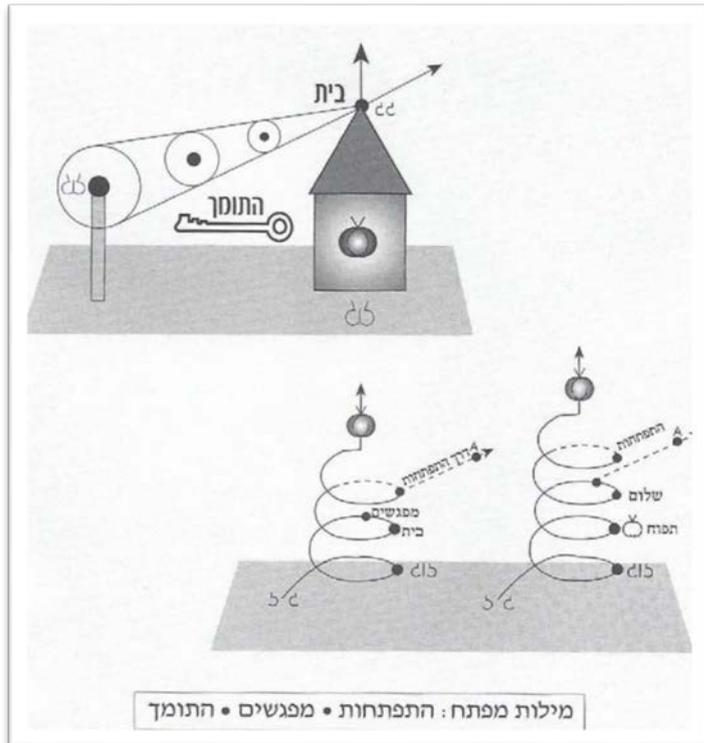


מפגש ראשון בחירת דרך התפתחות הפרט



בחירת דרך התפתחות הפרט הוא הקורס השלישי בסדרת קורסי פיזיקה משפחתית. אני רוצה להקדים ולומר, שלא כדאי לפתח ציפיות שבמהלך הקורס או בסופו כל אחד מכם כבר יצא לדרכו. בכלל בחיים עדיף לא לצפות למשהו מסוים, אלא להמשיך בתהליך ההתפתחות, לעבור עוד כמה שלבי לימוד על-מנת לקבל תמונה כללית יותר שתאפשר לכם לראות את מקומכם.

אני מדברת על תהליך התפתחות ברמה מחשבתית. אני ממשיכה להציג את החומר באותו סגנון ומתייחסת אליו כאל ידע אוניברסלי. אין בכוונתי לתת שירות

לאדם זה או אחר, אלא להיות מדויקת בהצגת התהליך. הבחירה שלי היא להציג את הנושא הזה באופן כללי ולא לשרת את הרצון האישי של אלו הרוצים כבר לצאת לדרך. אני מייצגת תהליך מסוים, ומי ששואף להבין אותו יוכל לפתח בהדרגה חשיבה מהירה ומדויקת יותר. בכל אחד מהקורסים אני מעבירה ידע נוסף על פיתוח כלים מחשבתיים שניתן להשתמש בהם בכל תחום ובכל מצב. הקורס הזה אמנם עוסק בצורה מדויקת יותר בחיפוש אחר ראיית הדרך, אך אין בו מתכונים או הבטחות ליציאה ממשית לדרך.

