



המדריך לאהבת אמת



מאת: פריידי מרגלית

מייסדת תפישת המטאיזם
ומומחית לתכנות התודעה

"עַל-מִשְׁכְּבִי, בַּלַּיְלוֹת, בְּקִשְׁתִּי, אֵת שְׂאֵהָבָה נִפְשִׁי; בְּקִשְׁתִּי, וְלֹא מְצֵאתִיו"

(שיר השירים)

אהבה... כולנו מחפשים למצוא את האחד או האחת ולהתאהב, להיות בזוגיות יציבה וטובה, ולחיות באושר ועושר עד קץ הימים.

אלא שבפועל **רבים מאתנו מכורים לריגושים ולכן מאוהבים דווקא בבלתי מושג**, ובכך מוציאים שם רע לאהבה ובעצם מפספסים את כל המהות שבאיחוד הנפלא הזה.

במדריך הזה אני עומדת לסייע לכם לנפץ כמה מיתוסים ואשליות על אהבה, לתכנת את התודעה שלכם מחדש, ללמוד מהי באמת אהבה, ולהיזכר למה אתם לגמרי ראויים לה!

בעזרת הכלים שתקבלו במדריך תוכלו למשוך למרחבכם את האהבה שאתם מייחלים לה, ואם אתם כבר בזוגיות - תוכלו לשדרג ולהעצים אותה ולהפוך אותה ללא פחות מאהבת אמת.

אז קדימה, יוצאים לדרך!

אז מה זה השטויות האלה – "אהבה"?

מקובל לחשוב שהתאהבות מתחילה בלב. אבל הלב הוא בסך הכול משאבת דם ובעצם ההתאהבות מתרחשת בגוף שלנו בשתי רמות:

ברמה הביוכימית – כשאנחנו מתאהבים, המוח שלנו מתחיל להגיב ולשחרר את ההורמונים הנכונים שמאיצים את קצב דפיקות הלב וגורמים לנו להתרגש ולהיות משוכנעים שהנה מצאנו את החצי השני שלנו.

ברמה הניורולוגית - מה שמפעיל, מאחורי הקלעים, את כל התהליך הביוכימי הזה הוא חלק מסויים במוח המכונה "מוח הזוחלים".

מהו "מוח הזוחלים"?

הפסיכולוג והסופר ד"ר הרוויל הנדריקס מסביר כי מוח הזוחלים הינו המוח הפרימיטיבי והעתיק שלנו וכשמו, הוא קיים גם אצל הזוחלים. חשוב להבין שחלק זה של המוח הינו מאד ראשוני ולא מפותח, עד כדי כך שהוא אפילו לא יודע לזהות תווי פנים או להבחין בין המינים.

אז מה בדיוק גורם לו, למוח הזוחלים להתעורר ולהגיב? כלומר "להתאהב"?

מכירים את זה שאתם נכנסים לאולם אירועים ופתאום אתם "נדלקים" על מישהו אחד מתוך 500 האנשים שיש בחדר? הרי אתם עוד לא יודעים עליו כלום, אז מה בכל זאת יש בו, באחד הזה, שגורם לכם להתרגש כל כך?
אז שזהו שמוח הזוחלים שלכם כבר זיהה את הפוטנציאל.

מה בדיוק הוא זיהה?

את הרטט המוכר לו מהבית.

כן, מוח הזוחלים שלנו לא יודע מה זו אהבה, הוא רק יודע לזהות כשהוא חוזר הביתה כלומר כשהוא מזהה רטטים ותחושות המוכרות לו מהבית ומהילדות המוקדמת.

למה זה ככה?

כיון שעד סביבות גיל 6 מוח הזוחלים שלנו סופג וסופג מידע ואז הוא נסגר לקבלת מידע חדש ומתחיל לשחזר שוב ושוב את מה שהוא מכיר מהבית.

זה כל מה שהוא יודע וזהו המקום שאליו הוא תמיד ישאף לחזור.

כך שלמעשה יכול להיות שאנחנו מנסים בכוח לברוח רחוק מנופי ילדותנו ומהיעדר האהבה שחווינו בבית, אך מוח הזוחלים שלנו חזק מאתנו והוא תמיד מחפש לשחזר בדיוק את מה שהוא מכיר.

