

מ

המדריך לשפע מעשי

מאת פריידי מרגלית
מייסדת תפישת המטאיזם
פילוסופה מעשית לחיים שהם גן עדן

כל הזכויות לשפע שמורות לכולם © וכל המרבה להפיץ הרי זה משובח.
מוזמנים לקרוא, להתעשר ומיד להעביר הלאה לחבר'ה, שיתעשרו גם הם.

סיפור המסע שלי

נעים מאד. אני פריידי מרגלית.



עד לפני 8 שנים עסקתי ביזמות נדל"ן בחו"ל, קניתי ומכרתי נכסים למחייתי, נהיית מכל רגע, הרגשתי כמו במשחק מונופול, ואהבתי את החיים הטובים והנוחים. אני עדיין אוהבת.

מאז ומעולם היה ברור לי שאני מייצרת את המציאות של עצמי ואיש לא יוכל לעמוד בפני החלומות השאפתניים שלי. בגיל 23 כבר רכשתי, השבחתי ומכרתי ולפני גיל 30 כבר זכיתי לבנות את בית החלומות, אותו בית ששנים קודם לכן, ראיתי בפרוטרוט בעיני רוחי: בית יפה ומעוצב עם מרחבי דשא גדולים וירוקים, ילדים רצים בחיתולים בעוד האימהות שותות להנאתן בירה ומשתכשות במי הברכה הצלולים.

עבורי, כל הפרטים כבר היו שם מראש וזה היה רק עניין של זמן עד שהם הפכו למציאות "אמיתית", במובן שכולנו מכירים.

אל תוך גן העדן החומרי והרגשי שיצרתי לי, הגיע אירוע מכונן שלא יכולתי לצפות בשום דרך. אחי הקטן והאהוב, חיים אל-עזר, נפטר והוא בן 14.5 בלבד, ילד נצחי שלעולם לא יגדל...

במותו הוא פתח לי צוהר ל"מטא קוגניציה", גילויים ששינו את חיי וגרמו לי לחקור את עולם התודעה. הידע זרם פנימה, מידע על גבי מידע, סדרות של פקודות ותדרים אשר לימים גובשו לתפישת המטאיזם - דרך ייחודית ומתקדמת לחקור וללמוד את התודעה, במטרה לשחק נכון את משחק החיים. את עולם הנדל"ן עזבתי באחת.

כי מה זה משחק מונופול אל מול לונה פארק מטאפיזי של אפשרויות אינסופיות?
בשנת 2010 נפתח מרחב מודעות הראשון. זה התחיל בקליניקת עץ קטנה בגינה -
והפך לאולמות ענק מלאים - המרכז לפיתוח התודעה. מאז ועד היום אלפי אנשים
למדו את הכלים הפרקטיים של המטאיזם, והחזירו בעזרתם את הכוח הביתה,
לעצמם.

אני מעבירה את הידע הזה מתוך תחושת שליחות ואהבה ומתוך החזון שלי להנגיש
לאנשים את העולם התודעתי ולאפשר להם לייצר אינטגרציה בינו לבין העולם
החומרי.

כיום אני מתרגשת לראות איך קהילה שלמה חיה ומתנהלת לפי גישת המטאיזם
ואיך אלפי אנשים מגשימים הלכה למעשה את ההבנה כי גן עדן - זה כאן, והשפע
זמין לכל דורש!



מהי תפישת המטאיזם וכיצד היא משפיעה על תודעת השפע שלך?

"עד שלא תהפוך את תת המודע שלך למודע, הוא ינהל את חיך ואתה תקרא לזה גורל." קארל יונג

החיים שלנו, של כולנו, לוקחים אותנו לכיוונים שלא תכננו או צפינו, אבל תפישת המטאיזם מסבירה, שלמעשה אלה אנחנו המחוללים לעצמנו את המציאות, ועל כן יש לנו אפשרות לנהל את התודעה אם רק נחזיר את המושכות לידינו. תפישת המטאיזם מאפשרת לנו להתבונן במנגנון שמפעיל אותנו, לראות מה מסתתר מאחוריו, לאתר ולשנות את הדפוסים הלא מודעים, המעצבים ומכתיבים את המציאות היומיומית שאנו חווים כמציאות אמיתית.

חווים כמציאות אמיתית? למה הכוונה?

רובנו נוטים להסתמך על מה שענינו רואות ולחוות את המציאות כאמת מוחלטת המאוששת על ידי מכלול חושינו.

אלא שגם חקר הפסיכולוגיה וגם המפתח לפריצות נוירולוגיות, מצביעים על הנחת יסוד על פיה הראייה הינה סובייקטיבית לחלוטין, ומגיעה מהמנגנונים הייחודיים שיש לנו במוח.

