מקור האנרגיה החיובית

מאת : חיים קרמר
נובמבר 30, 2019

איך מגלים את העוצמה של האנרגיה החיובית ? פשוט , מתחילים בחיפוש אחרי הטוב הקיים בנו !

אחת הסיבות העיקריות לשקיעת בני אדם בעצבות ובדכדוך היא – הכישלון . עסקה שפעלתם לקידומה מתמוטטת , יחסים ששאפתם לפתח נכשלים . ‘שוב נכשלתי’ , אומר האדם לעצמו … זה יכול להיות ריב משפחתי שמפריע לכם ומטריד את דעתכם . לפעמים אתם מתעוררים עם מצב רוח לא טוב והתחושה המלווה אתכם היא שעליכם להתכונן לקראת יום שבו ישתבש הכל …

היזהרו , לא טוב להרשות לתחושת הכישלון – או אפילו לתחושת חוסר - הישגיות – להשתלט עליכם . כשהדבר בכל זאת קורה , אתם נוטים לפסימיות ולראיית שחורות , ומכאן הדרך לעוד כישלונות מהירה …

מה אפשר לעשות ? רבי נחמן מברסלב מייעץ לנו קודם כל : התחילו לחפש עד שתמצאו נקודה טובה , נקודת אור , נקודה חיובית , טענו את עצמכם מחדש בתחושת אופטימיות ובחשיבה חיובית . בהחלט , יש לכם תכונות

בעלות ערך ! בוודאי שאתם יכולים להצליח ! – אימוץ גישה זו יסייע לכם להשתקם מכישלונות אפילו בתחומים שהכל השתבש בהם , וגם שם תצליח !

רבי נחמן שם דגש רב על תפישה זו . “צריך תמיד לתור אחר הטוב…” היה אומר תמיד . צריך תמיד להיות אופטימי . אל ייאוש ! אל תוותרו ! ואת הטוב שאתם מוצאים שמרו . אם תנהגו כך תזכו בדבר נפלא – ביכולת לגלות את מאגר החיות הייחודי הפרטי שלכם . כמו כל בן אדם בעולם , גם לכם יש כוח פנימי מדהים – מקור בלתי נלאה כמעט של אנרגיה חיובית בתוככם , בדומה לסוללה נטענת שביכולתה להזניק אותה קדימה .

יש לכם כוח פנימי עצום , מקור אנרגיה חיובית אדיר ! כן , בדיוק כמו סוללה נטענת שיש בכוחה להזניק את עצמה קדימה …

איך מפעילים אותה ? איך מתניעים אותה ? זו מטרת כתיבתו של רבי נחמן : התחילו בחיפוש אחר הטוב . התמקדו אך ורק בנקודות הטובות שלכם . אל תתייאשו ! אתם יכולים להצליח ! ואתם כן תצליחו !

מסופר , שפעם אחת אש שפרצה כילתה חלק גדול מהעיר ברסלב . בחלפם על פני שכונה זו , הבחינו רבי נתן וחסידיו ההולכים עמו באחד מבעלי הבתים המבוהלים שנפגעו בשריפה , שלמרות דמעותיו הזולגות , הוא מחטט ומחפש בתוך הררי האפר ושאריות ביתו ההרוס בתקווה למצוא משהו שיוכל להיעזר בו בשיקום הבית .

פנה רבי נתן ואמר לחסידיו : הרואים מה הוא עושה ? למרות חורבן ביתו , הוא לא נואש . הוא אוסף כל מה שעשוי להועיל בשיקום הבית ולחדשו בבוא העת . הוא הדין גם בקשר לרוחניות . השטן נלחם בנו , הוא מנסה להשמיד את כל הקדושה שהצלחנו לאגור על ידי דחיפתנו לפעול בניגוד לרצון הבורא . גם כך , כאשר הושלכנו ארצה והכל נראה אבוד , אסור לנו להתייאש . צריך רק לאסוף כמה נקודות טובות וללקט מבין החטאים והריסות נפשנו . זו הדרך לשוב אל בורא העולם . (כוכבי אור עמוד ע”ח) .