

זהו מאמר קטן על תרפיית שחזור גלגולים (PLT) שעשויה להדהד עם חלק מהקוראים.

האם גלגול נשמות באמת קיים? האם תופעת גלגול נשמות יכולה להסביר את התנהגותנו העכשווית, פחדים, אמונות ואפילו פוביות?

תשובתי לשאלות אלה היא אולי!

כמטפלת גיליתי כי הטענה שתפקידה של גלגול נשמות כגורם האשם למצבים קשים מסוימים בחיי ההווה שלנו לא ניתנת לבטלה בקלות, במיוחד בהתחשב בכך שלא נעשה אף התקדמות בנושא באמצעות שיטות ריפוי אחרות. בכל פעם אנו נתקלים בקשיים, מאבקים, חוסר יכולות, פחדים, פוביות, בריאות לקויה, בעיות ביחסים או מצוקה רגשית, שפשוט לא נפתרת, והשורש של הגורם נמצא אולי בגלגול קודם בשל אירוע או אירועים טראומטיים או חוויה בלתי פתורה.

ניתן להתווכח בין אם לאו גלגולים קודמים אכן קיימים, אבל מנקודת המבט שלי כאשר מטופל פתוח לאפשרות של איזה שהוא קשרים מחיים קודמים לבעיה עכשווית בחיינו, לשים את הספק בצד למען הטיפול יכול לזמן הוכחות חושפות לטובת אפשרות זאת. שיטת PLT יכולה להביא פתרון לבעיה, יחד עם הבנה גבוהה יותר והבהרה של סוגיה, אשר תהיה לבעלת ערך עצום בחיי ההווה. בנוסף השיטה יכולה להביא לשחרור כאב מוחלט או את היכולת להתגבר על השליליות או פחד.

דוגמאות פשוטות של גלגול נשמות המתרחשות בחיינו יכולה להיות לדוגמא כאשר אדם עם פובית מים חווה אי נוחות בלתי מוסברת או תגובה שלילית למים - ברכות שחייה, אגמים, ים, או גופים אחרים של מים. אירוע טראומטי בגלגול קודם לעתים קרובות יכול להישאר בתוך שדה האנרגיה של האדם ברמה התאית בצורה של "אנרגיה לכודה" ולפעמים זה מספיק רק לחזור לזמן הטראומה ולחוות מחדש אותה בדרך בטוחה וללא כאבים כדי לקבל את ההבנה הגבוהה יותר, או את המסר מהאירוע עצמו. לדוגמא, נשים בימי הביניים לרוב הוטבעו באשמת כישוף בין אם הן אשמות או לא, צוותי ספינות נזרקו לים, ילדים שלא ידעו לשחות טבעו והרשימה עוד ארוכה. טראומות לא פתורות יכולות להופיע בחיינו בצורת פוביות, פחדים ואפילו מחלות.

עדות לכאב הפיזי הכולל כאב כרוני ועייפות יכולה להיות גם עקב טראומה בלתי פתורה מגלגול קודם, בדרך כלל קשורה עם אלימות ואפילו עינויים מהסוג הכי הרע שיש. השפה שהלקוח בעצם משתמש כדי לתאר את הכאב שלו בשיחה רגילה יכולה "להסגיר" ולהציע בצורה לא מודעת את סיבת הכאב. דוגמא לכך יכולה להיות כאב שמתואר כ"דקירה" - "זה מרגיש כאילו מישהו דוקר אותי בבטן, בגב, בצד, וכו", או "זה מרגיש שנבעטתי בגבי על ידי סוס או "זה חונק אותי לחשוב על האירוע", בהתייחסו לאי נוחות בצווארו, באזור הגרון או החזה.

הגוף שלנו מדבר אלינו בשפה מטפורית, וכך הלאה על ידי האזנה לדרך שבה מישהו מתאר את הסימפטומים הפיזיים או הרגשיים שלו, בעזרת זאת ניתן לפענח מידע במידה מסוימת במהלך שיחה רגילה מבלי אפילו לעשות שחזור גלגולים באופן מלא.

איך שיטת PLT מתבצעת בפועל?

שיטת PLT מהווה טיפול יעיל בחשיפת תגובות או ריאקציות עקשניות ובעייתיות בחיינו ולסביבה היומיומית שלנו. זה מתבצע עם המטופל כאשר הוא יושב בנוחות או בשכיבה. הדרישה החשובה ביותר היא הנוחות המוחלטת של המטופל, כך שהוא יוכל להירגע כמה שיותר בצורה עמוקה בלי הפרעה כל שהיא. מוסיקת רקע עדינה יכולה להשמע תוך כדי לעזור להשרות רוגע אולטימטיבי. המטפל מנחה את המטופל בעדינות בחזרה בין זיכרונות ילדות, אל הזמן שברחם ולאחר מכן אל הגלגול קודם.