למעשה, פעולת הראייה, אותה אנו מייחסים לעיניים, אינה אלא קליטת חלקיקי אור (פוטונים) והעברתם כאותות, סיגנלים, אל מרכז הראיה הנמצא בחלק האחורי של המוח. ושם – באותו חלק סגור ואטום לאור, המכיל אזורים רבים לעיבוד תמונות, שכל אחד מהם מתמחה בהפקת סוג מסוים של מידע, שם מתגבשת התפיסה של מה ש"ראינו" דרך פילטרים שונים, הקשורים למבנה המוח ולאישיות שלנו.

כך שבעצם, המציאות ה"אובייקטיבית" עליה אנו סומכים היא סובייקטיבית לחלוטין: כל אדם רואה את מה שהמוח שלו מתוכנת לראות. ובדיוק כפי שזה עובד עם חוש הראיה כך זה מתנהל גם עם יתר החושים שלנו המעבירים למוח מידע, והוא מצידו אחראי על התרגום, הפרשנות והחוויה.

ובמילים אחרות – המוח, הוא שכותב עבורנו את התסריט של חיינו בכל רגע ורגע, או, כפי שאמר קן ווילבר: "הגשם אינו יורד עליך, אלא בתוכך".

אז מה גורם לאחד לכתוב תסריט לחיים של שפע כלכלי ולאחר לרוץ אחרי הזנב של עצמו?

תת המודע שלנו הוא מאוד שמרן ומקובע. הוא אוהב סטאטוס קוו ושווא שינויים. בספרו "להפנט את מריה", מסביר ריצ'ארד באך, כיצד כל הצהרה היוצאת מאתנו או כל אמונה שנספגת בתוכנו, מהווה סוג של הפנוט - פקודה שהמח מכיר, כאמת אבסולוטית אחת ויחידה.

מי שחווה הפנוט אן, לחילופין, התקף חרדה - יודע עד כמה אמיתית נראית ומרגישה החוויה: הגוף מגיב בהזעה, בסחרחורות ובדופק מואץ, ובאותם רגעים - זאת האמת הבלעדית של החרד.

כך הוא הדבר גם לגבי כל "אמת" אחרת המסתתרת לה בנבכי תודעתנו: הפחד ישתק אותנו ויגרום לנו להרפות את ידנו ותחושת ערך עצמי נמוך, תחסום את המעוף והחזון שלנו.

כל הפקודות והאמונות הקיימות בתודעתנו, הן המפתח לתרחיש שיהפוך למציאות חיינו.

במילים אחרות, כשאנחנו מסתכלים על אדם החי באופן קבוע מהיד אל הפה, או אוסף שקל אל שקל, ניתן להניח בוודאות כי עוני והישרדות הם הדרך המוכרת לתודעתו. בעוד שחברו, שהינו בעל יכולות ואמצעים דומים, אך אמונות הבסיס שלו הן לגמרי הפוכות, יוכל, באמצעות תודעתו, לייצר עבור עצמו חיים נוחים וטובים, או אם תרצו - גן עדן עלי אדמות.

כי סופו של דבר, כל המחסומים והפחדים המגבילים - כולם אצלנו בראש - ולכן, הדרך לשנות את מציאות חיינו, מתחילה עם שינוי תפיסות, דפוסיים ואמיתות, ושחרור של התודעה שלנו מכבלי תת המודע.

כולם רוצים שפע – אז מהו שפע בכלל?

שפע הוא קודם כל סוג של אנרגיה, תדר של "יש" הזמין בכל עת. השפע הוא הוויה של מלאות וסיפוק, תחושה של משחק מרגש, עם אינסוף אפשרויות והזדמנויות. חשוב להבין ששפע לא מתייחס רק לחשבון הבנק, אלא לתפישת חיים הפוגשת אותנו בכל תחום ותחום: בבריאות, ביצירתיות, בידע, באהבה, בסקס, וכמובן בחשבון הבנק המפרגן. היקום עצמו שופע, ואנחנו חלק מהשפע הזה, חלק משדה אינסופי בו יש לכל אדם שפע בשפע!

אני מלמדת את תלמידיי להתייחס לשפע בדיוק כפי שהם מתייחסים לאוויר, הרי לא יעלה על הדעת שאדם "יקמץ" בנשימה רק מתוך חשש שלא ישאר מספיק לאחר?! וכשם שהשפע שלך לעולם לא יבוא על חשבוננו של אחר, כך גם השפע של אחרים לעולם לא יכול לבוא על חשבונך או להחסיר ממך דבר.

השפע זמין לכל דורש, בדיוק כשם שחמצן זמין לכל אורגניזם חי.

האבסורד הוא שאנחנו היחידים המחסירים מעצמנו את השפע.

אבל מדוע שנעשה דבר כל כך לא הגיוני?

דימוי עצמי נמוך הוא החסם הראשון והעיקרי לשפע. בדרך כלל רגשות כמו אשמה, חוסר הערכה עצמית וחינוך המטיף לצמצום והסתפקות במועט, יתכנתו את התודעה להשאר במצב השרדותי בלבד.