אמא קרה, אבא ביקורת, ריחוק, דחייה, היעדר אינטימיות או מה שזה לא יהיה - כל מה שנטמע בנו בילדותנו. גם אם זה לא היה לטובתנו.

כך שיתכן שברמה המודעת, אתם מבקשים לעצמכם למצוא איש משפחה זורם, רגיש חומל ובעל עוד תכונות החשובות למפרט הזוגי האידיאלי. אך בפועל, למוח הזוחלים יש את הפרוטוקול המוכר שלו, והוא מחפש את הדמות הבלתי מושגת...

למה?

כי כמו שכבר הבנו, מוח הזוחלים אלוף בלשחזר את עצמו פעם אחר פעם לאורך החיים. התפאורה תמיד משתנה, הדמויות בסרט מתעדכנות, אבל הרטטים והתחושות נותרים כשהיו וקווי העלילה הבסיסיים חוזרים על עצמם.

כך שאם מח הזוחלים מכיר דחייה מהילדות המוקדמת, תסמכו עליו שהוא ימצא את בן או בת הזוג המדויקים שיגרמו לו לדחייה. הוא מכור לביקורת, סירוס או הקטנה עצמית? תהיו בטוחים שלשם בדיוק הוא יחזור פשוט כי זה המקום היחידי שהוא מכיר.

ואיפה אתם בכל הסיפור הזה?

על פניו, נדמה לכם שיש לכם פרופיל הגיוני של נתונים שאתם מחפשים בבני הזוג העתידיים שלכם, אך אלו הם רק סיפורים שהמודע שלכם מספר לכם. כי מי שבאמת אחראי על הבחירות, מאחורי הקלעים, זהו מוח הזוחלים ששולט בעניינים.

ואיך הוא עושה את זה?

תסמכו עליו - הוא יודע לאתר בפניצטה את הרטט שהוא מכיר היטב מהבית ותהיו בטוחים שלשם בדיוק הוא מכון - שם לעצמו מטרה וחותר אליה בכל הכוח.

כן, כשמוח הזוחלים מזהה את הרטט המוכר לו מ"הבית", הוא מתחיל לשלוח עצבובים שהם בעצם איתותים במוח, שמגרים את הפרשת ההורמונים "הנכונים".

ומה קורה אתכם בינתיים?

אתם כולכם בחגיגה גדולה ומרגשת, משוכנעים שמצאתם את הסיר למכסה... וזאת בוודאי אהבה אמיתית!

אז מה עושים?

ראשית, מפסיקים לקטר "שאין גברים שווים" או שאתם מתאהבים "בנשים הלא נכונות"... . המוח הגאוני שלנו עושה יופי של עבודה כשהוא מאתר בגאונות את "הלא מושג" פעם אחר פעם. הגבר התורן שלא יכול להתחייב מסיבותיו הוא, האישה המסרסת, הדומה להפליא... לאמא... - מוח הזוחלים שלנו מושך אלינו למרחב את אלה שיאפשרו לנו חוויות מוכרות של נטישה ודחייה בדיוק מירבי לנתונים שצורבים אצלנו במוח.

שנית, לוקחים נשימה. ועוצרים.

כן, אפשר בהחלט לרדת מרכבת ההרים, לעשות "פאוז" על הסרט הדרמטי שאותו המוח שלכם מקרין במציאות הזוגית של חייכם, ולהבין שנכון להיום, עם הנתונים ה"זוחליים" שצברתם, המושגים זוגיות והתאהבות הם שני דברים שונים לחלוטין, ואפילו סותרים.

הרי ברור שאתם רוצים זוגיות טובה, מפתחת, מעצימה.... אך בפועל אתם מתאהבים ונמשכים דווקא לשחזור של התחלואים והפצעים הישנים. למה? כי מוח הזוחלים שלכם מכור לעקצוצי הריגוש והכאב ואתם משוכנעים שכזו היא האהבה הנכספת שלה חיכיתם - בלתי מושגת, מדממת וכואבת.

אז מה אני אומרת כאן למעשה?

האם אני מבקשת שתוותרו על התאהבות ועל התרגשות?

האם אני מכוונת אתכם "להתאהב" מהמודע באדם שיש לו את כל התכונות הנכונות כמו ברשימת מכולת?

