

סיינטולוגיה

הפיכת העולם למקום טוב יותר

סיינטולוגיה, אשר נוסדה ופותחה על-ידי ל. רון האברד, היא פילוסופיה דתית יישומית שמציעה נתיב מדויק שדרכו כל אדם יכול לזכות שוב באמת ובפשטות של עצמיותו הרוחנית.

סיינטולוגיה מורכבת מאקסיומות ספציפיות שמגדירות את הגורמים והעקרונות המצויים בבסיסו של הקיום, ומתחום נרחב של תצפיות במדעי הרוח, מאגר פילוסופי שחל למעשה על החיים בכללותם.

מאגר נרחב זה של ידע הביא לידי שני יישומים של הנושא: ראשית, טכנולוגיה עבור האדם לשם הגברת מודעותו הרוחנית והשגת החופש שאחריו חיפשו הרבה תורות פילוסופיות גדולות; ושנית, מספר רב של עקרונות יסוד שבהם בני אדם יכולים להשתמש לשם שיפור חייהם. למעשה, ביישום שני זה, סיינטולוגיה מציעה לא פחות מאשר שיטות מעשיות לשיפורו של כל היבט של קיומנו – אמצעים ליצירת דרכים חדשות לחיים. ומכאן בא החומר שאתה עומד לקרוא.

הנתונים המוצגים כאן, אשר לוקטו מתוך כתביו של ל. רון האברד, מהווים רק אחד מן הכלים שניתן למצוא ב'ספר העזר של סיינטולוגיה'. ספר העזר, שמהווה מדריך מקיף, מכיל יישומים רבים של סיינטולוגיה שבהם ניתן להשתמש על מנת לשפר תחומים רבים אחרים בחיים.

בחוברת זו, העורכים הוסיפו לנתונים מבוא קצר, תרגילים מעשיים ודוגמאות של יישום מוצלח.

באפשרותך להשיג קורסים נוספים להגברת הבנתך וחומרים נוספים להרחבת הידע שלך בארגון או במרכז של סיינטולוגיה הקרובים אליך. רשימות כתובות ניתנות להשגה ב-www.scientology.org

תופעות חדשות רבות בנוגע לאדם ולחיים מתוארות בסיינטולוגיה, ולפיכך אתה עלול להיתקל בעמודים אלה במונחים שאינם מוכרים לך. מונחים אלה מתוארים בפעם הראשונה להופעתם בטקסט וכן במילון המונחים בסוף החוברת.

סיינטולוגיה מיועדת לשימוש. זוהי פילוסופיה מעשית, דבר-מה שהאדם עושה. על-ידי שימוש בנתונים האלה, אתה יכול לשנות מצבים.

מיליוני אנשים, שרוצים לעשות משהו בנוגע למצבים שהם רואים סביבם, יישמו את הידע הזה. הם יודעים שניתן לשפר את החיים. והם יודעים שסיינטולוגיה פועלת.

השתמש במה שתקרא בעמודים אלה על מנת לעזור לעצמך ולאחרים, וגם אתה תדע זאת.

כנסיית הסיינטולוגיה הבין-לאומית

מדפי הספרים לשיפור עצמי בחנויות הספרים, גלי האתר והנואמים בנושא של עזרה-עצמית שעושים סבב הרצאות, כולם מציעים שפע של פתרונות לבעיות של הבנת החיים. עם זאת, זרם הקשיים האינסופי שיש לאדם עדיין אינו נפתר.

בחוברת זו, ל. רון האברד ניגש אל הבסיס שמתחת לכל ה"פתרונות" האלה כדי לספק את הידע הבסיסי של מה למעשה מרכיב הבנה.

מה תוכל לעשות עם ידע זה? בכך שתדע מהי באמת הבנה, יהיו בידיך הכלים לטפל בחיים עצמם. פירושו של דבר שיהיו בידיך הכלים להגדיל את הבנתך כמעט בכל תחום – לרבות האנשים שאתה מכיר ושאתה בא איתם במגע.

ידע זה יאפשר לך לעזור לאחרים אשר חווים את המצוקות הנגרמות על-ידי אי-הבנות, נקודות מבט שונות, מערכות יחסים הרוסות ותחלואים אחרים שהופכים את חייו של האדם לשרשרת מתמשכת של תלאות. אתה תלמד את המרכיבים של הבנה, כיצד הם קשורים זה לזה וכיצד הם מביאים להבנה. עם המיומנויות שניתן לרכוש מלמידה של היסודות הכלולים כאן, תוכל לעזור להחזיר אחרים להבנה עם זולתם ועם העולם סביבם.

למרות שכלול כאן רק חלק מהטכנולוגיה המלאה שמר האברד פיתח בנושא זה, חלק זה מספיק כדי לשנות את גישתך לחיים. והשימוש בו יעזור לך לפרוח בכל היבט של פעילות אנושית.

אם חוסר הבנה הוא, אכן, מקור לבעיותיו של האדם, שער בנפשך מהן יכולותיו ללא מעצור זה. מיליוני אנשים שמיישמים ידע זה מגיעים לגבהים שבעבר הם רק חלמו עליהם – והם מסייעים בהצלחה לאחרים לעשות את אותו הדבר. ■

אהדה, ממשות ותקשורת

יימים שלושה גורמים בסיינטולוגיה שהינם בעלי חשיבות מרבית בעת טיפול בחיים. שלושה גורמים אלה עונים על השאלות: איך עלי לדבר עם אנשים? איך אוכל להציע רעיונות חדשים לאנשים? איך אוכל לגלות על מה אנשים חושבים? איך אוכל לטפל בעבודתי טוב יותר?



שלושת הגורמים הללו נקראים בסיינטולוגיה 'משולש האמ"ת'. ראשי התיבות אמ"ת (שמבוטאים כמו המילה אמת, ולא כמו האותיות א-מ-ת), הם אחד המונחים השימושיים ביותר שהומצאו עד כה.

משולש האמ"ת נקרא משולש, מאחר שיש לו שלוש נקודות שקשורות ביניהן. הראשונה מבין נקודות אלה היא אהדה. השנייה מבין נקודות אלה היא ממשות. השלישית מבין נקודות אלה, והחשובה ביותר, היא תקשורת.

שלושה גורמים אלה קשורים ביניהם. במונח אהדה אנו מתכוונים לתגובה רגשית. אנו מתכוונים לתחושת חיבה או היעדרה, לתחושת רגש או רגש שלילי (רגש לא רציונלי או לא מתאים לנסיבות) הקשורים בחיים. במונח ממשות אנו מתכוונים לעצמים המוצקים, לדברים הממשיים בחיים. במונח תקשורת אנו מתכוונים להחלפת רעיונות בין שני טרמינלים (אנשים אשר יכולים לקבל, להעביר או לשלוח תקשורת). ללא אהדה אין כל ממשות או תקשורת. ללא ממשות אין כל אהדה או תקשורת. ללא תקשורת אין אהדה ואף לא ממשות.

יישום משולש האמ"ת בנסיבות היומיומיות שבהן אדם נתקל בחיים, מצריך הבנה של כל אחד ממרכיבי המשולש ושל יחסי הגומלין שביניהם.



אהדה היא כל
גישה רגשית אשר
מציינת את דרגת
החיבה למישהו
או למשהו.



ממשות היא
דרגת ההסכמה
שאליה אנשים
מגיעים. היא גם
כוללת את
העצמים
המוצקים,
הדברים
הממשיים בחיים.