סיימנו את הקורס הקודם (בניה) בנושא שנקרא: "תפוח" יוצא ל"דרך המלך". דברתי אמנם על יציאה לדרך, אבל כל אחד, בהתייחס ליכולתו, יבחן האם הוא רואה את הדרך, האם הוא כבר מוכן ליציאה. הדרך לבדוק האם אנחנו באמת מצויים בתהליך המחשבתי, היא לבחון את היכולת שלנו לצמצם ברמה המחשבתית דברים בחיי היום-יום. כאשר אנחנו שואלים את עצמנו שאלה, עלינו לקבל תשובה של מילה אחת או משפט אחד מאד מצומצם. למשל, הקורס הקודם נקרא 'בניית התהליך המחשבתי במודל של בית', אך אני מכנה אותו בצמצום: קורס ה'בית'. וכך, כאשר שאלתי את עצמי בפעם הראשונה לאן ניתן לצאת מהבית שבנינו, המילה שהגיעה אלי הייתה דרך. המילה הזו הגיעה אלי באופן טבעי, כנושא עליו יכולתי להמשיך לדבר, כנושא שיכולתי לפתח. המילה 'דרך' אם כן, היא תוצאה של צמצום בחשיבה שלי - יצאתי מה'בית' ל'דרך'.

אני מציגה את הנושא 'בחירת דרך התפתחות הפרט' ומדגישה שכדאי מלכתחילה להתייחס

למילים האלו ברצינות כדי לא להסתבך בהמשך. בתהליך המחשבתי אותו אני מתארת, שום דבר אינו מובן מאליו. 'דרך' זו המילה שמייצגת את המעבר לשלב הבא, אך קודם כל יש צורך לבחור את הדרך הזו באופן כללי. הדרך שאני מתארת בפניכם לא קיימת מבלי שבחרים בה.

בואו נביט עתה על המילים שמרכיבות את המשפט שבחרתי כשם של הקורס: **דרך** כאמור זו המילה המרכזית שמייצגת את המעבר לשלב הנוכחי. לפני הציבה את המילה **בחירה** ואחריה הציבתי את המילה **התפתחות**, כי הדרך שאני מתארת היא תמיד דרך התפתחות שלא מסתיימת. במילה האחרונה יש פנייה ל**פרט** - מדובר בפרט שבחר בדרך התפתחות. הפנייה שלי מיועדת ל-

ג' המובילה, בהנחה שהיא כבר הבינה מה עושים בבית, מהי זוגיות ומהי המסגרת להתפתחות התהליך המחשבתי. בשלב הזה אני פונה אליה כ-**ג'** שרוצה לראות את הדרך שלה כפרט.

חשוב לי לציין שהמילה 'דרך' מתחברת תמיד עם מילת המפתח 'התפתחות'. אני לא רואה כיצד אפשר לבחור דרך בלי התפתחות. המילה 'התפתחות' נותנת הרבה כוח, כאשר אלמנט הזמן הוא אין-סופי. משום-כך אני אומרת שאם כבר בוחרים דרך כדאי לבחור דרך לטווח ארוך ולא לטווח קצר. דרך התפתחות זו בעצם דרך שלא מסיימים, לכן כדאי להתאזר בסבלנות, להשקיע את המאמץ הנדרש לראות משהו רציני שכדאי עבורו ללכת בדרך הזו. כאשר אדם בוחר דרך ללא התפתחות, היא מתישהו מגיעה לסופה והוא עלול למצוא את עצמו מתוסכל. זו הסיבה שבחרתי להבליט את מילת המפתח הזו במפגש הראשון בינינו.

מילת מפתח נוספת היא **מפגש** - מפגש עם אנשים. בקורס הקודם (בניה), במשך מספר מפגשים זו הייתה מילה מרכזית, כי רציתי להדגיש את חשיבותה ולהראות שזה בעצם מה שאנחנו עושים בחיים - נפגשים. בתוך הבית המפגשים היו בין בני-הזוג אותם בחרתי כמודל המייצג את התהליך. בשלב הזה של בחירת דרך התפתחות הפרט, יהיו אנשים שייבחרו דרך בתוך הבית, שתהיה מצומצמת וצנועה יותר, ויהיו אנשים שייבחרו דרך מחוץ לבית. מה הם יעשו? הם יצאו למפגשים עם אנשים מכל מיני תחומים, בכל מיני מקומות ולכל מיני מטרות; ולמפגשים האלה צריך להתכונן. מפגשים זה בעצם הדבר בהא הידיעה שכדאי להתאמן עליו. מי שבחר להתאמן על יצירת מפגשים, מכין את עצמו ל"דרך המלך" שלו - דרך של הצלחה.