בוודאי שלא ואם זה עדיין מבלבל זה יתבהר לכם לגמרי בדפים הבאים.

ובינתיים - זו ההזדמנות לרגע של היכרות אינטימית

ושל שיתוף כנה באשר לידע שאותו אני מבקשת לחלוק אתכם.

זהו ידע שחקרתי במשך שנים רבות בדם ודמעות ושכיום מוגש לכם כמתודה ברורה ומסודרת, כקפסולה של תכנות המוח לאהבת אמת.

נעים מאד!

אני פריידי מרגלית. אלופת ה"בלתי מושג" בדימוס. במשך שנים רבות המרדף שלי אחרי הבלתי מושג התיש אותי, הכאיב לי וגרם לי לחטט שוב ושוב בפצעי הדחייה הכואבים שלי.

לעולם לא אשכח איך בתחילת דרכנו ביחד, הדפתי את זוגתי שתחיה, קראתי לה "אובססיבית" ו"דביקה" והדבקתי לה עוד כינויים לא מחמיאים - הכל כתירוצים לתחושת הדחייה שלי.

בתור מי שהייתה רגילה להתאמץ בשביל פירורים, **אהבתי את המרדף אחרי הבלתי מושג**, על אף הכאב שגזרתי על עצמי, פעם אחר פעם, שוב ושוב, מחדש.

והיא?

היא רצתה אותי ללא תנאים.

מה שכמובן הכי "לא עשה לי את זה" בלשון המעטה.

לא יכולתי להאמין לאף מילה שהיא אמרה, הכול נשמע לי כמו חנופה זולה וחיפשתי "אזורסט" לטפס עליו, או תקרה פיקטיבית לשבור.

לקח לי כמעט שנה וחצי של משחקים "זוחליים" כדי לחוות את ההארה ששינתה את חיי. **הסכמתי להגיד "כן" לעצמי.**

"כן" לזוגיות שמגלה לי את הצדדים המדהימים שלי. "כן" ליחסים שלא מצריכים ממני להתאמץ ולהוכיח את עצמי מחדש ו"כן" לאהבה פשוטה ושקטה, נטולת דרמות וריגושים.

והיום?

היום אני כבר לא צריכה את הבלתי מושג כי גיליתי את הסוד הגדול ביותר בקיום, **גיליתי שהכל מושג!** והכל נמצא בהישג ידנו.

אז מהי בעצם אהבת אמת?

תפישת המטאיזם אותה ייסדתי ועל ברכיה חיים אלפי תלמידים, דוגלת בכך שאין סיר ואין מכסה. אין חצי שני שנועד לי ושמשלים אותי כאילו הופרדנו בלידתנו, ולהפך - החיפוש אחר אותו "מכסה" נדיר ומושלם הינו מקור הסבל והתחלואים הזוגיים.

אהבת אמת היא מסע משותף של שני אנשים שלמים והיא לא עניין של גורל, אלא של בחירה שאנחנו עושים.

כן, ממש כך, האהבה היא בידיים שלנו ועכשיו אלמד אתכם מהם 10 הצעדים המעשיים כדי לעשות את הבחירה הנכונה לכם ולתכנת את מוחכם לאהבה!

שימו לב ש- 10 הצעדים נחלקים ל-2 קבוצות:

1. **סור מרע** – חמשת השלבים הראשונים ירחיקו אתכם מבחירות, הנעשות במעטה של "אהבה" אך למעשה גורמות לכם לסבל חוזר ונשנה.

2. **עשה טוב** – חמשת השלבים האחרים ימשכו אל המרחב שלכם בני זוג פוטנציאלים ממשיים לאהבת אמת מיטיבה.

מוכנים? בואו נתחיל!

השלב הראשון ותרו על הסבל והאשליה!

בבסיס ההוויה שלנו אנחנו חשים געגוע וכאב ראשוני וחלקנו עדיין מכורים לאשליה שזה חייב להיות מישהו מסוים כמו אקס מיתולוגי או פנטזיית ילדות. אלא שתפישת המטאיזם מלמדת כי הגעגוע הוא ל"מטא" (כלומר ל"מעבר"), שהוא בעצם החלק האחר שלנו. כך שהכמיהה היא רצון לאחדות עם הרוח והגעגוע הוא לעצמנו ולנקודת העוצמה הייחודית שלנו.

