנפוצים ביותר בחיבור האדם אל הטבע. הטבע שסביב לנו מציג בפנינו מעבדה רבת היקף וגיוון, ממנה ניתן ללמוד על שימושי הצבע בטבע, על תכונות הצבעים ועל כוחות הריפוי.

## אבני החושן

### האבנים באפודו של הכהן הגדול



"וימלאו-בו ארבעה טורי אבן טור אדם פטדה וברקת הטור האחד: והטור השני נפך ספיר ויהלום: והטור השלישי לשם שבו ואחלמה: והטור הרביעי תרשיש שהם וישפה מוסבת משבצות זהב במלאתם: והאבנים על שמות בני ישראל הנה שתים עשר על שמותם פתוחי חתם איש על שמו לשני עשר שבט" (ספר שמות, פרק לט, פסוקים י-יד):

### אבני המרפא

**יהלום /- זבולון**: צבעה שקוף עד לבן, מועילה לאריכות ימים, טובה למסחר ופרנסה. סגולה מיוחדת לנושאה בזרוע השמאלית לנצח את אויביו, ומועילה להסרת כשפים ופחד.

**לשם- / דן**: צבעה ירוק טורקיז, מחזקת לב חלש, מרבה שמחה, תורמת להצלחת מעשיו של המשתמש בה. טובה במיוחד לבריאות ונגד עין הרע.

**שבו- / נפתלי**: צבעה דומה לפרח היקינטון. גוונו משתנה קצת בהתאם למזג האוויר, כך כשהאוויר זך האבן תאיר היטב וכשהאוויר מעונן - האבן תכהה ויתמעט זוהרה, כך שצבע האבן כחול בהיר עד טורקיז. מביאה לנושאה מנוחה ושמחה ונגד עין הרע. טוב לתלות את האבן על הצוואר ותרד על החזה- שתיגע בבשר במקום מושב הלב, מכיוון שמועילה ללב ושומרת על האדם מכל רע. טובה נגד דיכאון.

**אחלמה- / גד**: צבעה סגול, מחזקת את כוחו ולבו, מסירה דאגה ופחד, והאדם שנושאה יזכה לשלוט באויביו מבלי יגון ואנחה.

**תרשיש- / אשר**: צבעה ורוד עד לבן כהה או כמי הים הנוטים לירוק, סגולת האבן לחכמה, מרפאה פחד ורכות הלב, וכן מועילה לאברי הנשימה, הנושא אותו מוצא חן בעיני כל רואיו ומתפקח בעיסקי העולם.

**שהם- / יוסף**: צבעה שחור, סגולתה שמועילה לזיכרון ושפור הראיה, מלמדת לדבר בחכמה, ונותנת חן לאדם בעיני כל רואיו. ומי שנושאה בבית המלכות תועיל הרבה ויצליח ויהיו דבריו נשמעים.

**ישפה -/ בנימין :** צבעה חום אדמדם, עוצרת שטפי דם, מחזקת איכות הראיה, מועילה לאישה המקשה לילד, וכן מגינה על האדם שלא יתנו לו סמים ממיתים ושלא ימות ויטבע בשטף ימים ונחלים, ומרפאה חולשת הקיבה.

**ספיר- / יששכר :** צבעה כחול, בהיר כתכלת עד כהה, סגולת האבן לשמור על בריאות הגוף ובפרט על בריאות העיניים. להשכנת שלום, משרה שלווה ומנוחת הנפש, ומועילה נגד כאבים נפיחות ובריאות.

**נופר- / יהודה :** צבעה חום כהה- דומה לאש בוערת ומבהיקה המוצתת בפחם. הנופר היא המעולה באבנים כפי שהזהב הוא המעולה שבמתכות, מועילה במיוחד נגד המרה השחורה והדאגה, הנושא אותה ינצח במלחמה נגד אויביו.

**ברקת- / לוי :** צבעה ירוק כהה או כתכלת השמים ודומה לזכוכית הקריסטל, האבן מועילה לאנשים שעוסקים בלימוד ומוסיפה חוכמה. יש אומרים כי אם שוחקים אותה ומערבים אותה במאכל ובמשתה, האבן תועיל לפתיחות הלב וחוכמה.

**פטדה- / שמעון :** צבעה חום בהיר, ויש אומרים שצבעה ירוק או צהוב, האבן מלמדת זכות על האדם ומקררת את חום הגוף ודמו.

**אודם- / ראובן :** אבן אדומה כתומה הדומה לבשר אדם ודמו, כאשר משייפים אותה היטב - תאיר ותזהיר. טובה לנשים הרות, מחזקת את הלב ותשקיט הכעס.