רובנו גדלנו בתחושה שאנחנו לא מספיק טובים, שיש טובים מאתנו או שלא מגיע לנו. תפישת המטאיזם לא מבזבזת זמן על חיפוש אשמים. כי גם אם נצליח לאתר בהיסטוריה האישית שלנו, תמונות ילדות מסרסות ומקטינות, ו"אמרות שפר" מקבעות שנתקעו לנו חזק ב"דיסק" והפכו לאמת בלתי מעורערת - לתפישתנו, אם נרד עוד בעומקי מחילת הארנב, נבין שגם זו רק השתקפות, שחוללה התודעה שלנו. לכן, במקום לחפש גורמים אשמים, אנחנו מעדיפים להתמקד באיתור הדפוסים ההישרדותיים ובתכונותם מחדש, לטובת דפוסים המניעים לחיי שפע.

בספרו "מדע ההתעשרות" כותב וואלאס די. ווטלס: "אל תדבר עוני, אל תחקור עוני ואל תטריד את עצמך בו. התעשר! זו הדרך הטובה ביותר בה תוכל לסייע לעני... העני איזו זקוק לצדקה, הוא זקוק להשראה."

מי מפחד משפע מעשי?

ככל שתלמדו לעוף על עצמכם תזכו לראות כיצד השפע נמצא בכל תחומי החיים שלכם. המטבע בעל הערך הגבוה ביותר הוא לא הביטקוין אלא הערך העצמי איתו

אתם מסתובבים בעולם. אילו היינו תופסים באמת את הערך האמיתי שלנו, לא היינו מתפשרים על מה שמגיע לנו כמו שאנחנו עושים. ברגע שאנו מבינים את המשמעות של עצם הקיום הנשגב שלנו בעולם לא נבזבז זמן על מושגים כמו 'לא ראוי' או 'לא מגיע'.

במילים אחרות:

**"אמור לי מה מצב חשבון הבנק שלך ואומר לך
מה אתה חושב על עצמך"
(פריידי מרגלית)**

שפע – כביטוי רוחני

רוב האנשים מתקשים לעכל רעיון זה, כיון שהם מחזיקים בדעה הקדומה שהסתפקות במועט היא ערך עליון והסגפנות היא נעלה ורוחנית. בנוסף, לכסף גם יצא שם רע והוא מוצג לא פעם כדבר מלוכלך שבמידה מסוימת עלול אף להיות מסוכן.

אלא שאיזה ביטוי רוחני יכול להיות גדול משפע? הרי הטבע הוא שופע מיסודו, זו מהות סיפור הבריאה - מפץ גדול של יש, מתוך הריק הגדול. בין אם אתם מאמינים בסיפורי בראשית, בפילוסופיה האינדיאנית או בפיזיקה הקוונטית, איך שלא תסתכלו על זה - היקום נברא יש מאין.

השפע לתפישתי, הוא מצב של ידיעה חזקה ובטחון פנימי שכל הצרכים והמשאלות שלנו יתממשו, אם רק נבחר בהם.

אלוהים הוא השפע. הבריאה היא השפע. אני ואתם, כולנו – זהו השפע האולטימטיבי.

אז תסכימו איתי שכל קונוטציה שלילית שנלביש על המושג "שפע" – חוטאת לו.

כל אדם יכול לחוות שפע, במידה בה הוא יצליח לתפוס את המושג הזה ובמידה שבו הוא יהיה עבירו זמין ונגיש. כל אדם מוזמן ליהנות מהשפע שלו. בכמות, בעוצמה ובדרך בה הוא בוחר. כך שנכון יהיה להסיק ש"כל המרבה – הרי זה משובח!"

המדריך לשפע מעשי כיצד לתכנת את התודעה לרווחה ב-3 שלבים פשוטים?

- 1 -

שלב ראשון: הודיה. לייצר יש מתוך יש.

פעולת ההודיה היא ה- STARTER המתניע את אנרגיית השפע לכיוון שלנו, יש שיגדירו אותה כפעולת הבסיס של השפע וזאת מהסיבה הפשוטה שככל שאנו מודים יותר אנחנו מושכים אל המרחב שלנו יותר שפע, מודים יותר וחוזר חלילה.

השלב הראשון בדרך לשפע הוא לתכנת את המוח להודיה. להפוך את הכרת התודה לטבע שני לנו וממילא, למשוך בכך, עוד ועוד ממנו.

במציאות היומיומית אנחנו כמעט ולא עוצרים להודות על מה שיש לנו, מקבלים זאת כמובן מאליו ובעיקר עסוקים בלקטר על מה שאין. ההתמקדות במה שיש, ובמיוחד בזמן שלפני השינה, בו התודעה שלנו חשופה ופתוחה, מאפשרת לנו להתוות את המוח לקליטה של שפע.

