שיעור/ תקשור - להרגיש לא לחשוב

להרגיש לא לחשוב, פשוט לשבת בשקט ולהרשות לעצמך להרגיש, זה ה"כול", שיכול לקחת אותך מעל ומעבר, להרגיש הכול כל מה שבא בעיקר את הקושי, את הכאב, לא לשפוט כי אין את מה, להרגיש עד שנגמר ועולה רגש חדש, אין כאן טוב ולא טוב, נכון ולא נכון פשוט רגש מזוקק, הקושי בלהרגיש דחיקת הרגש פנימה וההתעלמות ממנו, המניפולציה שאני עושה על מנת לא להרגיש זו טעות שאנו נוטים לעשות.

 באנו לכאן לעולם להרגיש ומתוך כך לצמוח, החשיבה או הסיפורים שאנו מספרים לעצמנו יוצרים חייץ על מנת שלא נרגיש, שנאשים את האחר או את עצמנו שהוא מכאיב לנו, זה לא כל כך פשוט, רגש בא והולך ומגיע רגש חדש, כל הרגשות שזורים ברגש האהבה, האחווה ביניהם ובינינו על השונות הכאב והקושי, יוצרת בסופו של דבר את האהבה כרגש נעלה שממיס את שאר הרגשות למים זכים המרווים את הנפש, הרגש לנפש הוא כמו הדם לגוף, חייב להיות בתנועה להשתנות הלב היוצר.

העיקרון הוא להקשיב לרוח, לנפש אין את ההבנה העילאית, זו מעין מלחמה קונפליקט בו על כל אחד להבין את מקומו, לרוח יש כלים משלה, היא לא נדחפת וכאשר היא פועלת זה לא מורגש ומתקבל ללא עוררין בלי להבין שהיא פעלה את פעולתה, האדם לא יכול להתנהל בעולם עם התכחשות לרוח, היא המצפון שמכוון את חייו ירצה או לא ירצה, הנפש יכולה להחליט במיידי ובקצר ולא לתת לרוח להוביל, לרוח יש את המבט הרחב שיודע להגיע למטרות וליעדים החשובים עבורך, הנפש צריכה להבין את מקומה, זהו האדם השלם שכל דבר יושב במקומו הנכון וכול החלקים פועלים יחדיו בהרמוניה ובאיזון.

ללא הרוח האמונה מתבטלת והשמים מתכסים בעננים כבדים ובשכבה בלתי עבירה, העולם הוא בית מדרש באנו ללמוד כאן, הרוח נחווה כקול פנימי אינטואיציה, יש מקום לתת לה את המרחב הדרוש שאליו היא זקוקה, על מנת לקיים את התהליכים הנחוצים להרחבת התודעה המשפיעה על הנפש, מרחיבה ומצמיחה אותה, לא צריך לעבור ממד או ללכת לבתי ספר גבוהים זה קורה כאן ועכשיו ולכול אחד, להיזהר במדרגות ולא לפנות הצידה מתי שנוח.

התרחבות הנפש, להרחיב את הנפש ולאפשר לרוח לפעול בתוכה וסביבה, זו תחושה טובה ועילאית בה הנפש עושה עליית מדרגה ובעצם מאפשרת לנפש לשאת דברים שלא יכלה לשאת קודם, זו היא הגדילה הצמיחה הרוחנית, לקבל את הרוח כמדריכה עליונה הרוצה בטובת האדם והיא הדבר המשמעותי באדם, זו תרומתה בעולם הזה, זהו חלקיק אלוה ממעל שפועל פה בעולם החומר, למרות הקושי להיות אתו בהשלמה, לתת לאגו להבין את מקומו ותפקידו.

הרוח היא בעלת הידע צריך להכיר בה ולאפשר לה לפעול ולכוון ללא פחד, הנפש והגוף חסרי יכולת להתקיים ללא הרוח, במידה והנפש מונעת מהרוח לפעול בסופו של דבר תגיע מחלה שתפקידה להעיר את האדם לטעות שהוא עושה.

לכרות ברית עם הרוח להכיר בה בחשיבותה ובתפקידה, היא יכולה לראות מעבר לדברים ומובילה אותנו קדימה, הנפש שומרת עלינו ולעיתים בצורה מוגזמת הנובעת מהפחדים והתפיסות השגויות שלנו, יוצרת חומה בלתי עבירה, יש בה צורך בנפש אך היא לא העיקר, העיקר היא הרוח באדם - זה מותר האדם.

אתה/את מוזמנים לעשות הכרות מחודשת עם הנשמה שלך, למען הדיוק את/ה שלה, היא השורש הסיבה לקיומך, מי אתה חושב שאת/ה ? זו רק המעטפת של הנשמה, תחוש את המסה הנוכחות של הנשמה שבך, את הנצחיות שבה, אולי תחוש זכות בהתחלה כמו אדם שפוגש לראשונה את הרגשות שלו והם זרים לו כאילו אינם שלו, כאילו הם באים מחוץ לו, להרגיש לא לחשוב פשוט להרגיש. קיבלה סוניה