תקשורת היא
ההחלפה של
רעיונות דרך
מרחב.

הפינה הראשונה של משולש זה נקראת אהדה.

הגדרתה הבסיסית של אהדה היא השיקול של מרחק, בין אם הוא טוב או רע. התפקיד הבסיסי ביותר של אהדה מלאה יהיה היכולת לתפוס את אותנו המרחב שתופס דבר אחר.

המילה אהדה משמשת כאן במשמעות של אהבה, חיבה או כל גישה רגשית אחרת. אהדה נתפסת בסיינטולוגיה כדבר בעל פנים רבים. אהדה היא איכות משתנה. אהדה משמשת כאן כמילה בהקשר של "דרגת חיבה".

האדם לא יהיה אדם ללא אהדה. לכל בעל חיים יש אהדה במידה כלשהי, אולם האדם מסוגל להרגיש מידה רבה במיוחד של אהדה. הרבה לפני שהוא התארגן בערים, הוא התארגן לשבטים ולבתי-אב. לפני השבטים ובתי-האב היו ללא ספק חבורות. הצורך האינסטינקטיבי של האדם באהדה עם זולתו זכה להכרה מזה זמן רב, והביות של בעלי חיים אחרים מראה שאהדה זו מתפשטת גם למינים אחרים. ניתן היה לשער שהגזע אשר יפתח ראשון מידת אהדה בדרגה הגבוהה ביותר יהפוך לגזע השולט על פני כל כוכב לכת, ודבר זה הוכח כנכון.

הילד מלא באהדה. לא רק שיש לו אהדה לאביו, לאימו, לאחיו, לאחיותיו ולחבריו למשחק, אלא גם לכלביו, לחתוליו ולכלבים התועים אשר עוברים בסביבתו. אולם אהדה אף עולה מעבר לכך. ניתן להרגיש אהדה לחפצים: "אני אוהב את הצורה שבה הטבעות בולטות בעץ הזה". ישנה הרגשה של היות אחד עם האדמה, השמיים הכחולים, הגשם, בריכות טחנות הקמח, גלגלי העגלה והצפרדעים, הרגשה שהיא האהדה.

אהדה לעולם איננה זהות (היות אחד עם אחר מבחינת הרגשות ותחומי עניין) והיא גם איננה מרחיקה לכת עד כדי אמפתיה (היכולת או המצב שבו אדם מדמיין שהוא אדם אחר ואפילו חולק איתו את רעיונותיו שלו או את הרגשותיו שלו). אתה נשאר במידה רבה אתה עצמך כאשר אתה חש אהדה כלפי משהו, אך אתה גם מרגיש את מהותו של הדבר שלגביו אתה חש אהדה. אתה נשאר עצמך ויחד עם זאת אתה מתקרב יותר לעצם שכלפיו אתה חש אהדה. זאת אינה תכונה מחייבת. אין כל תנאים כאשר מעניקים אהדה. היא אינה מחייבת את המקבל ואין בה כל נשיאת אחריות. היא טהורה, קלה וטבעית, וזורמת מהאדם באותה קלות שבה אור השמש זורם מן השמש.

אהדה יוצרת אהדה. אדם שמלא בתכונה זאת ימצא באופן אוטומטי שאנשים בכל מקום בקרבתו מתחילים גם הם להתמלא באהדה. זוהי השפעה מרגיעה, מחממת, משמחת את הלב ומשפיעה על כל אלה שמסוגלים לקבלה ולהעניקה.

ניתן להבחין בקלות ברמת האהדה בין אנשים או קבוצות. לדוגמה, שני אנשים שמדברים זה עם זה, או שהם חשים אהדה זה אל זה או שהם אינם חשים. אם הם אינם חשים אהדה, הם יתווכחו. אם ישנה אהדה זה אל זה, חייבים להימצא שם שני דברים נוספים: עליהם להסכים על ממשות ועליהם להיות מסוגלים לתקשר את אותה ממשות זה אל זה.

הדבר מביא אותנו אל הפינה הבאה: ממשות.

ממשות

ניתן להגדיר *ממשות* בתור "הדבר שנראה כקיים". ממשות היא ביסודה הסכמה. הדבר שאנו מסכימים עליו כממשי הוא ממשי.

את הממשות, הממשות של העולם הפיסיקלי, חשים באמצעות ערוצים שונים; אנו רואים משהו עם העיניים, אנו שומעים משהו עם האוזניים, אנו מריחים משהו עם האף, אנו נוגעים במשהו עם ידינו, ואנו מחליטים, לאחר מכן, שקיים משהו. אולם הדרך היחידה שבה אנו יודעים זאת היא באמצעות חושינו, וחושים אלה הם ערוצים מלאכותיים. איננו נמצאים במגע ישיר עם העולם הפיסיקלי. אנו נמצאים במגע איתו דרך ערוצי החושים שלנו.

אותם ערוצי חושים יכולים להתקוות. לדוגמה, אדם מאבד את מאור עיניו, ומבחינתו לעולם הפיסיקלי אין כל אור או צורה או צבע או תפיסת עומק. לעולם הפיסיקלי יש עדיין ממשות בעיניו, אך זו אינה אותה הממשות כמו זאת של אדם אחר. במילים אחרות, הוא אינו מסוגל לקלוט עולם פיסיקלי באופן מוחלט ללא ראייה. אי אפשר לקלוט דברים אלה ללא החושים. לפיכך העולם הפיסיקלי נראה דרך חושים אלה.

שני אנשים יכולים להסתכל על שולחן ולהסכים כי זהו שולחן. הוא עשוי מעץ, הוא חום. האנשים מסכימים על כך. כמובן, האיש מבין שכאשר הוא אומר "חום" והאיש השני שומע "חום", ייתכן שבעיני האיש הראשון חום הוא למעשה סגול, אך הוא הסכים שזהו חום, מאחר שכל חיוו אנשים הצביעו על גוון צבע זה ואמרו "חום". ייתכן שבעיני האיש השני הוא למעשה אדום, אך הוא מזהה אותו כחום. אם כן, שני האנשים נמצאים בהסכמה, למרות שהם עשויים לראות דבר שונה. אך הם מסכימים שזה חום, שזה עץ, שזה שולחן. כעת בחור שלישי נכנס, מתקרב ומעיף מבט בדבר הזה ואומר "הה! פיל!"



עדי ראייה בזירת התאונה או הפשע נותנים לעתים תיאור שונה של מה שהתרחש. לכל אדם כאן ישנה ממשות שונה לגבי מה שקרה לאישה שארנקה נחטף ממנה.

איש אחד אומר "זה שולחן, רואה? פילים הם . . ."

"לא, זה פיל." עונה האיש השלישי.

לכן שני האנשים אומרים שהשלישי משוגע. הוא אינו מסכים איתם. האם הם מנסים להמשיך ולתקשר איתו? לא. הוא אינו מסכים איתם. הוא לא הסכים על הממשות הזאת. האם הם נמצאים באהדה איתו? לא. הם אומרים "הבחור הזה משוגע". הם לא אוהבים אותו. הם לא רוצים להימצא בסביבתו.