במשימה זו אנחנו מתחייבים להודות על השפע שכבר קיים בחיים שלנו. על הבריאות שלנו, על הבריאה, על הטבע, על המשפחה, החברים, ההגשמה. כל אחד וחבילת השפע שלו. נתמקד בלראות את ה"יש" בכל דבר ובכך נעצים אותו.

הידעתם? קורבנות דוחה שפע

אם אנחנו נמצאים בתדר נמוך של קורבנות או אשמה, אנחנו מרחיקים מעלינו את השפע. כשם שאנחנו מנצלים את החוק הפיזיקלי על פיו "דומה מושך דומה", וממנפים את ההודיה לחולל ולמשוך שפע, כך במידה זעה, קורבנות מחוללת מצבי הישרדות ואיום קיומי. לכן, אם אתם מזהים שאתם מצויים בה, פעלו כדי להשתחרר ממנה – בין אם זה באופן עצמאי, בכוחות עצמכם ובין אם זה באמצעות טיפול ממוקד שיסייע לכם להעלות תדר, להחליף "תחנה".



תרגול מעשי

"שלושה דברים טובים"

הוא תרגיל אהוב עלי מבית פרופ' סליגמן, אבי החשיבה החיובית.

בצעו את התרגיל כל לילה לפני השינה:

מנו שלושה דברים טובים, קונקרטיים

וממשיים עליהם אתם מכירים תודה.

הודו לבריאה, והודו לעצמכם ולכל יקירכם

על השפע שהם מכניסים לחייכם.

התמידו בתרגיל זה והפכו אותו לאורח חיים.

שלב שני: דמיון רב חושי.

כדי שהחלום שלנו יתגשם, לא מספיק שנדע מהו, עלינו ממש להרגיש ולחוש אותו.

"כל מעשה במחשבה תחילה", כך שאם נצליח לשנות את הלך המחשבה, את הרטט ואת התחושה הפנימית שלנו, נצליח, בהתאמה, לשנות את מציאות חיינו.

"שינוי קטן בתודעה – שינוי גדול במציאות" (פריידי מרגלית)

כדי שהמחשבה שלכם אכן תהפוך למציאות עליכם להוסיף אליה כמיהה והשתוקקות רגשית. לא די במחשבה הכרתית, אלא בהרגשה שתרטוט בגופכם ובכך תצרו את התחושה בתודעה.

למה הדבר דומה? להבדל בין מחשבה על כוס מים רותחים לעומת הנגיעה בכוס עצמה, הרגשת חום המים והידיעה החווייתית שנוצרת עקב כך.

באמצעות דמיון רב חושי נתכנת את התודעה ונייצר בה הטבעה עמוקה. בכך נוודא שהדמיון יהפוך לאמין ומוכר לתודעה, ומשם עד הפיכתו למציאות זו כבר רק פיזיקה פשוטה.



תרגול מעשי

דמיינו בעיני רוחכם את מושא שאיפותיכם כאילו שהוא מתרחש ממש עכשיו, בהווה. לצורך העניין, אם אתם רוצים להפוך להיות שותפים במשרד עו"ד בו אתם עובדים, נסו לדמיון את השלט בכניסה למשרד ואת הלוגו שעליו מתנוסס בגאווה שמכם. הרגישו את השמחה והסיפוק הממלאים אתכם, הריחו את ניחוח הקפה שמגישה לך מזכירתכם האישית וראו את הנוף מבעד לקירות הזכוכית במשרדכם החדש...

אם השפע עבורכם הוא דווקא חופשה משפחתית בתאילנד - אני רוצה שתרגישו את הריר העולה בפיכם למראה האגנס הטרי, תוך שהשמש מלטפת אתכם בעודכם צופים באהוב/ת לבכם טוב/ת בים...

לסיכום: אם העיניים הפיזיות שלנו מאפשרות לנו לקלוט ולראות דברים מוחשיים, הרי שעניי רוחנו מאפשרות לנו ראייה של עולם רחב ועשיר יותר. כל תמונה המצויה בראשנו יכולה להפוך לחלק בלתי נפרד מחיינו אם נתרכז בה ונדמיון אותה ב'תלת מימד', ממש כאילו אנו מריצים אותה על גבי מסך HD איכותי עלינו להתמיד במלאכת הדמיון ובכך לבנות את החזון שלנו לפרטי פרטים, להעניק לתודעה את התסריט המדויק עבורה ולערב בכך כמה שיותר חושים ורגשות בכדי לעגן את המציאות אליה אנו משתוקקים במוחנו. התמדה היא שם המשחק. ולצורך הגעה לתוצאות רצויות חשוב להתמיד בתרגיל באופן יומיומי עד ליצירת המציאות המבוקשת. לתרגול זה יש אפשרות להביא אל תוך חייכם תוצאות מדהימות.

-3-

שלב שלישי ואחרון: הללויה!

"הללויה" בארמית – משמעה תודה.

כשאנחנו חותמים את התכנות במילה "הללויה", דמו זאת כפעולת "ENTER" פשוטה + פעולת "SAVE".

