

מחולל הבחירה – פיקוד ומנהיגות פנימית / דניאל רפאלי

במאמר זה אנו ניגשים להאיר ואולי אף להעיר מקום פנימי הקיים אצל כל אדם, אך מפני רובנו הוא רוב הזמן נסתר ולא בהכרח נראה או נגיש בחוויית המשתמש שלנו, אולי אפילו אצל חלקנו מקום פנימי זה מרגיש לא פעם חסום.

יכול האדם לחיות כל חייו ללא חוויה של שליטה על המתרחש בתוכו ובמפגש בינו לבין קרוביו והסובבים אותו. חוויה קשה שגוררת לעיתים קרובות סבל רב כאשר האדם לא נעצר לברר את רצונו החופשי ביחס לסיטואציה מסוימת, וישר נדחק להגיב מתוך דחף ולחץ, על מנת להרחיק מעליו תחושה של איום או עימות. לדוגמה כל בקשה או רצון של מישהו המבקש משהו מאיתנו. כמובן שהרחקה מיידית שכזו לא פותרת או מעלימה לאדם את הדילמות הבאות לקראתו אלא רק קוברת אותם ומשאירה אצלו תחושה לא טובה של מועקה שעשויה להתגבר לאורך השנים ולהפוך למועקה קבועה שהמחיר שלה עשוי להיות כבד מאוד ומורגש מאוד בחיי היום יום.

מחולל הבחירה הוא מקום פנימי, מאין מרחב פיקוד אישי שגם כאשר הוא נגלה, רק האדם עצמו יכול לראות אותו ולעבוד איתו. מחולל הבחירה הוא מרחב פנימי המתגלה כאשר נפגש האדם עם דילמה או צומת בחירה פנימית, חמ"ל אישי בו יכולים להתקבל חומרים לבירור, שתוצאותיו יכולות להוביל לחוויה טובה של הנהגה, כלומר שליטה על מה שעובר עליו, ומשם להמשיך להחלטות מדויקות ונכונות יותר. כל המתואר יכול להילמד תחילה בתהליך אישי, אותו עושה האדם הלומד להכיר את עצמו בעזרת איש מקצוע המתמחה בפנימיות ובעבודה אישית נפשית רגשית, וככל שהאדם מרגיש שליטה הולכת וגוברת על עצמו, ותורגש הנהגה מדויקת ויציבה, ישתחרר מהתהליך המונחה וילמד לבסס פיקוד פנימי עצמוני ויציב, אותו ינהל בעצמו. כלומר יש באפשרות של כל אדם ללמוד לכוון ולדייק את רצונותיו כך שיתאימו לקצב ולאופי החיים שלו, וככל שהאדם ידע את רצונותיו בבהירות כך יוכל להגיב בשקט ובנחת לבא לקראתו מהסובבים אותו, ללא צורך בלחץ או בתגובות קשות עם מחירים כבדים.

עד כאן ניסינו לתאר בקווי מתאר כללים וראשוניים מקום מאוד חשוב לאיכות חייו של האדם, מקום ממנו מתקבלות החלטות מקטנות ועד הרות גורל אשר עשויות להשפיע באופן מרחיק לכת על איכות חייו. ומכאן מסתמנת בצורה ברורה החשיבות להתעוררות התודעה הערה שלנו, על מנת שלא נדלג על הזדמנות לבחור איך להרגיש או להגיב, אלא ניקח אותה בשתי ידיים!

המתואר עד כה הוא למעשה חלופה להתנהלות/התנהגות הרגילה האינסטינקטיבית שהתרגלנו להגיב בכל פעם, במהירות ולעיתים בחוסר שיקול דעת ודיוק פנימי, וגם שילמנו לא פעם מחירים כבדים על עימותים שהובילו להתרחקות מהסובבים אותנו.

כל אדם מכיר מצבים בהם הגיב במהירות ובחוסר שיקול דעת מספק לאירוע כזה או אחר בחיים העמוסים שלנו. ולכן, מאמר זה מבקש לחשוף מקום ואפשרות לישוב הדעת, לבניה של הנהגה עצמית הנשענת על בירור אישי בזמן אמת, על מנת לקבל החלטות טובות מדויקות ומתאימות לחייו של האדם ביום יום.