כעת נניח ששני אנשים מתווכחים, ואחד אומר "השולחן הזה עשוי מעץ", והאחר אומר "לא, הוא לא". הוא עשוי ממתכת שצבועה כדי להיראות כמו עץ". הם מתחילים להתווכח על כך; הם מנסים להגיע לנקודת הסכמה, והם לא מצליחים להגיע לנקודת ההסכמה הזאת. בחור נוסף מתקרב ומעיף מבט בשולחן ואומר "לאמיתו של דבר, הרגליים צבועות כך שהן ייראו כמו עץ, אבל המשטח העליון הוא עץ והוא חום וזה שולחן". שני האנשים הראשונים מגיעים כעת להסכמה. הם מרגישים אהדה. לפתע פתאום הם מרגישים ידידותיים, והם מרגישים ידידותיים כלפי האדם השלישי. הוא פתר את הבעיה. שני האנשים הגיעו להסכמה והם נכנסים לתקשורת.

עבור אדם יחיד, ממשות יכולה להיות מורכבת רק מהפרשנות שהוא נותן למסרים החושיים שהוא קולט. חוסר המהימנות היחסית של נתונים אלה נראה בבירור על פי הדו"חות השונים זה מזה שתמיד מתקבלים בתיאור של, נאמר, תאונת דרכים. אנשים שחקרו תופעה זאת מדווחים שיש מידה מדהימה של שוני בתיאור שניתן לגבי אותו האירוע על-ידי צופים שונים. במילים אחרות, הממשות לגבי הסיטואציה הזאת היתה שונה בפרטים עבור כל אחד מהצופים. לאמיתו של דבר, קיים תחום נרחב של הסכמה, נרחב ביותר, ההסכמה המשותפת של המין האנושי. זהו כדור הארץ. אנחנו אנשים. המכונניות הן מכונניות. הן מונעות באמצעות פיצוץ של כימיקלים מסוימים. האוויר הוא האוויר. השמש נמצאת בשמיים. ישנה בדרך כלל הסכמה על כך שהתרחש הרס. מעבר לתחום הבסיסי הזה של הסכמה קיימות פרשנויות שונות זו מזו של המציאות.

למעשה, ממשות מורכבת מהקליטה החושית שלך אותה, והקליטה החושית שלך את הממשות מורכבת, במידה רבה, מהדברים שעליהם אתה יכול לתקשר עם אנשים אחרים.

תקשורת

הפינה השלישית והחשובה ביותר של משולש האמ"ת היא תקשורת. במערכות יחסים בין בני אדם, התקשורת חשובה יותר משתי הפינות האחרות של המשולש להבנת ההרכב של יחסי אנוש בעולם זה. תקשורת היא הפשר של כל הדברים. היא מפשירה הכל.

כיצד אנשים נכנסים לתקשורת זה עם זה?

על מנת שתתקיים תקשורת, חייבות להיות הסכמה ואהדה. על מנת שתתקיים אהדה, חייבות להיות הסכמה על ממשות ותקשורת. על מנת שיתקיימו ממשות והסכמה, חייבות להיות אהדה ותקשורת – אחת, שתיים, שלוש. אם אתה הורס את האהדה, התקשורת והממשות יעלמו. אם אתה

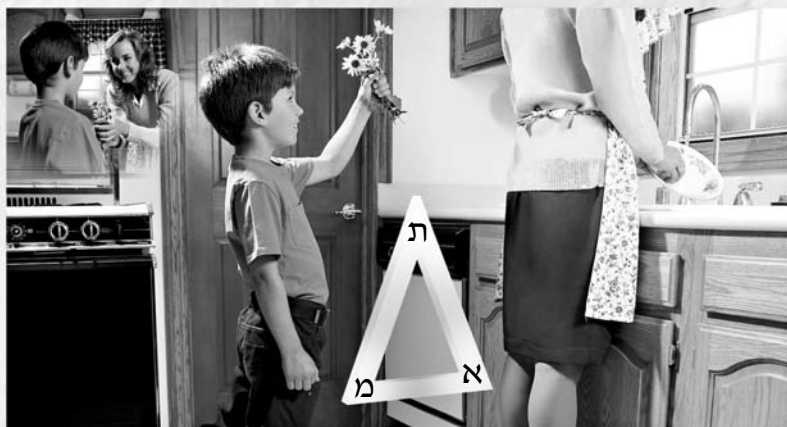
הורס את הממשות, התקשורת והאהדה ייעלמו. אם אתה הורס את התקשורת, כולך ייעלמו.

ישנן כמה דרכים לחסום קו תקשורת (הנתיב שלאורכו עוברת תקשורת מאדם אחד לאחר). דרך אחת היא לקטוע את קו התקשורת, דרך אחרת היא להפוך את התקשורת למכאיבה במידה כזאת, שהאדם המקבל אותה יקטע אותה, ודרך נוספת היא להעמיס עליו כל-כך הרבה עד שהוא ייתקע. אלה הם שלושה דברים חשובים מאוד שיש לדעת בקשר לקו תקשורת. יתרה מזאת, אותה תקשורת חייבת להיות תקשורת טובה: הנתונים הנחוצים שנשלחים בכיוון הנחוץ ומתקבלים.

כל מה שתקשורת תעסוק בו יהיה, דרך אגב, ממשות ואהדה בנוגע לעולם הפיסיקלי. דיונים ייסובו סביב השאלה אם ישנה אהדה או לא, או אם ישנה הסכמה או לא, והיכן במיוחד ישנה אי-הסכמה על ההסכמה בנוגע לעולם הפיסיקלי.

ניתן לפתח אהדה במספר דרכים. אתה יכול לדבר אל אנשים ולפתח איתם אהדה. אך זכור שזוהי תקשורת, לא רק דיבורים. ישנן הרבה הרבה דרכים לתקשר. שני אנשים יכולים לשבת ולהסתכל איש על רעהו ולהיות בתקשורת. אחת הדרכים לפתוח בתקשורת היא באמצעות מישוש, חוש המגע. אתה יכול ללטף חתול, והחתול לפתע פתאום מתחיל לגרגר בהנאה; אתה בתקשורת עם החתול. אתה יכול להושיט יד וללחוץ את ידו של אדם, ואתה בתקשורת עמו משום שהתקיים מגע. אנשי האסכולה הישנה, הנאחזים בשיניים ובציפורניים ברעיון שלפיו "כולם בעצם שונאים את כולם, וכולם נמצאים בעמדת התגוננות, וזוהי הסיבה שבגללה עלינו להכריח את כולם להיות חיות חברתיות", אמרו שהסיבה שבגללה בני אדם לוחצים ידיים היא כדי להראות שאין ביד כל נשק. לא, זוהי תקשורת. בצרפת, באיטליה, בספרד וכן הלאה, הם נופלים איש על צוואר רעהו; ישנו מגע רב, ואותו מגע הוא תקשורת.

אם אדם מנותק מתקשורת במידה משמעותית, ואתה מושיט יד וטופח על כתפו, והוא מתחמק קלות (הוא מחשיב את כל הדברים לכואבים) על אף שאינו ממשיך בתנועת ההתחמקות, תמצא שהוא אף מנותק מתקשורת מילולית. אתה מנסה לומר לו משהו. "אתה יודע, אני חושב שזה פרוייקט די טוב, פרוייקט 342א', ואני חושב שאנחנו צריכים להמשיך איתו". הוא יישב שם ויסתכל עליך ויניד בראשו, ולאחר מכן הוא ילך ויסיים את פרוייקט 36.



אם הורסים פינה
אחת של משולש
האמ"ת, שאר הפינות
נהרסות גם הן. כאן,
ילד ניגש בשמחה
לאמו כדי לתת לה
פרח.



בהיותה עסוקה
בעבודות הבית, האם
מתעלמת מהתקשורת
של הילד, שנהרסת,
ובעקבותיה תהיה עד
מהרה פחות אהדה
ופחות ממשות.

