

פעם הייתי מטפלת.

שלושת הממדים.

שמעת על זה?

זו שיטה לשחרור מטענים מתת המודע.

איך מזהים ומשחררים?

בעיקר ע"י בדיקת שריר או מטוטלת,

בודקים מה היה, איפה החסימה, ומה בדיוק לשחרר וכו...

למדתי שנה ראשונה, שנה שניה.

בשנה שניה את כבר עמוק בתוך הסטאז'.

אני הייתי בעומק העומקים.

עבדתי, טיפלתי, ראיתי תוצאות. טובות אפילו.

מהר מאוד כבר התחלתי לקבל בכסף.

אפשר לומר שקצת התמכרתי לזה.

לא כל כך לשיטה, כמו לבדיקת השריר.

תחשבי על זה-

אני יכולה לבדוק כל דבר-

אם זה טוב לי, אם זה נכון עבורי, אם זה מועיל

היה לי מקום בו יכולתי להרגיש

שליטה, בטחון, בהירות. וואו!

בתור אחת שיש לה קשיי החלטה,

זה היה פתרון מצוין עבורי!

בדיקת שריר!

זה פתח לי המון אפשרויות,

ובעיקר - כביכול 'הרגיע' אותי כשלא ידעתי מה לעשות.

כמו "אורים ותומים" כזה...

השנה הזאת הייתה שנה מעניינת מאוד.
מעבר לסטאז' התמודדתי עם משהו לא נעים אבל לא נורא:
לפחות 4 פעמים הצטננתי רציני מתחילת השנה.
הצינון היה נמשך כשבוע-שבועיים,
התעטשויות, עיטושים, השתעלויות, אף אדום ומגורה, טישיו...
ככה שוב, עובר ושב וחוזר חלילה...

חודש סיוון שנת תשפ"א

צינון רציני תקף אותי שוב.
האף סתום
הקול - נשמע בהתאם...

מחכה שיעבור.
עוברות שבועיים.
הצינון חולף,
אבל הפעם משהו נשאר.
חצי אף סתום.

הנה תיאור איך זה נראה:
אדי לא יכולה לישוד בלילה, אדי כל הזבד בתעוררת מהקושי לדשוב דרך האף.
אדי לא רגילה לישוד עב פה פתוח, וזה סבל בל יתואר עבורי!
(תרגום מילולי: אני לא יכולה לישון בלילה, אני כל הזמן מתעוררת מהקושי לנשום דרך האף,
אני לא רגילה לישון עם פה פתוח, וזה סבל בל יתואר עבורי!)

ככה עוברים הימים.
חצי אף סתום, הקול שלי נשמע גרוע ביותר, (יש לי הקלטות...)

ואני סובלת!!!

טוב.
אני אופטימית.

אומרת לעצמי- בטח עד החופש זה יעבור.

החופש מגיע.

לא עובר ולא נעליים.

אני עדיין אופטימית.

אומרת לעצמי- בטח עד סוף השנה זה יעבור.

מגיע סוף השנה, ערב החגים.

לא עובר ולא עובר ולא עובר.

קצת מתוסכלת. קצת מאוכזבת. קשה לי.

עדיין, מעודדת את עצמי:

עד אחרי החגים- בטוח זה יעבור!

לא יכול להיות שלא...!

החגים עוברים עלינו לטובה,

והאף - אין תזוזה בסתימה.

טוב, עכשיו אני כבר ממש מיואשת.

מה לא ניסיתי?

רופאים רגילים, קונבנציונליים

תרופות לאלרגיה,

רפואה אלטרנטיבית

תרסיסים לאף,

ריחני מנטה שאמורים לפתוח גם סתימות טווח....

ואיך לא? בדיקות שריר כל היום, כל הזמן... (בנושא הזה השריר לא רצה לענות לי...)

לא עוזר שום דבר!

בינתיים, אני ממשיכה בעיסוק המעסיק ביותר עלי אדמות:
טיפול בשלושת הממדים.
או נכון יותר: בדיקות שריר.