איך אנחנו יודעים האם אנחנו באמת חוזרים אל העבר שלנו בעזרת "גלגול קודם"?

לפעמים במהלך PLT זה יכול להיות קל לחשוב שאנו ממציאים את כל העניין, עד שאנחנו לומדים לסמוך על התהליך. אחת התופעות המעניינות ששמתי לב להן היא, שזה לא ממש משנה מה אתה חושב כי למרות שאתה עלול להרגיש שאתה ממציא את כל זה, אתה למעשה מעביר מידע עשיר לתוך התהליך, שניתן להשתמש בו וליישם אותו במהלך הפגישה הטיפולית. זוהי רק דרך של לבטוח ולכבד את המידע שקופץ לתוך הראש במהלך פגישה, ולהיזהר שלא לשפוט את המידע שמגיע דרכו.

לעיתים יכולה להתקבל ההרגשה שהתחושות הראשונות שעולות אינן אמיתיות וזה יכול לגרום לנו להטיל ספק, אך לרוב התחושה נובעת מהעובדה כי אנו "התרגלנו" במידה מסוימת לעבוד קשה ולהיאבק כדי להגיע להישגים. כאשר משהו נראה לנו קל, אנו פוסקים באופן אוטומטי ש"זה לא יכול להיות נכון" או "זה פשוט מדי".

כמה מפגשים PLT אני צריך?

מתוך הניסיון האישי שלי, מפגש אחד או שניים יכול לחשוף היבטים רבים של בעיה מסוימת אשר מופיעה בחיי היומיום. במקרה שלי, התגלה לי כי הסיבה שאני חווה קשיים כלכליים בגלגול החיים הנוכחי היא בגלל נדר שנדרתי לעצמי בגלגול הקודם שלי, על מנת לא לשים את עצמי בידי סכנה. נשבעתי שלא יהיה לי שום קשר עם כסף או עם אנשים עשירים, משום שהייתי מאוד עשירה בעצמי, והדבר גרם לכך להיותי מושא להתנכלויות ושנאה, למעשה עד כדי כך שזה גרם למותי.

בחיים האלה, היה לי חוסר אמון באנשים עשירים באופן כזה, שהם נתפסו בעיניי כמסוכנים ובלתי צפויים. תפיסה זו יצרה מעין התניה בלתי רצונית בחיים הללו שמעולם לא ארשה לעצמי להיות אמידה מבחינה כלכלית שוב, אחרי מה שקרה לי. ההתניה שלי התבטאה בדפוסים התנהגותיים בתחום המעשי כגון לעסוק ולהחזיק במשרות עם הכנסה נמוכה ואפיקים פוטנציאליים מוגבלים מאוד. זו הייתה דרכי למנוע מעצמי לגרום לטראומה לחזור על עצמה בצורה מסוימת, וזה היה רק אחד מהאמונות התת הכרתיות שקיימתי עד לגילוייה באמצעות PLT.

כך האנרגיה נלכדת וממשיכה מגלגול לגלגול עד שהיא מטופלת בצורה מודעת. מה שעשיתי היה לקחת אמונה שלמה אם כי לא מדויקת, מתוך חוויה נוראית. אולי היא שימשה אותי היטב באותה תקופת חיים איומה, אבל בהחלט לא עשתה עמי חסד בחיים אלו.

על ידי ביקור בגלגולים הקודמים שלי, יכולתי לראות את מצבי באור אחר ואני באמת יכולתי לשנות את האמונה שיישמתי בזמנו, כך שזה לא יפריע בחיים הנוכחיים שלי יותר. האלמנט המעניין האחר בכל זה, גלגול קודם בפרט, היה כי המסקנה שאליה הגעתי לגבי אנשים עשירים ולהיות עשיר, למעשה ישב על אמונה אחרת שהכשירה את הקרקע עבור מפלתי מלכתחילה.

בהתאם ללקוח והסוגיות שלו, כמה פגישות בלבד יכולות לגרום להשפעה תודעתית עמוקה יותר על עצמנו, אך עם זאת, אפילו מפגש אחד יכול ממש ל"פקוח עיניים" ולחשוף רבדים עמוקים יותר של הנפש המורכבת שלנו ועל איך כולנו מחוברים בצורה מאוד מיוחדת.