אתה אומר "בדיוק הפסיקו את פרוייקט 36. בכלל לא תכננו לגמור אותו", אך הוא בקושי יודע שאתה מדבר אליו. הוא מתחמק מכל מה שאתה אומר. או שהוא עשוי לדבר אליך כל-כך הרבה ובאריכות כה רבה עד שאינך מקבל הזדמנות לספר לו שברצונך לבצע את פרוייקט 342א'. גם זו התחמקות ממך. במילים אחרות, הוא מנותק מתקשורת איתך. לכן, אהדתו נמוכה והוא גם לא יסכים איתך. אך אם תוכל להביא אותו להסכמה, התקשורת תשתפר והאהדה תשתפר.

אלה הם למעשה הנתונים החשובים ביותר בתחום היחסים הבין-אישיים.

אתה יכול לקחת כל קבוצת גברים שעובדים על פרוייקט, ולהעיר מבט אחד במנהל העבודה ובגברים, ולומר אם אנשים אלה מצויים בתקשורת זה עם זה או לא. אם הם אינם בתקשורת, הם אינם עובדים כצוות מתואם. הם אינם בתקשורת, אולי, משום שאינם מסכימים על מה שהם עושים.

כל שעליך לעשות הוא לקחת את הקבוצה, לכנס אותה ולומר "חבר'ה, מה אתם עושים?" אינך שואל את מנהל העבודה, אתה שואל את הקבוצה כולה ואת מנהל העבודה, "חבר'ה, מה אתם עושים?"

בחור אחד אומר, "אני מרוויח 40 דולר בשבוע. זה מה שאני עושה". אחד אחר אומר "טוב, אני שמח לצאת מהבית כל יום. הזקנה שלי מציקה נורא". אחד אחר אומר "לאמיתו של דבר, לפעמים מזדמן לי לנהוג שם במשאית, ואני אוהב לנהוג במשאית, ואני מוכן לסבול את שאר העניין. אני נוהג במשאית, ובכל מקרה אני צריך לעבוד". אדם אחר עשוי לומר, אם הוא היה נוהג ביושר, "אני נשאר בעבודה הזאת בגלל שאני שונא את הכלב הזה שיש לכם כאן בתור מנהל עבודה. אם אני יכול להקדיש את החיים לעשות אותו אומלל, אוהו, זה עושה אותי מאושר."

כל העת חשבת שאותם אנשים חשבו שהם סוללים כביש. אף לא אחד מהם חשב שהוא סולל כביש. אתה חשבת שהם בונים כביש. אף לא אחד מהם בנה כביש; אף לא אחד מהם אפילו סלל.

צוות זה עשוי להיות לא מאושר ולא יעיל, אך אתה מכנס אותם יחד ואתה אומר "טוב, אתם יודעים, יום אחד יעברו הרבה מכוניות על הכביש הזה. אולי הן יהפכו לגרוטאות מדי פעם, אבל הרבה מכוניות יעברו על הכביש הזה. אתם, חבר'ה, בונים כביש. זאת עבודה די קשה, אבל מישהו צריך לעשות אותה. הרבה אנשים יודו לכם, חבר'ה, על כך שבניתם את הכביש הזה. אני יודע שלא איכפת לכם מזה בכלל, אבל זה באמת מה שאנחנו עושים כאן. עכשיו, הייתי רוצה כמה הצעות מכס על איך היינו יכולים לבנות את הכביש הזה קצת יותר טוב". לפתע פתאום כל הצוות בונה כביש. האהדה, הממשות והתקשורת עולות מיד.

משולש האמ"ת

כל נקודה במשולש האמ"ת תלויה בשתי האחרות, וכל שתיים תלויות באחת. לא ניתן להפחית באחת מבלי להפחית בשתיים האחרות, וכן לא ניתן לשקם אחת מבלי לשקם את השתיים האחרות. מההיבט החיובי, אדם יכול לשקם כל נקודה במשולש זה בכך שהוא משקם כל נקודה אחרת בו.

יחסי הגומלין במשולש נעשים גלויים לעין מיד כאשר אדם שואל "האם ניסית אי פעם לדבר אל אדם כועס?" ללא דרגת חיבה גבוהה וללא בסיס כלשהו להסכמה אין כל תקשורת. ללא תקשורת וללא בסיס כלשהו של תגובה רגשית לא יכולה להיות כל ממשות. ללא בסיס כלשהו להסכמה וללא תקשורת לא יכולה להיות כל אהדה. לכן אנו מכנים שלושה דברים אלה בשם משולש. ללא התקיימותן של שתי פינות של המשולש לא תוכל להיות פינה שלישית. כאשר אדם חפץ בפינה כלשהי של המשולש, חובה עליו לכלול את השתיים האחרות.

המשולש אינו משולש שווה צלעות. חשיבותן של האהדה והממשות קטנה בהרבה מחשיבותה של התקשורת. ניתן לומר שהמשולש מתחיל בתקשורת, המביאה להתקיימותן של אהדה וממשות.

מאחר שכל אחד משלושה היבטים אלה של הקיום תלוי בשניים האחרים, כל דבר אשר משפיע על אחד מהם ישפיע גם באותו אופן על האחרים. קשה מאוד לחוות נסיגה באהדה מבלי לחוות גם חסימה של תקשורת וכתוצאה מכך התדרדרות בממשות.

חשוב על ריב בין אוהבים: אחד מבני הזוג מציע אהדה לאחר בצורה מסוימת. אהדה זאת יכולה להידחות או לא לקבל וידוע. האוהב הראשון מרגיש פגוע ומתחיל לגרום לשבירת התקשורת. האוהב השני, שלא מבין את השבירה הזאת, מרגיש גם הוא פגוע וגורם למשבר בתקשורת להתרחב אף יותר. תחום ההסכמה בין השניים פוחת באופן בלתי נמנע והממשות של מערכת היחסים שביניהם מתחילה לרדת. מאחר שהם אינם מסכימים יותר על ממשות, קיימת פחות אפשרות לאהדה ביניהם וכך מתקדמת הספירלה כלפי מטה.

תקשורת

הבנה

ממשות

אהדה

אהדה, ממשות ותקשורת יוצרות את משולש האמי"ת, כשכל נקודה תלויה בשתי האחרות. אלה הם החלקים המרכיבים את ההבנה.

קיימות שלוש דרכים להפוך את כיוון הספירלה הזאת. האחת היא על-ידי ההעלאה של רמת הנחיצות של האדם. דרך אחרת היא על-ידי התערבות של איזשהו גורם חיצוני אשר יאלץ את שני האוהבים להסכים לתקשר. השלישית היא על-ידי העברת תהליכים של סיינטולוגיה.

העברת תהליכים בסיינטולוגיה היא פעילות מדויקת וערוכה בקפידה עם נהלים מדויקים. זוהי צורה ייחודית מאוד של ייעוץ אישי שעוזרת לאדם להביט על קיומו האישי ולשפר את יכולתו לעמת מה הוא והיכן הוא נמצא.

אם לא משתמשים באחת משלוש הדרכים הללו כדי להפוך את כיוון הספירלה, כל הממשות של מערכת היחסים שהתפתחה בין זוג אוהבים זה תיעלם בסופו של דבר, ושני האנשים ייפגעו מבחינת הממשות המלאה שלהם, היכולת המלאה שלהם לתקשר והיכולת המלאה שלהם לאהדה.