הייתי עסוקה בזה כל הזמן! ואני לא מגזימה.
נסחפתי עמוק לתוך זה.
זה היה עבורי עוגן, מרחב בטוח,
כמו מישהו שאפשר פשוט לשאול אותו ולקבל תשובות...

האמת? ידעתי שמשהו לא תקין,
ניסיתי דווקא להפסיק,
אבל, את יודעת... לא ממש הלך לי.

מגיע חודש כסלו תשפ"ב

חצי אף עדיין סתום.
אין יוצא ואין בא.

ידידה אחת, בעמדת המתנה כלשהי,
היתה משוחחת איתי מידי פעם
על החיים, על ההמתנה ועל עוד.
באותו זמן היא התחילה ללמוד את הקורס, וטרם למדה לבדוק בשריר.

היה זה ערב אחד, בין חמישי לשישי,

באחד מערבי כסלו המוקדמים
יוצא לי לשוחח איתה בטלפון.

היא אומרת לי:

אני ממש מחכה כבר לדעת לבדוק בשריר,
ככה אוכל לבדוק מתי הישועה שלי מגיעה...

אני שומעת את זה ונחרדת.
אמאליה, לא. זו בעיה. זה אסור.

מתחילה לדרוש לה רציני על כל העניין
כמה זה חמור,
כמה זה אסור,
כמה עלולים ליפול מזה ולהיסחף ל-ה"י, אבל כן, משהו ממשפחת האלילות, ה"י!!!

ככה אני דורשת ודורשת...
ומתחלחלת...

אל מי אני מדברת???

אליה?

או אלי?

אני קולטת שאני מדברת לעצמי,
דיבורים שאני חייבת לשמוע,
דיבורים מזעזעים,
אני צריכה לשמוע את זה!!!
אני זאת שנסחפה,
אני זאת שנפלה והתבלבלה...

סוגרת את הטלפון,
מעבירה יד על מצח מיוזע...
ריבונו של עולם! איך חטאתי לך!

מזועזעת עד עמקי נשמתי.
איך בגדתי בך!
איך הלכתי רחוק כל כך?
איך שכחתי ממך???

אני כאובה כל כך,
מבינה כמה רחוק הלכתי.
כמה הסתמכתי על ה'שריר'
במקום "תמים תהיה עם ד' אלוקיך"
במקום "אל בינתך אל תשען..."
ובמקום עוד הרבה...
מה עשיתי?
סמכתי על עצמי, על בשרי, על שרירי...

באותו רגע אמרתי:
ד', אני לא יודעת למה האף שלי ככה סתום,
אולי זה קשור ואולי לא.
אני מפסיקה הרגע.
אני רוצה לחזור אליך,
לחזור לבטוח בך,
לא לדאוג יותר מכל מיני דברים,
לסמוך עליך.
והלוואי שהאף ייפתח...
(לא התניתי את זה בזה, רק ייחלתי, בלי קשר)

יום שישי בבוקר,
יש תזוזה באף.
חשבתי שנהיה גרוע יותר.

בליל שבת כמעט בכיתי.
זה היה גרוע כל כך...

שבת בבוקר.

השעה 07:00.
אני מתעוררת שוב פעם כמו כל פעם...

לחות בלתי מוכרת, מיים? מהאף?
אני קמה, חושבת שאני הוזה.

אני לא מאמינה, אבל זה פשוט קורה.

האף שלי נפתח!

מנסה לבדוק,

נושמת?

כן!

לגמרי!

אוויר צלול של בוקר שבתי במיוחד נכנס לתוכי.

חולפות כמה ימים עד שהכל עובר,

אבל זה עובר!

לגמרי!!!

קשור או לא?

לא יודעת.

תוהה.

ד' שולח לי משפט באמצעות מרצה שאומר את מה שמובא בגמרא: (ברכות ה' ע"א)

"אם רואה אדם שיסורין באין עליו - יפשפש במעשיו"

מתרגשת.

