

# יוגה מאלה

## קורס מורי יוגה שנה ב'

### הרצאה מס 4 – בעז מהן אמונות וכיצד משנים אותן

#### אמונות הן ישויות אנרגטיות

- ברמת ההפשטה אפשר להשוותן למולקולות.
- הן בנויות ממארג של רעיונות לגבי החיים / עולם / גוף
- הן גמישות ומארגנות את עצמן לכדי מבנים בעלי הגיון פנימי (שלא בהכרח יעמוד במבחן המציאות כאשר נסתכל עליהם מקרוב)
- יש להן כושר שימור עצמי

#### אמונות יסוד או פרדיגמות

- הן הסכמות הבנויות מאוסף של אמונות.
- דוגמא לאמונה כזו היא שהעולם הוא עגול.

#### אמונות במרחב הפרטי:

- אני לא טוב ביחסים זוגיים
- אף פעם לא יהיה לי כסף
- אני לא יודע איך לקדם את עצמי כלכלית
- החיים הם קשים
- מגיל מסוים כל בני הזוג הטובים כבר תפוסים.
- צריך הרבה כסף בשביל לעשות דברים.

#### אמונות במרחב הציבורי:

- המין האנושי הורס את כדור הארץ!
  - מה אנחנו יוצרים אם אנחנו מתמקדים ברעיון זה?
- בעולם יש יותר מדיי אנשים
  - (האם ידעתם שאפשר להכניס את כל האנשים בכדור הארץ לשטחה של מדינת ישראל פעמיים!!)
- אי אפשר להתחמק מכהשפעת הקרינה הסלולרית ואחר היא בכל מקום
- אני חייב את האיפון החדש המגניב הזה!

#### אז יש דברים שאנחנו רואים בעולם ואנחנו לא אוהבים.

- מה עושים מבחינה אנרגטית, כדי שלא להעצים את הדבר על ידי עצם ההתנגדות אליו?
- מהי הסכמה אנרגטית?
- האם כשאנו רואים דברים כמו כימטריילז, קידוחי גז, הכרזת ידוענים על צמצום אוכלוסין. עלינו להתנגד לכך? ואיך?
- אם איננו מביעים התנגדות מילולית או אנרגטית כשמישהו עושה או מצהיר על כוונתו לעשות משהו במרחב הציבורי, כאילו נתנו את הסכמתנו.

- הדבר נכון במיוחד אם מתלווה לאי התגובה שלנו תחושת חוסר אונים אנרגטית!
- כיצד להתנגד לדברים בלתי חיוביים בעולם (Powerful Peace)

## כיצד אמונה מוחזקת בגוף הפיזי

### מארג רעיונות קבוע יוצר רגש מסויים.

- בכל פעם שה"תכנות" הזה עולה לתודעה.
- אנחנו מוצפים באותו רגש
- הרגש הזה יוצר קוקטייל של מסרים ביוכימיים המגיעים לתאי הגוף
- מסרים אלה יצרים שינויים אפוגנטיים
- שינויים אלה, תואמים לרמת הרגש הנחוה או למס החזרות.

### לאחר שתוכנה זו רצה כמה פעמים

- הגוף בונה חומרה שתריץ את המסרים הביוכימיים בצורה יותר יעילה
- חומרה זו בנויה מקשרים נוירוניים חדשים, וכן משינויים אפוגנטיים ב-DNA
- כשהשינוי נהייה קבוע, כלומר מפסקים מסויימים שהיו כבויים עברו למצב פעיל חלקית או לביטוי מלא

### ה-DNA מתחיל לייצר חלבונים חדשים

- ובעצם לבנות את הגוף עם אבני בניין שונות.
- חלבונים אלה יכולים להיות כל סוג של חומר ביולוגי וגם רעלים...
- כך יכול להתקבע מצב ביוכימי חריג בגוף, להישאר כך לכל החיים ואף לעבור לצאצאים!

### כדי לשנות את החומרה

- נצטרך להעביר מסר רגשי שיהיה גדול יותר מעצמת המסר שייצר את השינויים.
- בעצם המסר החדש צריך לשבור או לפחות לסדוק את התכנות שנוצר על ידי שילוב של מחשבה-רגש-ביוכימיה ו-DNA

### DNA - הוא בעצם מפעל שמייצר חומר, או אור.

- אור – ה-DNA שלנו מייצר ביו-פוטונים. תפקידם אינו ברור עד סופו אך בין הדברים הידועים הם תקשורת בין תאים ובתוך התא בין מולקולות שונות.
- חומר – חלבונים.

## מכאן הגוף יוצר תדר חדש ושונה

- כאשר שינינו את ה-DNA הוא מִּיִּחֵל לפלוט ביו-פוטונים באורכי גל חדשים שלא היו שם קודם.
- אפשר לומר שתדר הרטט הכללי של הגוף נשתנה!
- המציאות הביוכימית – ולפיכך זו של הגוף פיזי נשתנתה!  
כיצד מועבר שינוי זה גם ל"מציאות" שמחוץ לגוף הגשמי?
- עדיין אין לנו הסבר מלא לכך
- אך בעקרון המציאות משקפת לנו חזרה את התדר שייצרנו בעצם באמצעות המחשבה והרגש שלנו.
- תהליך זה הוא אצל רוב האנשים בלתי מודע.

## הסוד שעוזר לנו לשנות את התכנות שייצרנו למשהו חדש

- הוא לאפשר לחוויה הפנימית הנחוות במדיטציה עמוקה להפוך בהרגשתנו ליותר אמתית מ"המציאות החיצונית".

## אנחנו לצריכים להרגיש שהמציאות שהחדשה שאנו יוצרים

- נמצאת כאן כבר ועכשיו!
- אנחנו מרגישים מתנהגים ומגיבים בהתאם למציאות החדשה.

## כשחוזרים על המדיטציה הזו מספיק פעמים

- או כשחוזרים עליהם בעצמה חזקה מספיק (כדי להאפיל על עצמת הקשרים של התכנות נוירוני ביוכימי הקודם)
- אז הרגש החדש יוצר קשרים נוירוניים חדשים
- לבסוף, התכנות החדש הופך לחומרה חדשה שמחליפה את החומרה הקודמת, כלומר את הביטוי של האפוגנטי של ה-DNA
- אז הגוף שלנו מתחיל לשדר תדר חדש, מידע חדש לגמרי.

## המציאות בתורה תשקף מכם את התדר החדש

- אתם תראו ותרגישו כאדם חדש
- והמציאות ונסיבות החיים שלכם ישתנו.

## מדיטציה להחלפת אמונות

- כניסה למדיטציה עמוקה
- מודעות לשדה התודעה האינסופי, המכיל את כל ההסתברויות
- בחינת האמונה שרצינו לשנות וקבלת החלטה שהיא אינה משרתת אותנו יותר
- שחרור האמונה הישנה לשדה
- התרכזות באמונה החדשה
- טעינת רגש ליצירת השינויים
- דמיון ההרגשה שלנו במצב החדש
- דמיון מצבים רגשות התנהגות ורגשות שלנו במציאות החדשה עכשיו!