למרבה המזל, הספירלה פועלת בשני הכיוונים. כל דבר שיעלה את רמת האהדה יגביר גם את היכולת לתקשר ויוסיף לתפיסת הממשות.

התאהבות היא דוגמה טובה להעלאת היכולת לתקשר ולתחושת הממשות המשופרת אשר מופיעות עם הגברה פתאומית באהדה. אם זה קרה לך, אתה תזכור את הריח הנפלא של האוויר, את הרגשת החיבה לקרקע הטובה והמוצקה, את הדרך שבה נראה שהכוכבים נוצצים באור בהיר יותר ואת היכולת החדשה והפתאומית לבטא את עצמך.

אם אי פעם היית לבד, ובספירלה פוחתת, הרי שצלצול הטלפון וקולו של חבר שנשמע בטלפון היו מספיקים כדי לגרום לך לחוות את עצירתה של הספירלה הפוחתת דרך עלייה בתקשורת. דבר זה נכון במיוחד אם החבר הוא במקרה אדם שאיתו נהגת לדבר בחופשיות ושנראה כי הוא הבין את התקשורת שניסית להעביר אליו. לאחר חוויה כזאת, אתה בוודאי מודע לעלייה חדה בהתעניינות בדברים שסביבך (ממשות) ולהגברה של תחושות האהדה שבקרבך.

אונייה נושאת גייסות התקרבה לאיטה אל גשר שער הזהב מלאה בגייסות אשר היו מעבר לים למשך כמה חודשים. כשהספינה התקרבה לאיטה אל הגשר, כל האנשים שהיו על הסיפון השתתקו עד שלבסוף איש לא השמיע הגה. לפתע, כאילו על פי סימן מתוכנן מראש, ברגע שחרטום הספינה עבר את הגשר, האנשים שעמדו שם פרצו בקריאות התלהבות עצומות אשר נמשכו מטה לאורך הספינה בעודה חוצה מתחת לגשר. לפתע כולם דיברו עם כולם בהתלהבות. אנשים שכמעט לא הכירו איש את רעהו טפחו זה לזה על הגב כאילו היו אחים. עבור אנשים אלה, אמריקה השיבה לעצמה חלק מן הממשות שלה, והתקשורת והאהדה עלו לפתע. במהירות!



אמ"ת של אדם
יכולה להיות במצב
... נמוך ...



... אבל ניתן להעלות
אותה במהירות
באמצעות תקשורת
ממישהו שאיתו
האמ"ת גבוהה.

אהדה, ממשות ותקשורת הן חלק מחיי היומיום – החל מילד שהולך לבית-הספר, דרך קשרים משפחתיים ועד לניהול של אומה. והבערות לגבי קיומן ויישומן נפוצה באותה המידה; אחרת, לא היינו מוצפים בחדשות היומיות על מהומות, סכסוכים וסבל הנובעים פשוט מהיעדר הבנה.

עם זאת, ידיעת המרכיבים האלה תקדם את האדם במידה מוגבלת. חייבים ליישם אותם. אך כיצד עושים זאת?

איך להעלות את האמי"ת



יישום עיקרי של אמי"ת הוא להגביר את האהדה, הממשות והתקשורת, וכך את ההבנה, בין האדם עצמו לאחר. כיצד אדם מדבר אל מישהו אחר?

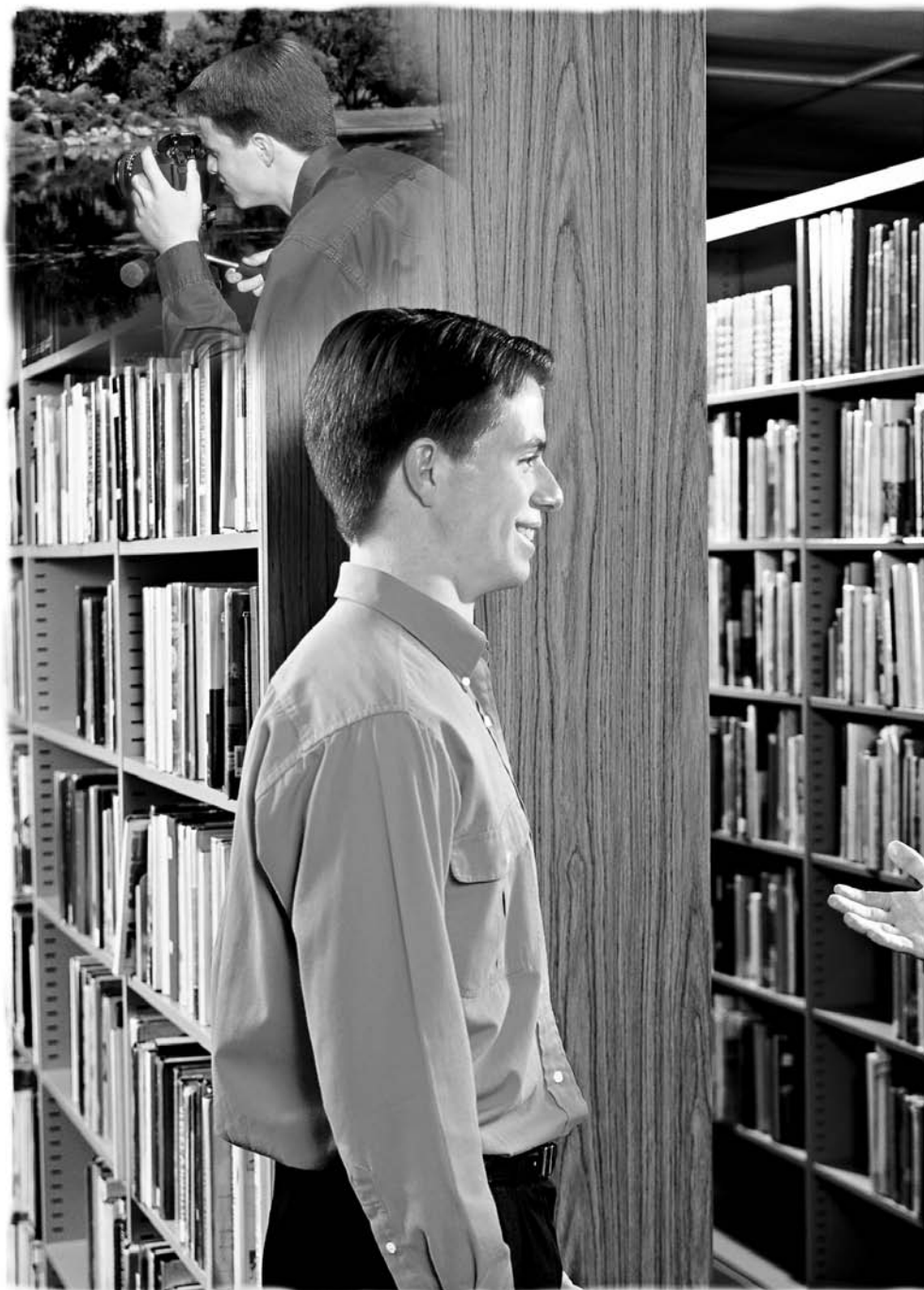


הדרך לעשות זאת היא לבסס ממשות על-ידי מציאת דבר-מה שעליו אתה והאדם האחר מסכימים.



לאחר מכן אתה משתדל לשמור על רמת אהדה גבוהה ככל האפשר על-ידי כך שאתה יודע שיש באדם השני משהו שאתה יכול לחבב.