ב"הללויה" אנחנו למעשה מודים על המוגמר, על הקיים והמושלם. אנחנו לא מבקשים "טובה", אנחנו לא אומרים "אמן" בתחינה, אנחנו מברכים ומודים על הדבר שכבר קרה.



תרגול מעשי

ברגע הזה התחלתם לחיות את החיים אותם אתם משתוקקים לחיות, בשלב הקודם דמיינו ורטטנו אותם, וכעת, בשלב ה"הללויה", אנו חיים אותם בהווה ומתנהגים במציאות כאילו הם כבר התרחשו.

המשחק בזמנים הוא חלק מהותי מהתרגול, כאשר אנחנו מתכנתים את המציאות הרצויה אנחנו מדמיינים, חשים ומרגישים את העתיד, כאילו הוא מתממש ממש כאן, ברגע הזה. אפשר להגיד שבעזרת תרגיל זה אנו מביאים את העתיד עליו חלמנו אל ההווה.

כמי שסבלה מהפרעות אכילה, שנים תפשתי את עצמי כהרבה יותר שמנה ממה שהייתי באמת, לצערי, תפישה זו היא נחלתן של לא מעט מהנשים שיצא לי להכיר. היום בו נרפאתי היה היום בו הצלחתי לתפוש ולדמיין את עצמי העתידית, זו שחלמתי על קיומה במשך שנים רבות.

איך עשיתי את זה? הסתכלתי במראה (בהווה) ולא זזתי ממנה עד שהצלחתי לראות את המטרה הסופית והרצויה (בעתיד) כאילו שהיא כבר התרחשה (בעבר).

"מניפולציה" זו על מערכת ההפעלה שלנו מבטיחה לעצמנו את התגשמות התוצאות הרצויות.

בהזדמנויות אחרות, כשרציתי שתלמידותיי ייהנו מאהבת אמת, הנחיתי אותן להתחיל לנהל אורח חיים זוגי - לחשוב בשניים ולדבר בשניים, עד שלא הייתה ברירה, ל"צד השני" פשוט להיווצר ולהגיע לחייהן.

כך בדיוק אנחנו עומדים לעשות עם השפע.

מחילים על עצמנו כבר עכשיו את המציאות את החדשה, רוטטים ומברכים עליה, ובכך מחוללים את הגעתה.

הללויה!

5 כלים נוספים שיקרבו אתכם לחיי שפע

1. פרגנו

אחת הדרכים הטובות והפשוטות להעצים את עצמנו היא לאחל טוב למי שנקלע בדרכנו. זהו מתכון בטוח להצלחה בכל עת, לרבות ברגעים בהם אנחנו חשים חסרי עוצמה ורוצים להסיט את האנרגיה לכיוון אחר.

איך זה עובד?

מאחר וכולנו מחוברים זה לזה דרך שדה אנרגיה אינסופי, אנחנו מקרינים אנרגיה המשפיעה על הסובבים אותנו, ובו זמנית מושפעים מהאנרגיה שמקרינים האחרים. לכן, כאשר אנו מאחלים לאחרים את הטוב ביותר, אנחנו למעשה מפיקים מהברכה לא פחות תועלת מאשר האנשים אותם ברכנו. כך שברגע שתשומת הלב שלנו מכוונת לרווחתם ואושרם של האחרים, האנרגיה שאנחנו מקרינים היא אנרגיה מעצימה, לכל הכיוונים.

הפרגון והברכה יעילים לשגשוג, בשל ההתמקדות החיובית שהם יוצרים בתודעה. התמקדות זו יוצרת תדר חיובי, הממריץ את זרימת האנרגיה ומאפשר לאנרגיה גבוהה לזרום דרכנו.

בנוסף, כשאנו מברכים את האחר אנו מפעילים סוג של מניפולציה על תת המודע, שכן בברכת האחר אנחנו "עוקפים" פחדים או התנגדויות שיש לנו עצמנו, ובכך אנו מעודדים את ההתגשמות גם עבורנו.

**"ברכו כל אחד או
כל עצם המייצג את
הדבר אליו אתם
שואפים"**

(חיים אל-עזר)

2. שמרו על טוהר הכוונה

לצידה של המודעות האישית, האחראית על התחושות האישיות שלנו כאינדיבידואלים, קיימת גם תודעה קולקטיבית משותפת אשר תמיד שואפת להתפתחות והרמוניה.

זה לא משנה אם תקראו לתבונה זו אלוהים, אבולוציה או 'הרוח הגדולה' העיקר שתזכרו שהיא תמיד בצד שלכם ומכוונת אתכם למטרות גדולות וראויות. כשאתם מביעים כוונה טהורה, ובמיוחד כוונה קולקטיבית (המיועדת לטובת כלל הציבור, קבוצת אנשים, משפחה, התפתחות האנושות וכדו') אתם רותמים את כל כוחות היקום לסייע לדבר אליו אתם שואפים להיווצר ללא מאמץ מיותר.