ולכן - ככל שנחפש את ההשלמה הזו בחוץ, באנשים אחרים, כך נגזור על עצמנו מראש אכזבות ותסכולים ובהכרח נחוה כאב לב שרק יגדיל את הכמיהה והגעגוע.

כשאנחנו נמשכים לבלתי מושג, אנחנו משאירים מראש משהו חסר כדי להתגעגע אליו ובכך, כמו מכורים לחסר, אנחנו למעשה מנציחים את הגעגוע ואז מצפים שבן או בת הזוג ימלאו את החסרים הללו.

"גן עדן זה כאן. הפסיקו את אשליית ה"בלתי מושג",
אהבו את מי שאוהב אתכם. אתם ראויים לו!"

- פריידי מרגלית -

השלב השני

ותרו על הפנטזיה

שמישהו ישלים או ימלא אתכם!

על פי תפישת המטאיזם, אנחנו מראש מבינים שבן הזוג לא יכול למלא אותנו, שכן הוא רק **שיקוף**, כמו מראה מיטבית ואינטנסיבית, המציגה לנו, רגע אחר רגע, את רמת ההתפתחות שלנו. כך שזוגיות היא למעשה הזדמנות מופלאה עבורנו לבדק בית וחקר תודעתי מתמיד.

זוגיות טובה, שאנו קוראים לה "אהבת אמת" היא זוגיות המשקפת את האהבה שאנחנו רוחשים לעצמנו. כלומר - ככל שנעז לאהוב את עצמנו יותר, כך גם המראה תאהב אותנו בהלימה. באהבת אמת אין ציפייה שמישהו ימלא אותנו, כי אף אחד, מלבד עצמנו, לא באמת יכול למלא אותנו.

באהבת אמת אנחנו לומדים להתאהב בעצמנו, וממילא, זה בדיוק מה שמשתקף לנו במראה.

"למדו לאהוב את עצמכם, כל היתר זו כבר פיזיקה פשוטה..."

העולם ישקף לכם זאת חזרה"

- פריידי מרגלית -

השלב השלישי לעולם אל תאשימו!

מאחר ולשיטתנו אין "הוא" או "היא", אלא רק "אני", וההשתקפויות השונות שלי - אין טעם בהאשמה, בביקורת או בניסיון לשנות וכל אחד מאיתנו עושה את העבודה בעצמו. כי תכלס, כמו שאשתי תמיד אומרת, "מספיק רק אחד לטנגו" כלומר - מאחר ובן הזוג אינו אלא השתקפות של עצמנו, מספיק שאני אעשה את העבודה מבפנים ואבחר את הבחירות הנכונות, והוא כבר ישתנה, על המסך, בהתאמה.

אז בכל פעם שעולה הרצון להפנות אצבע צדקנית מאשימה, קחו נשימה עמוקה, היזכרו כי בן או בת הזוג שלכם אינם אלא מראה, והתבוננו לעומק מה ההתנהגות שלהם מלמדת אתכם? ומה היא משקפת לכם בעצמכם?

כך למשל בן הזוג לא יכול להיות קמצן, אם אין בכם עצמכם פזרנות יתר, ובת הזוג לא יכולה להיות דוחה, אם אתם לא מרגישים דחויים עוד קודם לכן.

עם החזרת הכוח הביתה וההבנה שהשינוי למעשה תלוי רק בנו, מתחיל בעצם המשחק האמיתי, בו נפתח לנו צוהר פנימי להכרת חלקים עמוקים בתודעתנו, וניתנת לנו האפשרות לנהל אותם כרצוננו, לטובת הזוגיות שלנו.