לפעמים אנשים יושבים בבית הרבה זמן; אולי עשרים-שלושים שנה, ואז יציאה החוצה למפגשים עם אנשים עלולה "לפוצץ" להם את הראש. לכן חשוב מאד להבין שבניית התהליך המחשבתי במודל הבית הוא שלב הכרחי ואי-אפשר סתם כך "לקפוץ" לדרך. זה חיוני לשבת בתוך הבית כמקום מוגן שברור מה עושים בו, ומשם לשאוף להגיע לרעיון או מטרה שמאפשרים יציאה לדרך. כאשר אני פוגשת אנשים שכבר שנים רבות מתוסכלים מכך שאין להם דרך, אני שואלת אותם מה בכל זאת יש להם, כלומר האם יש להם בסיס בנוי שממנו הם יכולים לצאת; והתשובה שאני לרוב מקבלת היא שאין שום בסיס, אין נקודת מוצא.

בקורס הזה אני מדברת על האופן שבו ניתן להגיע לראיית דרך התפתחות, ולשם כך אני רוצה להראות לכם כיצד אני חושבת באופן כללי. בחומר שאני מעבירה אני לא מחדשת דבר, אלא מבליטה תמונה כללית על צורת חשיבה שבאמת יכולה להביא להצלחה. בואו אם כן, נביט פעם נוספת על הספירלה שמסמלת את תהליך ההתפתחות שבחרנו (ראה ציור). בכל סיבוב של הספירלה כל אחד יכול להציב לעצמו מילת מפתח שהוא בוחר. אני מציגה בציורים את הבחירה שלי:

בציור הראשון הצבתי בסיבוב אחד אחרי המילה **בית** את המילה **מפגשים**. בציור השני אחרי המילה **זוג** הצבתי את המילים **תפוח ושלום**. דרך הציור הזה אני מוצאת לנכון להזכיר ש'שלום' זו המילה שהרבה מאמץ מושקע בעולם להגיע אליה, ולא כדאי לצפות לראות דרך כלשהי בלי המילה הזו. ה"תפוח" כזכור, הוא סמל של מפגש מוצלח. אני לא יכולה לומר שאנשים בדרך-כלל מצליחים במפגשים, כי זה באמת מאד קשה; לא לומדים זאת בשום מקום, מלבד אולי במסגרת לימודי דיפלומטיה ברמה מאד גבוהה, לכן בחרתי לתאר בפניכם את התהליך שבעזרתו ניתן לארגן את החשיבה וליצור מפגש מוצלח.

בקורס 'בניה' ישבנו בתוך הבית זמן מה ובחרנו מודל שמבטיח הצלחה - מודל הקונוס (ראה ציור). בבסיסו של הקונוס הצבנו את המילה 'זוג' ובקדקודו את המילה 'בית'. הגענו לבית כמודל בהבנה, ואפשר לומר שהצלחנו לבנות את התהליך המחשבתי בבית. כדי להמשיך הלאה, אני מבקשת מכם פעם נוספת לשים לב למילת המפתח **התומך**. את המילה הזו אנחנו לוקחים אתנו לדרך, והשאיפה היא להגיע ליכולת לבנות בדרך הזו "בית" נוסף.

אני מדברת על דרך כמודל: יש לנו בית אחד - בית מגורים, והשאיפה היא להגיע לעוד מבנה בדרך. זוהי השאיפה הקלאסית הגדולה, אבל היא כמובן לא חייבת להתאים לכל אחד. אפשר לשאוף לכך או להסתפק במשהו אחר, זוהי החלטה אישית. אני מציירת ומציגה את האופציה של הקמת מבנה נוסף בדרך התפתחות הפרט, אבל ניתן גם לחשוב על אופציה אחרת כשלב הראשוני ממנו ממשיכים הלאה. זו הסיבה שבדרך הזו המילה 'התפתחות' מאד חשובה.