ההבנה שהעולם הגדול אינו נפרד מאתנו, אלא חלק מרצף אחד של תודעה, מאפשרת לנו לרתום את כל הכוחות המתקיימים בו ולחולל סינכרוניות לטובת הגשמתו שהיא כמובן ההגשמה שלנו.

"ואהבת לרעך כמוך"

(ספר ויקרא)

3. שתפו, העבירו את זה הלאה...

תנו יותר. ללא תנאים. וללא ציפיות. חלקו את השפע על כל צורותיו: מידע, אהבה, כסף. שפע הוא אור, ואור, הוא אחד הדברים היחידים שאינם נגרעים אלא רק הולכים ומתעצמים כשמתפים אותם.

קחו נר אחד קטן והדליקו ממנו עוד ועוד נרות, ותראו איך הלהבה הופכת לעוצמתית יותר. כך בדיוק פועל גם השפע. ככל שאנו משתפים אותו, לא רק שאיננו גורעים ממנו, להפך הוא רק הולך ומתפשט.

אז תעבירו את זה הלאה, כדי להוות השראה לאחרים ולפנות מקום לעוד.

**"תנו בדיוק
את הדבר שאתם
צריכים לעצמכם.
אין נתינה לאחר,
כי אם לבבואתך שלך"**

(פריידי מרגלית)

4. שמרו על תדר גבוה

אחד האתגרים המשמעותיים בדרך לחיי שפע והגשמה, כרוך בקושי שיש לרבים מאיתנו להתמיד. יכולת ההתמדה והשמירה על תדר גבוה היא נזילה וחמקמקה. מדוע? משום שכבני אנוש, מנעד הרגשות שלנו הוא רחב וגם אם ברגע זה אנחנו אופטימיים וחדורי אמונה זה לא מבטיח כלום לגבי הרגשתנו מחר. מסיבה זו חשוב שתצרו לעצמכם סדר יום ובו משולבים 'מגברי אושר': הדברים הקטנים במהלך היום שלנו שמעוררים בנו השראה ומגבירים את תחושת האושר שלנו.

**"כאשר ההשראה
לא באה אלי, אני
יוצא ופוגש אותה
בחצי הדרך..."**

(זיגמוינד פרויד)

5. הכניסו ליומן זמן למדיטציה

מדיטציה היא התבוננות פנימית בעזרתה יכול אדם לאמן את המוח ליצירת שינוי במציאות היומיומית שלו. באמצעות תרגול מדיטציה ניתן לשנות מצב תודעה עצמית, להבין את דרך פעולות תת המודע שלנו ואף לטפח הרגלים ואמונות חדשות. מדיטציה היא תרגול מעולה לשינוי בתפיסת החיים שלנו.

למדיטציה יתרונות רבים ומגוונים אך בהקשר לשפע, אתמקד כעת ביכולתה של המדיטציה ליצור את הנסיבות, במקום להיות במצב שבו רק מגיבים אליהן.

הקפידו לפתוח את היום במדיטציה איכותית (מצ"ב קישור לספריית המדיטציות העשירה של "מרחב מודעות" העומדת לרשות הציבור הרחב - <https://goo.gl/HzGUEx>).

בחרו לכם את הסגנון המועדף עליכם, ובלבד שתקפידו לצייר לעצמכם בעיני רוחכם את הלך היום שלכם, בטרם תצאו לשגרת חייכם.

סומרסט מוהם אומר ש"כל אושר מתחיל עם ארוחת בוקר שלווה" ואני אומרת שכל בוקר מתחיל במדיטציה טובה!

"מדיטציה היא זמן איכות עם אלוהים"

(פריידי מרגלית)

ועוד אחד אחרון... הצטרפו למרחב מודעות קהילה של אנשים חוקרים

כל אדם אחראי על יצירת מרחב מוגן ובטוח בחייו, מרחב שיעזור לו להתפתח ויאפשר לו להקיף את עצמו באנשים חיוביים ומעוררי השראה התומכים בהתפתחות האישית שלו.

'מרחב מודעות', מעבר להיותו בית להתפתחות תודעתית ואקדמיה וירטואלית ראשונה מסוגה בארץ, הוא קודם כל בית לאנשים השותפים למסע של גילויים.

בית לקהילה המאמינה בכוחה של הנאה והגשמה, וביכולתו של כל אחד להביא שינוי לחייו ולחיות חיים מודעים ושופעים, עבור עצמו ועבור מעגלי ההשפעה שלו.

אני מזמינה אתכם להצטרף אלינו לקהילת מרחב מודעות בפייסבוק, וליהנות ממרחב שאפשר להיפגש בו, להקשיב ולשאול, ללמוד, ללמד ולהתעדכן בפעילויות.