כל שלוש הפינות
במשולש האמי"ת
יהיו מבוססות,
ואז תהיה מסוגל
לדבר איתו.
הבנה תהיה אפשרית
משום שלושת
מרכיבי החיים –
אהדה, ממשות
ותקשורת – נוכחים.



איך להשתמש במשולש האמ"ת

בהתחשב בעקרונות אלה של משולש האמ"ת ומרכיביו, כיצד תדבר אל אדם?

אינך יכול לדבר אל אדם באופן הולם, אם אתה במצב של תת-אפתיה (מצב של חוסר עניין מתחת לאפתיה). למעשה, אתה לא תדבר אליו כלל. תהיה חייבת להיות לך אהדה קצת יותר גבוהה מכך על מנת לשוחח עם מישהו. יכולתך לדבר לכל אדם נתון קשורה לתגובתך הרגשית כלפי כל אדם נתון. לכל אדם יש תגובות רגשיות שונות כלפי אנשים שונים סביבו. לאור העובדה ששני טרמינלים, כלומר שני אנשים, תמיד מעורבים בתקשורת, ניתן לראות שמישהו אחר יצטרך להיות ממשי במידת-מה. אם לאדם לא איכפת כלל מאנשים אחרים, הוא יתקשה מאוד לדבר אליהם, זה בטוח. הדרך לדבר אל אדם תהיה, אם כן, למצוא משהו לחבב אצלו, ולשוחח על משהו שעליו הוא יכול להסכים. זוהי נפילתם של רוב הרעיונות החדשים: אדם אינו משוחח על נושאים שעליהם לאדם השני יש בכלל איזושהי נקודת הסכמה. ואנו מגיעים לגורם אחרון בנוגע לממשות.

הדבר שעליו אנחנו מסכימים נוטה להיות ממשי יותר מזה שעליו איננו מסכימים. קיימת התאמה ברורה בין הסכמה לבין ממשות. דברים הם ממשיים כשאנו מסכימים שהם ממשיים. דברים אינם ממשיים כשאנו מסכימים שהם אינם ממשיים. יש לנו מעט מאוד ממשות על אותם הדברים שעליהם איננו מסכימים. ניסוי שמבוסס על כך יהיה שיחה, אפילו בצחוק, בין שני אנשים על אדם שלישי שנוכח. שני האנשים מסכימים על משהו שהאדם השלישי אינו יכול להסכים עליו. האדם השלישי יֵרד בטון הרגשי ויהפוך למעשה לממשי פחות בעיני שני האנשים שמשוחחים עליו.

כיצד, אם כן, תדבר אל אדם? אתה מבסס ממשות על-ידי מציאת דבר-מה שעליו שניכם מסכימים. לאחר מכן, אתה משתדל לשמור על רמת אהדה גבוהה ככל האפשר על-ידי כך שאתה יודע שיש בו משהו שאתה יכול לחבב. וכעת אתה מסוגל לדבר איתו. אם חסרים לך שני התנאים הראשונים, ברור למדי שהתנאי השלישי לא יתקיים, כלומר, לא תהיה מסוגל לדבר אליו בקלות.

אהדה, ממשות ותקשורת תלויות זו בזו, וכאשר האחת יורדת, שתי האחרות יורדות גם הן. כאשר אחת עולה, שתי האחרות עולות גם הן. צריך רק

לשפר פינה אחת במשולש יקר ערך זה בסיינטולוגיה על מנת לשפר את שתי הפינות הנותרות. צריך רק לשפר שתי פינות של המשולש על מנת לשפר את השלישית.

הבנה

הבנה מורכבת מאהדה, ממשות ותקשורת. כאשר הבנתו של אדם גדולה, האמ"ת שלו נמצאת במצב די גבוה, וכאשר יכולתו של אדם להבין קטנה, האמ"ת שלו קטנה בהתאמה.

כאשר אנו מעלים את שלושת החלקים האלה, אנו מעלים את הבנתו של מישהו. השימוש במשולש האמ"ת הוא זה שמשגי זאת.

משולש זה הוא אבן הראשה של התחברויות בחיים. הוא המכנה המשותף של כל פעילויות החיים. השימוש בו פירושו הבנה גדולה יותר של החיים עצמם. ■

תרגילים מעשיים

התרגילים הבאים יעזרו לך להבין טוב יותר את נושא האמ"ת ויגדילו את יכולתך ליישמו.

- 1 הסתכל בסביבה ואתר עשרה מקרים שבהם אדם מפגין אהדה.
- 2 הסתכל בסביבה ואתר עשר דוגמאות שבהן לשני אנשים או יותר יש ממשות לגבי משהו.
- 3 הסתכל בסביבה ואתר עשר דוגמאות של תקשורת.
- 4 אתר דוגמאות נוספות של אהדה, ממשות ותקשורת, כשאתה שם לב לדרך שבה הן קשורות זו לזו בקשרי גומלין. המשך לאתר דוגמאות של אהדה ממשות ותקשורת כמתואר לעיל עד שתראה בבירור את הקשר בין הגורמים ועד שתהיה בטוח שכל אחד מהם תלוי בשני האחרים.
- 5 כשאתה משתמש בנתונים שלמדת על משולש האמ"ת, העלה את הממשות בינך לבין אדם אחר. בסס ממשות על-ידי מציאת דבר שעליו אתה והאדם האחר מסכימים. חזור על כך עם אנשים נוספים ככל הנדרש עד שתהיה בטוח שאתה יכול להעלות בקלות את הממשות בינך לבין אדם אחר.
- 6 כשאתה משתמש בנתונים שלמדת על משולש האמ"ת, העלה את האהדה בינך לבין אדם אחר. מצא משהו שאתה יכול לחבב אצל אותו אדם, והבחן בהבדל באהדה שיש לך כלפי אותו אדם כתוצאה מכך. חזור על כך עם אנשים נוספים ככל הנדרש עד שתהיה בטוח שאתה יכול להעלות בקלות את האהדה בינך לבין אדם אחר.
- 7 כשאתה משתמש בנתונים שלמדת על משולש האמ"ת, העלה את רמת התקשורת בינך לבין אדם אחר. חזור על כך עם אנשים נוספים שוב ושוב, עד שתרגיש בטוח שאתה יכול להעלות את רמת התקשורת בינך לבין אחרים.
- 8 כשאתה משתמש בנתונים שלמדת על משולש האמ"ת, העלה את האמ"ת בינך לבין אדם אחר. חזור על כך עם אנשים נוספים שוב ושוב, עד שתרגיש בטוח שאתה יכול להעלות את האמ"ת בינך לבין אחרים.

תוצאות מיישום

"הורי ואני נעשינו מנוכרים יותר ויותר. הנתונים האלה ממר האברד הראו לי בדיוק מה היה לא בסדר ונתנו לי פתרון שקל מאוד ליישמו. הייתי מסוגלת לדבר עם הורי מבלי להרגיז אותם על-ידי ביסוס הממשות איתם. לאחר מכן, אבי כתב לי ובפעם הראשונה בחיי הוא אמר 'אני אוהב אותך'. יכולתי למות מרוב אושר. היישום של הנתונים האלה לא רק שיקם את מערכת היחסים שלנו, אלא הפך אותה לחמה יותר ממה שהיא היתה אי פעם."

ה"פלפל" נעלם מהנישואין של זוג עם חמישה ילדים. חברה שלהם הקשיבה לאישה שהתלוננה שאין להם יותר כלום במשותף ושהם מתרחקים בהדרגה. היא החליטה לעשות משהו כדי לעזור גם לילדים וגם לבני הזוג.

