

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) .