זהו המקום לשתף בו תובנות, מחשבות ורגשות, למשוך בחוטים, להיפגש עם חברים ושותפים לדרך, וליהנות מההזדמנות לחלוק ולשתף בשפע את השפע.

להרשמה [לחצו כאן](#) או חפשו [בפייסבוק](#) "מרחב מודעות".
ברוכים הבאים! גן עדן זה כאן.

שלך באהבת אמת,
פרידו מרגלית



שיחות בגן עדן

בנושא הגשמה ושפע

מחכות לכם ב-103FM



סיפורים מעוררי השראה



שרון ברנשטיין (מטפלת CBT, מומחית נוער)

קנייתי אוטו חדש מהניילונים (פעם ראשונה בחיים) והקליניקה שלי מכניסה בחודש מה שהיא לא הכניסה בשנה.

עקבתי אחר הסרטונים של פריידי והתעצבנתי על הקלות בה היא חיה ועל החיוך הרחב בו היא מדברת על שפע וכסף. הגעתי למטריקס ושמעתי את כל הסיפורים האישיים המצמררים שעלו על הבמה לשתף. עדין חשדתי שהם "שתולים" במערכת, אבל הבטחתי לעצמי שאם זה אמיתי, אני רוצה להיות שם על הבמה. אני רוצה לראשונה בחיי לחוות שפע.

כמי שנסעה על מכונית מתקופת קום המדינה וצברה בעיקר מינוסים כל חייה, משכתי לעצמי 15,000 ₪, סכום כסף שמעולם לא החזקתי קודם בפלוס בחשבון. למחרת הסמינר התקשרו אלי מחברת ביטוח, התבאסתי, עוד כסף רוצים ממני... עלי החוטים לא עובדים, וגם הללויה לא עוזר. וכששמעתי שסוכן הביטוח מפנה אותי ל-15,000 ₪ הזמינים עבורי עוד משנת 2015 בחשבון הביטוחי, לא ידעתי את נפשי מרוב תדהמה.

מאז הגדלתי את הסכומים, קנייתי אוטו חדש מהניילונים (פעם ראשונה בחיים) והקליניקה שלי מכניסה בחודש סכום שהיא לא הכניסה בשנה. אני עדין שומרת לי מדי חודש בוקר שישי כדי לקיים את הבטחתי: אני עולה לבמה ללא כל תמורה. רק מתוך רצון להעביר הלאה את בשורת המטאיזם והשליחות הגדולה!



רון ימיני | סטארטפיסט ויזם EYEDO

לא יודע מהיכן להתחיל לתאר את השפע... צרות של עשירים

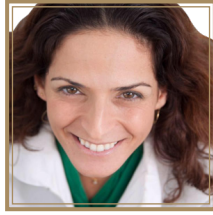
פריידי, מתנה לעולם שאת, מי ייתן וכולם ישחקו את משחק החיים עם הכלים המדהימים שיצרת. לא יודע מהיכן להתחיל לתאר את השפע שזכיתי לו בשנים האחרונות וגם אין לי ממש זמן הודות לצמיחה המטאורית המתארגת בצורה מופלאה. הסטראטפ שהיה רעיון, והבשיל למיזם ענק, דורש גיוס של עוד ועוד עובדים, צרות של עשירים. כל יום מביא איתו הפתעות חדשות ומרגשות. אני מתעורר בהודיה ומברך אותך כל בוקר. את המדיטציה שלי.



מיטל דוידוב | רו"ח, בעלת "אוטופי" - בוטיק גבינות טבעוני

חלום ישן שמתממש והופך מתחביב למקור שפע ענק

תמיד ידעתי לייצר שפע. אלא שהוא לא נשאר לאורך זמן, התפוגג, נמוג. ברגע שהבנתי ש"שפע" – הוא הביטוי הפיזי המייצג את תחושת השלמות ברבדי חיינו השונים, עבדתי לעומק (5 שנים של חקירת עומק במרחב מודעות) על ניקוי דפוסים שלעיתים לא נראים בכלל קשורים, כאלה שהביאו אותי בהצלחה לתודעת שפע. סיפוק עצמי, דיוק והגשמה. זכיתי באהבת אמת גדולה לצד חלום חדש-ישן שמתממש, ומתחביב הופך למקור שפע ענק! הללויה.



ד"ר חגית פניני | רופאת שיניים
הצלחה עסקית ואהבת אמת

מאד מהר אחרי שהתחלתי למשוך בחוטים ולנהל את המציאות של חיי, יצאתי לקליניקה עצמאית, שמרגע הפתיחה ועד היום לא מפסיקה להתמלא, ושמה הולך לפנייה. כלומר, שמי. אבל השפע הגדול באמת... זה שזכיתי לו אחרי תקופה של עבודת חקירה ושימוש בכלים משני החיים, הוא אהבת האמת איתה אני זוכה ללכת לישון מדי יום בשנה האחרונה. שלא ייגמר לעולם!