"כדי לעשות משהו בעניין, סיפרתי לחברה שלי על משולש האמ"ת, ועברתי איתה על כל החלקים שלו. היא הבינה שהיא ובעלה כבר לא היו בתקשורת ושכבר אין להם יותר ממשות משותפת. היא עסקה בגידול חמשת הילדים שלה, בעוד שהוא היה עסוק בעבודתו. זה היה שונה למדי מתקופת חיזוריהם כבני נוער."

אלה שמכירים את מרכיבי ההבנה – אהדה, ממשות ותקשורת – ומשתמשים בהם, משיגים שליטה על מצבים אשר, ללא הידע הזה, היו משאירים אותם חסרי יכולת לפעול. אופן הפעולה של האמ"ת הוא פשוט אך עם זאת רב-עוצמה כששתמשים בו כדי לפתור היבטים של החיים.

כאשר מתעסקים עם אנשים אחרים, בין אם ביצירת מערכות יחסים חדשות, שמירה על מערכות יחסים טובות או התיקון של אותן מערכות יחסים אשר השתבשו, השימוש במשולש האמ"ת הוא המפתח שפותח את הדלתות שהיו סגורות קודם לכן ומביא להרמוניה ולהבנה.

מריבות בין אוהבים, קרובים שאינם מדברים זה עם זה במשך שנים, מנהלים כועסים, סלידה "טבעית", פער הדורות – כולם מופשרים תחת המרפא המרגיע של אמ"ת. לאחר שלומדים את משולש האמ"ת הוא לעולם לא נשכח או נשאר לא בשימוש; הוא הופך עד מהרה לדרך לטיפול בחיים. אלה ששתמשים בו אומרים שהם אינם יכולים לעלות על הדעת הישרדות בלעדיו. הם אומרים שזהו אחד מהאלף-בית של החיים אשר משתקף בדוגמאות הבאות.

קצרנית בבית-משפט בלוס-אנג'לס התקשתה מאוד להסתדר עם הוריה. היא גרמה להם למורת-רוח, וכתוצאה מכך לא יכלה יותר לעמוד מולם והפסיקה לתקשר עימם. אביה שלח מכתבים אשר ביטאו את מורת רוחו בקשר אליה ואשר גרמו לה עצמה למורת רוח רבה משום שהיא אהבה אותם וכיבדה אותם. פחות או יותר באותו הזמן הופיע חבר, הראה לה את החומרים של ל. רון האברד בנוגע לאמ"ת ועזר לה עם הסיטואציה. הנה מה שקרה:



והתחתן. מערכת היחסים בינינו
השתפרה מאותה נקודה וכעת הוא מכבד
אותי על מה שאני עושה."

עם סיום בית-הספר התיכון, בחור
צעיר הפך מנער מוחצן ושמה לנער מופנם
ואומלל. יכולות שמהן הוא נהנה קודם
לכן, כמו היכולת הפשוטה לעזור לאנשים
רק באמצעות הקשבה להם, ויכולת
טבעית לעודד אנשים ולגרום להם
להרגיש טוב לגבי עצמם – נראה כאילו
נעלמו כשהוא סיים את התיכון. הוא
השתמש בסמים והיה מבולבל ומפסיד.

"חשבתי שלעולם לא אחזיר
לעצמי את היכולות האלה ואז מצאתי
את סיינטולוגיה, ודברים השתנו. למדתי
על עיקרון מאוד פשוט אבל רב-עוצמה
שידוע בתור משולש האמ"ת. כל אחד
יכול להשתמש בעיקרון הזה בחיי
היומיום. מצאתי שבעזרתו יכולתי לשפר
כל חלק בחיי. למדתי איך בדיוק
להשתמש בתקשורת עם אנשים אחרים
כדי להגדיל את האהדה והממשות וכדי
להביא להבנה. זה עובד. אני יכול לעזור
לאנשים כפי שלא יכולתי מעולם לפני כן,
באמצעות ההבנה החדשה שיש לי על
תקשורת ועל משולש האמ"ת. ישנו מה
שנקרא עזרה אמיתית, ותקווה אמיתית,
כל עוד סיינטולוגיה נמצאת בשימוש
על-ידי אנשים כמוני וכמוך. אבל אל
תקשיב לי – קרא את הספרים של
ל. רון האברד ותראה בעצמך!"

חשמלאי אחד גילה שההתמרמרות
ואי-ההבנות שיכולות להתעורר בעבודה
מקרוב עם אחרים יכולות לפגוע לא רק
ביעילותו, אלא גם בשביעות רצונו
בעבודתו. השימוש בעיקרון של משולש
האמ"ת הביא לשינוי מבורך לטובה.

"נהגתי להיתקל בצרות
כשניסיתי להתמודד עם רבים
מלקוחותיי וחבריי לעבודה. פשוט לא

לכן מצאנו פתרון. הם יצאו
לבלות, רק שניהם. היא השתמשה בכלים
של משולש האמ"ת כדי להיכנס
לתקשורת עם בעלה על נקודות של
ממשות משותפת, דבר שהחל עם סרט
שהם ראו ביחד. מאותה נקודה, הם
נכנסו לתקשורת רבה יותר זה עם זה
ונישואיהם שופרו והמשיכו להשתפר. זה
היה באמת נפלא להיות מסוגלת
להשתמש בכלי כל-כך בסיסי ופשוט כדי
לשמור על האיחוד של משפחה עם
חמישה ילדים."

לאישה צעירה בלוס-אנג'לס היתה
מערכת יחסית בעייתית עם אחיה. מאז
הילדות הם תמיד הציקו זה לזו והתנגחו
באופן מתמיד. אחיה התחיל להשתמש
בסמים קשים ונעשה יותר ויותר
ביקורתי כלפי אחרים. לאחר שהאישה
למדה בסיינטולוגיה כמה מהעקרונות
בנוגע לאהדה, ממשות ותקשורת, היא
החליטה לטפל במערכת היחסים הזאת
ובביקורתיות שלו כלפיה וכלפי החיים
בכללותם. היא יישמה את המיומנויות
החדשות שרכשה ונכנסה לתקשורת איתו.

"יישמתי את מה שלמדתי על
תקשורת ומצאתי את הדבר המדויק
שהורס לו את החיים. הוא היה אחד
האתלטים המבטיחים ביותר בתקופת
לימודיו בתיכון, אבל לא פעל בהתאם
לשאיפות שלו. הוא אמר לי שהוא רצה
סיהיו לו דברים לשאוף אליהם בחיים
ושהוא רצה להשיג אותם. הוא הבין,
כשהוא דיבר איתי, שניטשת השאיפות
שלו הובילה אותו קרוב לוודאי לסמים
מלכתחילה. לאחר מכן, אחי טיפל
בבעיית הסמים שלו והחל לנקוט פעולות
אפילו יותר חיוביות כדי לשפר את חיי.
לפני כן הוא עבר ממערכת יחסים אחת
לשנייה במשך שנים, אולם לאחר מכן
הוא החל למעשה חיים מסודרים

הסתדרתי איתם. חשבתי שככה זה בחיים, ולמרות שלא אהבתי את זה, לא היה נראה שיש משהו שאני אוכל לעשות בנוגע לכך. אני לא יודע כמה זמן בזבזתי בוויכוחים, חוסר שיתוף פעולה ואי-הבנות. שלא לדבר על ההאטות שיכולות לקרות כשאנשים שאמורים לעבוד **יחד** לא מסתדרים. נראה שכל דבר שיכול להשתבש בנסיבות כאלה **אכן** משתבש, וזה רק מחמיר את העניינים.