"IT TAKES ONE TO TANGO"

- אלימור הניג -

השלב הרביעי

ותרו על חרדת נטישה ומשחקי ה"מחבואים"

אני מכירה לא מעט זוגות שרבים כדי להשלים. הם ניזונים מהדרמה, מ - MAKE UP SEX המנחם של אחרי, אבל באהבת אמת אין דרמות. היא לפעמים כל כך שקטה, עד כי זר לא יבין זאת, ויחשוב בטעות שהיא משעממת. באהבת אמת אין מריבות דרמתיות מאחר ואין האשמות (ראו סעיף 3), ואין משחקי שליטה, קירבה – הדיפה וכן הלאה. אהבת אמת היא שקטה ונינוחה, היא יציבה ומאפשרת ולא מטילים בה ספק כל יום מחדש, כדי להתרגש מעוצמת הגילוי החוזר. את המשחקים אפשר להשאיר לילדים שעוד יבואו ואנחנו מתמקדים בלהיות בכאן ובעכשיו - בלי שאלות קיומיות קדימה, בלי פחדים ומחשבות טורדניות אחורה. רק לפתוח את הלב, ולהיות נוכחים ברגע.

"רוב האנשים יעדיפו את דרמת ההישרדות
על פני אושר מונוטוני שקט.
האושר הוא שמפחיד אותם עד מוות..."
- פריידי מרגלית -

השלב החמישי

המירו את הריגוש הרגעי בסיפוק מתמשך

בהשוואה לרומנטיקה הגדולה שאנחנו רואים בסרטים, אהבת אמת נראית אפרורית ויבשה משהו. כן, לכולנו יש נטייה להמשך לאש, לקצוות ולרגשות הקיצוניים וריגושים מסוגים שונים אולי מתורגמים על ידי רבים מאיתנו לתשוקה והתאהבות סוערת.

אך עם כל הכבוד לתחושות המסעירות האלו - זוהי לא אהבת אמת.

באהבת אמת לא תמצאו את הסוג הזה של ריגוש שקרי ואת מקומו של הריגוש תופס הסיפוק, שלאורך זמן הוא נעים הרבה יותר.

היכולת להרגיש ניואנסים ורטטים עדינים, מזכירה לי תמיד את ההנאה מאוכל שאינו מתובל או מעובד יתר על המידה. כך למשל פעם לא ידעתי שלברוקולי בכלל יש טעם והייתי צריכה לוותר על ההתמכרות לטעמים המוקצנים בשביל להכיר ולחוות את הטעמים העדינים שלו. באופן דומה למדתי להרגיש גם את טעמים של מי שתיה זכים ובכלל להינות מפלאי התבל גם ללא ריגוש קיצוני ומטלטל.

זהו הקסם שלמדתי לזהות ולהעריך וזהו היופי הגלום בתדר הגבוה של אהבת אמת.

"אל תבלבלו בין אהבה וכאב.

כל מה שפוצע הוא ההפך הגמור מאהבה"

- פריידי מרגלית -

זהו, עד כאן חמשת ה"לאווים" ועכשיו אחרי שויתרתם עליהם אתם בשלים לעבור לחלק השני "עשה טוב", כך תמשכו אהבת אמת למרחבכם!



השלב השישי עשו את הבחירה

אהבה היא בסה"כ בחירה.

בחירה מיטבית לא להתפשר על עצמנו, לא להסתפק בפירורים ולקרוא להם בטעות "אהבה", ולהסכים לאפשר לעצמנו שיקוף אמיתי וליטוף תמידי.

אהבת אמת היא שקטה ונעימה, מעצימה והדדית.

היא לא גדולה מדי ולא קטנה מדי, לא קרה ולא שורפת, אלא כזו שאפשר לרוץ איתה, לחיות איתה את החיים בכיף, לשחק, להנות ולהתפתח ביחד.

ככה בדיוק נראית אהבת אמת והיא הקרקע הטובה והפוריה ביותר למשחק החיים.

לי עברון | גודל האהבה

לא טוב שתהיה האהבה

גדולה מהחיים

עדיפה אהבה בגדל החיים

שכשיתנשקו האהבה והחיים

אף אחד מהם לא יצטרך להתכופף מאד

עדיפה אהבה גמישה, שמתנשמת, מתרחבת, מתכופפת

עם החיים,

אהבה שיודעת להכנס דרך סדק

כשהדלת סגורה, או לרבע על המפתח בשקט

בידיעה שהדלת אכן תפתח,

אהבה שמים רבים לא יכבו

כי היא עצמה מים

מים חיים



השלב השביעי

התחילו לאתר את האנשים "השקופים"

כפי שכבר הבנתם מוח הזוחלים שלנו, מתוכנת "להידלק" מסוג מסוים של גברים או נשים. סוג שלא בהכרח מקוטלג עפ"י מראה או גיל מסויימים, אלא עפ"י הנתונים הלא מודעים המחזירים אותו שוב ושוב לתחושה המוכרת לו מהבית.