נורית כהן | מנהיגה במרחב מודעות (לשעבר אדריכלית נוף)
בספקנות משכתי לי סכום נכבד של כסף...
וללא מאמץ בתוך שבועיים הוא הגיע

חודשיים אחרי שהצטרפתי למרחב מודעות, יצאתי מטקס שפע עם פריידי, ובספקנות מהולה בציניות משכתי לי סכום נכבד של כסף... ללא מאמץ וללא עבודה. תוך שבועיים הוא הגיע. מאז אני חיה שפע, גם בצורתו החומרית כסף. אך לא פחות מכך בעשייה ובהגשמה שלי. תודה ליקום המדהים שיש בו הכל, תודה למרחב מודעות שפתח את עייני, ותודה לעצמי שבחרתי לקבל!



דפנה שמש דוד | מעצבת תכשיטים, בעלת המותג מיידלה
שנים חלמתי על חנות משלי, משכתי חוט וחודש אחרי
כבר הייתי עם חוזה חתום

שנים חלמתי על החנות שלי, אבל זה היה משהו רחוק ולא מושג - רק ברמה של "הלוואי" וגם ככה "רטטתי" את זה. עד הרגע שבחרתי באומץ למשוך חוט ודמיינתי אותה שלי - את הגודל שלה, את הריח שלה, את סכום השכירות. את המועד שאקבל מפתח (כי רציתי את עזרה של אחותי אז תזמנתי את הדמיון לקבל מפתח כשאחותי פנויה). ממש התרגשתי למשוך את החוט הזה, כי כשמשכתי כבר ידעתי שזה שלי ואני רק צריכה "להוביל" את זה אלי. פחות מחודש אחרי הייתי עם חוזה חתום ביד, לב מתפוצץ מהתרגשות וגוף מלא באמונה. הללויה!



דפי ויטלה | יועצת שיווק, סופרת ומרצה
גייסתי בשפע הרבה מעבר לסכום המבוקש

מיד לאחר תרגול שפע החלטתי להוציא לאור את פרי הביכורים שלי "ויטוריה". תכננתי לגייס 28 אלף ש"ח בגיוס המונים כדי לכסות את עלויות ההפקה. גייסתי בשפע הרבה מעבר לסכום המבוקש... "העודף" הספיק לי לתרגום הספר לאנגלית, ואיכשהו אני יודעת שבתרגול שפע הבא, אוכל לשתף על הצלחת הספר בעולם ועל תרגומו לאיטלקית. השפע כאן. אין יום שאני לא מקבלת תגובות נפלאות על הספר. עברתי להתפרנס מכתובה, שזה חלום ישן... תודה על גן העדן הזה. ועל כל המשחקים המרגשים בו.



טל דניאל | מנטורית לחיים שמחים

אומץ לעזוב את העבודה וללכת בעקבות החלום

אחרי קריירה מפוארת של 15 שנים כקונדיטורית מעולה, רציתי לעזוב אך לא היה לי האומץ... עזבתי את העבודה "הרגילה" שלי והלכתי בעקבות החלום! מאז אני נהנית מזרימה של מטופלות חדשות, סדנאות גדולות והגשמת השליחות במיטבה. קיבלתי את החיים שלי במתנה. תודה!



יעל סינמון | עורכת דין

אפשרות שלא עלתה על דעתי עלתה מעצמה ופתרה את הכל

לאחר סיימתי את מקום עבודתי הנוכחי בתחושת ויתור על זכויות שהגיעו לי, עשיתי עם עצמי עבודה ומשכתי חוט שפע. יום למחרת, הבוס החדש שלי החזיר לי את כל הזכויות. אפשרות שלא עלתה על דעתי בכלל במהלך המו"מ, כמו עלתה מעצמה ופתרה את הכל על הצד הטוב ביותר שיכלתי לדמיין - כך שקיבלתי הכל!!!



קארן זריהן | מטפלת

איכשהו, משומקום, פתאום התגבשה לה הפשרה שחלמתי עליה

אחרי שנים של ויכוחים בין עורכי דין בעניין פיצויים המגיעים לי, ובלית ברירה הבנה שאני לקראת תביעה משפטית ארוכה, משכתי את חוט השפע, ואיכשהו משומקום פתאום התגבשה לה "פשרה מנצנצת", זו שחלמתי עליה עוד בתחילת הדרך. אין לי אלא לברך הללויה, ולרוץ למשוך חוט נוסף, הפעם לאהבה!

הזמנה

הגיע הזמן לפגוש את עצמך?
ולגלות את כוחה העצום של התודעה?
להעמיק את ההכרות עם שיטת המטאיזם?

כחלק מהחזון להעביר את זה הלאה,

לחלוק את השפע

ולהרחיב את גבולות גן עדן

אני מזמינה אותך ליהנות מהטבה מיוחדת המחכה לך כאן:

https://tatmuda.com/matrix2in118/?ref=shefa_shamin

או בטלפון: 077-2233489



להתראות בקרוב!