כאשר בן-אדם בוחר את המילה 'התפתחות' לפני שהוא בוחר את הדרך, הוא פותח לעצמו אופציות. המילה הזו תלווה אותו לאורך כל הדרך, היא לא תניח לו להסתפק במה שיש ותעורר אותו להמשיך הלאה. אני לא במקרה חוזרת ומדגישה את המילה הזו; אני מדברת על שפה מחשבתית, על דרך חשיבה שבה מה שלא בוחרים - לא קיים. זה נשמע אולי מאד אכזרי, אך אם מביטים על מציאות החיים של האנשים, רואים כיצד היא משקפת בחירה או חוסר בחירה בדבר בעל משמעות.

אני רוצה לחזור פעם נוספת לעניין שנראה אולי מאוד פשוט, אבל כדאי להבין שדווקא הצגת הדבר הפשוט דורשת דיוק מרבי. כאשר אני מדברת על בחירת הדרך, אני מתכוונת לבחירת הדרך ברמה המחשבתית. אנחנו קודם כל בוחרים בחשיבה ומגיעים לראיית תמונה מסוימת מהי הדרך, כלומר אנחנו לא קופצים לבצע את הדרך, אלא רואים אותה. אני מדברת על הבנה ותמונה או הבנה וראיה. את הדרך קודם כל צריך לראות - אם לא רואים היום, אפשר לראות מחר; אך הראיה הזו חייבת קודם כל להתרחש בראש, וכל עוד לא רואים בחשיבה - אין דרך.

יש אנשים שמסוגלים ממש לראות תמונות. זהו כשרון מסוים או כלי מחשבתי מאד מפותח. אני למשל, לא רואה תמונה כתמונה, אלא תמונה כהבנה. ההבנה שלי כאילו מראה לי תמונה שאותה אני לא יכולה מיד לצייר; אני רואה אותה בחשיבה שלי ואחר-כך מחפשת דרך לצייר אותה.

כאשר אני מדברת על דרך התפתחות הפרט, אני מתכוונת לדרך מחשבתית, אבל המילה 'דרך' גם שייכת למציאות של חיי היום-יום, כלומר הדרך המחשבתית משתקפת כדרך במציאות. חשוב מאד לא לשכוח זאת, כי ההתייחסות שלי בהעברת החומר היא לביטוי שלו במציאות. למשל, בקורס 'בניה' הוספתי את הא הידיעה למילה 'תומך' והיא הפכה להיות 'התומך', כלומר, תומך ממשי שבן-אדם מקבל במציאות כאשר הוא מפתח ובונה את התהליך. מי שלא מבין זאת, ממשיך לחלוט; החומר נשאר כתיאוריה והמציאות "מחכה" לו עוד שנים רבות. זו הסיבה שהצבתי את

'התומך' כמילת מפתח בבחירת דרך התפתחות הפרט.

במודל הבית שאני מציגה, על אף שמכירים את בן-הזוג שנים רבות, אם לא בוחרים לראות בו את 'התומך', אי-אפשר להתקרב למציאות הנבחרת. לפחות במודל הבית יש צורך להבין ולבחור, כי זה מה שעובד, ומי ששואל אותי: "מה לעשות?" זו התשובה שאשיב לו. ברגע שאנחנו מבינים זאת, תהליך ההתפתחות בתוך הבית מתחיל להיות מהיר ומדויק יותר. אנשים לפעמים מתייחסים לטיפולים שלנו כאל מעשה ניסים, אבל ה"נס" היחיד הוא בהבנה המאוד מדויקת אליה הגענו, שמקצרת באופן משמעותי את התהליך. לאנשים פשוט קשה לתפוס כיצד זה קורה כל-כך מהר.