אז עכשיו התחילו לחוות מחדש את המוח שלכם לראות דווקא את האנשים שעד כה הוא לא היה רגיל לראות. ואני מתכוונת בדיוק להוא שמחזר אחרייך כבר שנה אבל את היחידה שלא רואה את זה, או לאישה הנפלאה שנמצאת תמיד בקרבתך, ואתה רואה בה רק ידידה ולא חושב עליה בכלל כעל בת זוג.

כן, זה בדיוק הזמן להתחיל לראות עכשיו דווקא את האנשים שהמוח שלכם לא רגיל לאתר. ממש שחקו עם עצמכם את משחק "השקופים" ובחרו לבלות, להתיידד ולהכיר אנשים שעד עכשיו לא הייתם מסתכלים עליהם, כי הם לא ה- Type Cast שמדליק אתכם.

אני מבטיחה לכם שתופתעו לגלות שהם המועמדים הפוטנציאליים האידאליים לאהבת אמת נפלאה מהסוג שאתם מייחלים לה.

"אני חולם על אהבה שהיא יותר משני בני אדם המבקשים לשלוט זה בזה, שבה שני בני אדם חולקים ביניהם את התאוה לחיפוש אחר אמת נעלה יותר.... יתכן שזו לא אהבה"

- פרידריך ניטשה -

השלב השמיני

פתחו את הלב ותנו אמון

הפחד האנושי הגדול המאחד את כולנו הינו הפחד הטבעי שלנו להיפגע, ותחושת חוסר האמון שגיבשנו לאורך חיינו, נותנת את אותותיה בכל קשר אינטימי שלנו. אך בשלב מתקדם זה, כאשר אתם מתחילים להבין שהכול בראש, והמציאות, אינה אלא הדמיה מדויקת למתרחש בתודעתנו, חשוב שתבינו דבר מהותי שיכול לעזור לכם לשחרר, **ברגע אחד**, את כל הפחדים מנטישה ובגידה.

מאחר וגם בן או בת זוגנו אינם אלא הולוגרמה של מה שמתרחש בתודעתנו, אנחנו יכולים לבחור במה להתמקד ובכך לשנות את המציאות של חיינו. אז במקום לסכל את האמון שאנחנו מתחילים לבנות, בשחזור של בגידות קודמות והתעמקות בפחדים שמלווים ובנטישה המאיימת. מה דעתכם לפתוח את הלב ולתת אמון מלא בבן או בת הזוג שלכם?

כך למשל אם פעם היית אובססיבית על המיילים שלו, או שאתה היית עסוק בביקורת עצמית שימו לב שלמעשה כבר מלכתחילה ננטשתם על ידי עצמכם, ולכן לא פלא שבהמשך ננטשתם גם על ידי בן הזוג.

אל תכנסו לאשמה שלא תוביל אתכם לשום מקום טוב. במקום זה, קחו נשימה וחשוב שתבינו דבר מהותי לאהבת האמת שמחכה לכם מעבר לפינה. השיעור כאן הוא שככל שתהיו באמון גדול יותר כלפי עצמכם וכלפי בני זוגכם, כך הם יהיו ראויים יותר לאמון הזה. ולהפך - ככל שתהיו עסוקים יותר בחשדנות, התגוננות ופחד להיפגע, כך למעשה תייצרו נבואה שתגשים את עצמה וכל התסריטים שמהם חששתם אכן יקרו.

"במקום לחפור בעבר או לפחד מהעתיד, קח אחריות על הרגע הזה. הרגע היחידי בו ניתן לברוא ולעצב את המציאות"

- פריידי מרגלית -

השלב התשיעי

השקיעו בעצמכם ובספייס שלכם

בדיחה עממית מתארת זוג לסביות בדייט שני יושבות עם המזוודה, ובדייט השלישי הן כבר עוברות יחד לדירה המשותפת.