## אבן האחלמה [אמטיסט] כלי ריפוי רב עוצמה

כלי ריפוי אשר שימשו את האנושות משכבר הימים הינם אבני המרפא המצויים בבטן האדמה, מתוך חיבור מחודש אל משאבי הטבע, דרך הכרת כוחם ועוצמתם של הקריסטלים. "אבן האמטיסט הינה אבן הסגולה "קריסטל האמת" אשר נבחרה היא "בתובנת על" לשמש בסיס לכתיבת חוקי היקום למען הרמוניה פנימית וחיצונית.

אבן האמטיסט בורכה באנרגיה רוחנית גבוהה, אשר תדריה הם תדרי איזון ובכך משמשת היא כשנאי המאפשר העלאת האנושות אל תדר גבוה יותר, אנרגית האבן יוצרת מציאות מאוזנת. בעבודת הריפוי יש להיעזר בתדרי האבנים, שהרי הם כלי הריפוי לפתיחת חסימות הנוצרות בעמוד האור.

אין לחפש באבן האמטיסט אלא את הרעיון האנרגטי המוטמע בה, מתוך הבנה כי אנרגיה יוצרת מציאות היא.

הכניסי אל תוך היכלך גנראטורים של קריסטל, הניחי אותם בכפות ידיך, הרגישי את עוצמת תדרי האנרגיה היוצאת מתוכם וראי עוצמת האבנים, שהרי עוצמה רבה מצויה באבני האדמה".

הדרך הטובה ביותר להזרמת אנרגית הריפוי אל תוך גוף האדם היא בהנחת אבן האמטיסט על גופו. ומאפשרת אבן זו בתדריה הפחתת כוחו של האגו ומאפשרת היא פתיחת מעברי האור החסומים בתת הרשתות, ומאפשרת ריפוי שהרי: אבן האמטיסט משמרת הרמוניה ומכילה בתוכה את אנרגית החמלה. אין לחפש אחר האבן הגשמית, אלא יש לראות את הרעיון האנרגטי המוטמע בה. יש אפשרות להשתמש באבן ברמת החומר, יש אפשרות לשימוש אנרגטי ומחשבתי באבן שהרי יש ביכולתה של אבן קריסטל זו להיכנס בדיוק מרבי אל מקומות בהם נוצרו כיסי חולי וכמו קרן הלייזר המוכרת לאנושות, אך בדקויות גבוהות יותר מזהה היא את מקור החולי, מזרימה אנרגיות ריפוי המגיעות מ"מאגרי על" ומחברת היא בין תת תדרי הרשתות האנרגטיות והפיזיות - להבראה.

אבן האמטיסט ממרכזת בתוכה את מהות הרוחניות ובו בזמן את החיבור הנצחי אל האדמה, בין אנרגיה עליונה לאנרגיה תחתונה וכשמסיימת עבודתה הרוחנית, משנה תדריה ומשנה צבעיה לתדרי החומר ... ויודעת אבן זו מהות השינוי ויודעת חשיבות הרוח והחומר ... ועליה נכתבו עשרת הדברות המעבירות האדם מהבנת הרוח להבנת החומר ... "



## אל נתיבי הריפוי הרוחני

כשתחברי אל דרך הריפוי הרוחני  
 יחל השינוי אט אט לחדור אל חיך.  
 לעיתים לא תוכלי להסביר אפילו לעצמך מהו אותו שינוי,  
 אבל ניצוצו שכבר נטמע בך אורו יחל לזרוח.  
 ההבנה שלך תתחיל לקבל הארה חדשה.  
 את תחלי להתבונן במתרחש סביבך ולא רק לראותו  
 ובדרך ההתבוננות החדשה, יחלו להתבהר הפרטים הקטנים  
 שנעלמו במשך שנים מעיניך.

כשאני חברתי אל דרך זו  
 למדתי לומר את שיש בתוכי,  
 למדתי לנקות את "מסנני הכעס" שבתוכי ולהיות יותר חומלת.  
 ליבי החל לאט לפתוח חומותיו, מאפשר לאנרגיה של אהבה לשטוף חלליו.  
 החלתי לטעום את טעם האהבה תחילה כלפי עצמי, ואחר כלפי סובבי, נפתחו בי שערי החסד  
 להפתעתי גיליתי שיש בי את היכולת לשכתב מחדש את משקעי עברי, לכבד את הפחד שקיים בי  
 ולהבין שהוא חלק בלתי נפרד מחיי, אך למדתי לעמוד מולו להבין את כוחו ולגלות את עוצמתי.  
 דפוסי התנהגות שגדלתי איתם החלו להיעלם, ולרגע גרמו לי בהיעלמותם להרגיש פגיעה וחסרת  
 אונים. וכל אותם "תבניות וחוקים" שהגנתי עליהם בחירוף נפש, החלו להיראות שטחיים וחסרי  
 תועלת. האגו שלי איבד כוחו,  
 ועולמי הפנימי נתמלא אור.

תודה שניתנה בי הזכות