תודה ד' על הסימן שעשיתי נכון.

עוברות עוד כמה שבועות.

מנסה להבין-

למה דווקא באף?

חושבת על צמד המילים- חרון אף.

נחיר. נוחר.

מגלה שהאותיות הן אותן אותיות- נוחר, חרון...

אמאלה...

עוד כמה שבועות או חודשים חולפים,
והנה אני מגלה פסוק,
מוכר כל כך,
ש-איך לא שמת לי לב עד עכשיו?
"ועבדתם אלוהים אחרים... וחרה אף ד' בכם..."
.....!

קשור או לא, לא יודעת,
אבל בהחלט טלטל אותי!!!

ד' באהבתו וברחמיו המרובים
שלח לי מסרים.
זה הדבר הכי מנחם ומשמח שיש!
הוא לא מוותר עלי!

סוף סיפור:

בגלל שראיתי שאני עלולה להיסחף שוב, החלטתי לעזוב לגמרי את שלושת המימדים.
(למרות שאני חושבת שזו שיטה שעובדת היטב, בעיקר ראיתי שינויים מדהימים אצל ילדים)

האמת?

יש עולם כל כך יפה

כשפשוט משחררים.

זה אולי אחד המשפטים האהובים עלי כיום,
שאני עוסקת בליווי ואימון לשחרור מהמקום התלתי והלפעמים "שוכח" במי באמת לשים
מבטחנו.

למדתי המון מהסיפור הזה,
ואשתף בשלושה עיקריים:

1. "אל תבטחו בנדיבים..." זה לא רק בנדיבים, אלא גם בשרירים...

2. ד' מדבר אלינו כל הזמן. לכל אחד בשפה שלו. שימו לב. זה הוא.

3. אם השריר נותן תשובה "אמיתית" או "שקרית" - זה לא משנה, **משנה מה היחס שלי**

כלפיו

וכנ"ל לגבי כל סוג של תלות או התמכרות או הערצה עיוורת...

הבהרה למה יש להיזהר מלומר בוודאות שבגלל משהו אחד קרה משהו שני:

1. הגמרא בברכות ה' ע"א מדברת על פשפוש במעשים ותליית הייסורים בביטול תורה, אך אינה אומרת בוודאות שזו תמיד הסיבה.

2. הרמב"ם (הלכות תעניות א', א') כותב שמצווה לחפש סיבה לייסורים ולשוב בתשובה, אך מזהיר מפני ראייה פשטנית מדי של ההשגחה:

"דבר זה מדרכי התשובה הוא, שבזמן שתבוא צרה ויזעקו אל ה' ויפששו במעשיהם – ידעו כולם שבגלל מעשיהם הרעים הורע להם..."
עם זאת, הוא אינו אומר שהקשר חייב להיות ישיר.

3. החפץ חיים (שמירת הלשון, שער התבונה פרק ו') מזהיר מלקבוע בוודאות שהייסורים הגיעו בגלל חטא מסוים, משום שאין אנו יודעים את דרכי ההשגחה האלוקית.

המסקנה:

מותר לחשוש ולקחת מוסר מהייסורים כדי להשתפר, אבל לא לקבוע בוודאות שהייסורים הגיעו בגלל

חטא מסוים. אמונה פשוטה היא להבין שה' מנהיג את העולם בחשבונות נסתרים, ואדם יכול לשוב

בתשובה ולקבל את הייסורים באהבה, מתוך הבנה שהם באים לתיקונו.

זהו. אם הגעת עד לכאן, מגיעה לך תודה ענקית!

האם גם לך יש סיפור שראית בחוש איך ד' מדבר אליך?

אשמח שתשתפי אפילו במשפט,

זה יכול להיות מלפני עשור,

מאתמול

או מהרגע הזה ממש.

זה ירגש אותי ממש לקרוא על זה!