אשתי שתחיה ואני בחרנו לגור בבתיים נפרדים. במרחק של רחוב אחת מהשנייה, קרובות עד מאד, אך עדיין מותירות ספייס לאישי.

אני לא אומרת שזו הנוסחה המתאימה לכולם, אני רק מכוונת לקיום עצמאי של **הנפרדות בתוך האחדות**. קשרים אובססיביים אינם מעידים בהכרח על אהבה גדולה ולא פעם הם נובעים מתחושת חוסר בטחון או משמעות אישית.

אז אם אתם מזהים שזה המצב אצלכם זה הזמן לחזור לסעיף 5 ולהיזכר כי "אף אחד לא ימלא אותך חוץ ממך עצמך!"

השקיעו בעצמכם, בהתפתחות האישית שלכם, כי היא ולא אחרת מהווה את המתכון לזוגיות מנצחת ובמדריך הבא אוכיח לכם, שהיא גם המפתח גם לסקס מענג ומלא תשוקה.

"צחוק וסקס, הם הרכיבים לזוגיות מנצחת..."

- פריידי מרגלית -

השלב העשירי

אהבו את חלקי הצל כמו את חלקי האור

בתחילת הקשר הזוגי שלנו, קראתי לאשתי "הצל" שלי. בכל פעם שהייתי רואה בה צדדים שאני לא אוהבת, חינכתי את עצמי להבין שאני בעצם רואה את עצמי, ובכל פעם עבדתי עם הרובד שצף באותה תקופה. כך שכל פעם "נאלצתי" לעבוד עם עוד צל שגיליתי בה-בי, ולאט לאט (זה לקח כמעט שנתיים!) קרה דבר מדהים - מצאתי את עצמי מאוהבת בכל חלקי הצל שלי-שלה.

כן, היום אני אוהבת אתה ואותי עם כל מה שיש בנו - את הטוב ואת הרע, את היפה והמכוער ואשתי הפכה מלהיות "הצל" שלי ל"מתג האור" שלי.

בשורה התחתונה: אל תיבהלו ובטח ובטח שאל תברחו כשאתם רואים לנגד עיניכם חלק מוצל או אפילו חשוך בבן או בת הזוג שלכם. התבוננו בשיקוף וזכרו כי חלקי הצל אינם אלא חלקים מודחקים שלנו עצמנו, חלקים פחות סקסיים ונעימים באישיותנו, שנטייתנו האנושית היא להשליכם על האחר.

כי עם החזרת הצל "הביתה", לקיחת אחריות על עצמנו וההסכמה להסתכל לו בעיניים ולאהוב גם אותו, מתרחש הקסם האמיתי שלו חיכינו וזוהי האבולוציה של אהבת האמת הנכספת.

**"החושך לא חשוך.
בהתבוננות עמוקה תגלו שגם הוא מואר..."**
- עו"ד ומגשרת רחלי מרגלית -

לסיכום, גם אם הלחצתי אתכם מעט עם כל החוקים וההנחיות, אל-מורא!
החיים בזוג, **שווים כל השקעה** גם אם לרגעים הם מרגישים כמו האתגר הגדול בעולם. כי בסופו של יום (ולילה במיוחד) אין כמו הריקוד הזוגי ללמוד ולדעת את עצמכם ברבדים העמוקים ביותר, ולעבור את מסע החיים בשניים, זהו משחק מדהים ומופלא שכל אחד ראוי לו.

מקווה שסייעתי לכם לעשות את הבחירה הנכונה,
ומבטיחה לכם שזה הרבה יותר קל ומהיר ממה שזה נראה.
כי אי שם, לא רחוק, כבר מחכים לכם הגבר או האישה הנכונים
אז רק עשו את הבחירה, וקפצו אל עבר ה**מושג**.
אתם ראויים לו!

אני כאן לרשותכם לכל שאלה ועניין
ומחכה לכם באירוע
"לצאת מהמטריקס- לגלות את התודעה"
עם אלימור, זוגתי ושותפתי למשחק החיים.

זכיתי אני, ועכשיו תורכם!

[אהבת האמת שלך מחכה לך כאן!](https://tatmuda.com/matrix_new)

[/https://tatmuda.com/matrix_new](https://tatmuda.com/matrix_new)

או בטלפון: 077-6707888