אני מדברת על בחירת דרך התפתחות הפרט. זוהי דרך שרואים ובונים בצעדים מחשבתיים עם עוד בן-אדם. הבניה כמו הראיה היא דבר אישי - כדאי להבין שאף אחד לא יבנה את הדרך עבורנו, והשאלה היא על מה להתמקד? כיצד ניתן לראות? היכן ניתן למצוא את הדבר הנסתר שאנשים בכל העולם מחפשים בכל מיני מקומות רחוקים?

אנשים מוצאים את דרכם באופן טבעי כאשר הם יוצאים מהבית בגיל הביולוגי המתאים, לאחר שהוריהם השקיעו מאמץ של שנים רבות כדי להכין את הבסיס לכך. אולם כאשר ההורים, מכל מיני סיבות, לא ממלאים את תפקידם כראוי, אנשים פשוט נזרקים לחלל העולם, מתגלגלים לכל מיני מקומות, נסחפים לסיטואציות לא רצויות, ורק חלקם, במקרה הטוב, מוצאים בסופו של דבר את דרכם.

אני חשבת מה אני יכולה להציע לאנשים שמחפשים דרך, לאנשים שלא הגיעו אליה באופן טבעי, והגעתי לדבר מאד פשוט: הבנתי שאנשים לא שואלים את השאלה הנכונה ולכן הם גם לא מקבלים תשובה.

לכל בן-אדם יש מילת מפתח אחת שמאפיינת אותו. כל אחד מאתנו עושה דבר אחד מסוים כל חייו; בזה הוא לא משתנה. אני מכירה לא מעט אנשים כבר שנים רבות, ולא ראיתי שמישהו באמת השתנה. אני יודעת שאין מה לצפות לשינוי, כי מדובר במהות של האדם אותה לא ניתן לשנות. מהות זו מילה שקשה מאד להגדיר; אני, בכל אופן, לא יכולה להגדיר אותה, ולכן אני משתמשת במקומה במושג ששייך לשפת החשיבה הנקרא 'מילת מפתח'. אני אומרת שיש מילת מפתח אחת בלבד שמאפיינת כל אדם. לכן כאשר בן-אדם שואל את עצמו מהי מילת המפתח שמאפיינת אותו - הוא מקבל תשובה. זוהי שאלה מאד מדויקת שמכוונת ישירות לתהליך המחשבתי המבוסס על מילות מפתח.

אני חושבת שכל אדם בא לעולם כדי לתת לאנושות מילת מפתח אחת. כאשר הוא נותן, הוא שמח וכולם שמחים. כאשר הוא לא נותן, הוא עוצר את שרשרת ההתפתחות סביבו. זה אולי מובן מאליו שהוא סובל מכך, אולם זה פחות ברור שגם האנשים בסביבתו סובלים כי הוא עוצר אותם. אף אחד לא יכול להביא לידי ביטוי את מילת המפתח במקומו, כי היא שייכת רק לו ומייצגת רק אותו; הוא לא יכול להתחמק מהמילה הזו שמאפיינת אותו.

אנשים מדברים על מהות של אדם ולא ממש מבינים מה זה. לכן אני מדברת על מילת מפתח שקיימת כמילה. בן-אדם יכול להיפגש עם עצמו דרך מילה אחת וזהו תהליך מאד מרתק. זה קרה לי כאשר בחרתי או נבחרתי לעסוק בתחום הריפוי. אחרי התנסויות בכל מיני סוגי לימוד, הבנתי פתאום שריפוי זה אני. את סוג הריפוי שלי אני לא יכולה להעביר לאף אחד; זה פשוט לא יהיה נכון, כי כל מי שעוסק בריפוי צריך לפתח דרך משלו. אני יכולה להעביר כדבר כללי את מילת

המפתח 'תומך' שמאפיינת אותי. למזלי זו גם המילה שמאפיינת את התהליך המחשבתי, והיא זו שנותנת לי כוח לטפל באנשים ולדבר על התהליך.

לכל מי שעוסק בריפוי יש מילה מסוימת שמייצגת אותו. המילה 'ריפוי' זו מילה כללית שמאחדת הרבה אנשים שעוסקים בתחום, אבל לכל אחד יש מילת מפתח שמאפיינת אותו. המילה שמאפיינת אותי, כאמור, היא 'תומך'. זה הדבר שאני עושה בכל רגע בחיי. בן-אדם לא יכול להשתנות, לכן בכל מקום בו אני נמצאת אני באופן טבעי תומכת. זה יכול להיות במכולת, במונית או בחנות בגדים. אנשים בדרך-כלל נכנסים לחנות במטרה לקנות דבר מה. אך כשאני מגיעה לחנות אני גם קונה וגם תומכת במכירה, דבר המושך על פי רוב אנשים נוספים לאותה חנות. זה מה שאני עושה כי אני לא יכולה להשתנות.

אני כמובן בעיקר תומכת בבריאות של אנשים; אני תומכת בהבראה של המטופלים שלי. לא פגשתי מטופלים שהגיעו לרמה כזו של תמיכה, לא בגלל שהם לא רוצים, אלא מכיוון שיש להם מילת מפתח אחרת. אני אמנם מתארת את התהליך המחשבתי מתוך נקודת המבט שלי כמרפאה, אך אני עושה זאת באופן כללי כדי שכל אחד יוכל למצוא את המקום שלו - את התחום בו הוא בוחר לעסוק ואת מילת המפתח המייצגת אותו.

אנשים לפעמים תוהים מה אפשר לקבל דרך לימוד הידע. קשה מאד "לספק את הסחורה" בצורה ישירה ומיידית. כל מי שמשתתף בקורס בעצם עובר תהליך בניה של רמה מחשבתית גבוהה יותר - כך הוא מפתח כלים מחשבתיים. אולם עד שהראש לא מגיע לרמה גבוהה ומדויקת מספיק, האדם לא יכול לקבל תשובה. לכן אני לא יכולה להבטיח לכל מי ששואף לכך שהתשובה תגיע מיד. התשובה מגיעה כאשר בן-אדם מתקרב לרמה שלו, ואם זה לא קורה, פירוש הדבר שצריך להמשיך להתפתח מחשבתית, כלומר לעלות ברמה. מי שמתאמן בדרך הזו מקבל תשובות מהר יותר, ובהדרגה מסוגל יותר להבחין מה נכון בשבילו ומה לא. הוא מקבל סימנים מהמציאות ודרכם הוא מבין מה קורה לו ואיך התהליך עובד. משום כך אין מה לפחד ללכת בדרך הזו, או להסס לשאול שאלות על-מנת לקבל תשובות ולראות מה נכון ומה לא. כאשר אנחנו מקבלים תשובה חלקית פרוש הדבר שעדיין לא הגענו לרמה מחשבתית גבוהה מספיק המאפשרת לנו לקבל תשובה מקיפה יותר. אנחנו מגיעים להגדרות וניסוחים בשלבים, כחלק מהתהליך, המאפשרים לנו לעבור לסיבוב הבא, כפי שאני למשל הצבתי שלב אחר שלב בספירלה את המילים: זוג - בית - תפוח - שלום.

אנחנו מדברים על דרך התפתחות הפרט שמיוצגת על-ידי מילת מפתח אחת, ואת הדרך הזו צריך לבחור. בן-אדם שבאמת רוצה לצאת לדרכו חייב להבין שיש רק מילה אחת שמאפיינת אותו, ולהתייחס ברצינות למילות המפתח המשמעותיות של התהליך - התפתחות, תומך, התומך ובחירה - שאי-אפשר בלעדיהן.