גיליתי שוב ושוב שכשנני לא מחבב מישהו, אם אני לוקח את הזמן להיכנס לתקשורת עם האדם, ולא משנה עד כמה 'שולי' או 'לא חשוב' הנושא, חוסר החיבה פוחת או פשוט נעלם לגמרי. זה פועל כמו מטה קסם. זה חשוב בעבודתי, ששם אני בא במגע עם די הרבה אנשים.

היכולת למנוע התמרמרויות ואי-הסכמות, או לטפל בהן אם הן צצות, היא יקרת ערך. היא חסכה לי מאות על מאות של שעות שאחרת היו מתבזבזות. ואני אפילו לא יכול להתחיל למדוד את הלחץ, את הרגשות הרעים האישיים ואת מורת הרוח שהיא חסכה ממני וגם מאחרים. בנוס מוחלט!"

אישה ממדפורד שבאורגון טיפלה בקלות בסיטואציה לא נעימה במשפחתה, בהשתמשה במשולש האמיתי.

"במשך שנים אחי, אחותי ואני חרדנו מהביקור אצל אימנו. הסיבה? היא היתה מתעקשת שנקשיב לביקורת הארוכה, המתמשכת והמפורטת שלה על המאמר האחרון או הספר האחרון שהיא קראה, ואז ציפתה מאיתנו שנוסיף את דעותינו או הערותינו האישיות. לא העזנו שלא להסכים איתה, כי אחרת היה נגרם משבר גדול. החלטנו שהדבר הטוב ביותר לעשות הוא פשוט להתרחק ממנה.

אחרי שלמדתי את הנתונים של מר האברד על משולש האמיתי, הבנתי שאימא פשוט ניסתה לבסס איזושהי ממשות

בינינו. לא היה לה אף אחד שיסכים איתה, לכן האמיתי שלה ירדה לנקודה נמוכה מאוד. בפעם הבאה שראיתי אותה החלטתי להקשיב היטב למה שהיה לה לומר, ואז להודיע לה שבאמת הבנתי את מה שהיא דיברה עליו. זה פעל כמו קסם! הממשות עלתה, האהדה זינקה מעלה והיינו מסוגלות להמשיך עם תקשורת טובה מאוד לראשונה מזה שנים.

סיפרתי לאחי ולאחותי מה עשיתי ומדוע. עכשיו אין לנו שום בעיה ביצירת תקשורת עם אימנו, וכולנו הרבה יותר מאושרים מכך."

הפרס של ילדה באנגליה על שימושה בטכנולוגיה של אמיתי היה שיפור משמעותי ביחסיה עם אביה.

"לפני כמה חודשים ראיתי את אבי אחרי שהוא נעדר מהבית למשך כמה שנים. בפעם האחרונה שראיתי אותו הייתי די צעירה ומעולם בעצם לא היתה לי שום שיחה משמעותית איתו. הפעם, היתה לי הטכנולוגיה של אמיתי ויישמתי אותה תוך כדי שיחתנו.

למרות שהוא שמח לראות אותי, היה ברור שמשוהו הטריד אותו, לכן סובבתי את השיחה סביב השאלה איך **באמת** הולך לו. הוא סיפר לי כמה מהצרות שבהן הוא נתקל. זה העלה את הממשות שלי על מה שמציק לו, והודעתי לו שאני באמת מבינה את תמונת המצב.

רק עם הפעולה הפשוטה הזאת הוא נאנח אנוח רוחה גדולה, התיישר בכיסאו ונראה הרבה יותר בהיר – כאילו זה כבר לא היה כל-כך בלתי אפשרי לחיות יותר. יכולתי להישבע שהוא נראה לפחות שנתיים צעיר יותר! אני לא חושבת שמישהו באמת הבין את התקשורת שלו ונתן לו וידוע עליה מזה זמן רב.

במשך יתר הימים של הביקור שלנו, יכולנו לדבר על כל דבר, ממש כמו

לדבר עם חבר ותיק. הממשות והאהדה שלנו זה לזו נסקו. זה היה נפלא!"

העיקרון של משולש האמי"ת יוצר את הבסיס לכל מערכת יחסים קרובה, כפי שחווה אישה מפילדלפיה:

"זמן קצר אחרי שהתחלתי ללמוד סיינטולוגיה היתה לי חווייה ראויה לציון שהוכיחה לי את כוחו של משולש האמי"ת."

היה לי חבר חדש, אדם שעבר בעבר קצת הכשרה מקצועית בטכנולוגיית הייעוץ של סיינטולוגיה. מהמתי מהיכולת של האדם הזה לתקשר. זה היה מעבר לכל מה שאי פעם התנסיתי בו.

נעשיתו חברים טובים מאוד והייתי מסוגלת לדבר איתו כמו שמעולם לא דיברתי עם אף אחד אחר. **ידעתי** שהוא הבין את מה שהיה לי לומר. פעם אחת הודעתי לו שעלי לספר לו משהו שהוא חשוב לי מאוד וקשה לי מאוד לדבר עליו. הוא לקח אותי למקום שקט ואז חיכה בסבלנות עד שאזרתי אומץ להיות מסוגלת לומר זאת. סיפרתי לו ואז קיבלתי ממנו את הווידוע המושלם ביותר שהייתי יכולה להעלות בדעתי.

היה לי ברור לגמרי שהיתה לו ממשות על מה שאמרתי ושהוא הבין זאת בצורה מושלמת. וכמוכן האהדה בינינו בנקודה זאת היתה אדירה. הערכתך אותי ואת היכולת שלו באופן שלא ייאמן. זו היתה הוכחה נוספת עבורי על כוחו של משולש האמי"ת."

צופה גרמני, שידע שתקשורת היא הפשר העולמי ושחברות אמיטית מבוססת על אמי"ת, היה מסוגל לפתור משבר שניפץ את החברות שלו עם ילד אחר.

"היה לי חבר טוב מאוד שהיה באותו גודל צופים כמוני והוא החליט לעזוב את הקבוצה. התרגזתי עליו מאוד ולא הייתי מוכן להיות בקשר איתו יותר;

מצד שני הייתי עצוב כי היינו חברים מאוד טובים.

יום אחד אחר הצהריים אחי רצה ללכת לקולנוע עם שנינו.

הסכמתי באי-חשק, ואז החלטתי 'בסדר. אני פשוט הולך להיכנס בחזרה לאמי"ת איתו ולברר מה בדיוק קרה ולהגיד לו בכנות איך זה הרגיש אותי כשהוא עזב את קבוצת הצופים שלנו."

אמרתי לו את כל זה ומיד הרגשתי טוב יותר. הוא הסביר לי למה הוא החליט את ההחלטה הזאת. עכשיו יכולתי להבין מה קרה כי הממשות שלי גדלה דרך התקשורת. ברגע שהמשבר הזה סולק מהדרך היינו שוב החברים הכי טובים.

טודנט באוניברסיטת ברצלונה נתקל בקשיים רציניים להתמודד עם אנשים ועם מצבים. הפתרון שלו היה לסגת מהחיים – עד שהוא גילה על יחסי הגומלין בין אהדה, ממשות ותקשורת.

"הפעם הראשונה שלמדתי על אמי"ת היתה לפני כמה שנים כשהייתי באוניברסיטה. הבנתי שאני יכול לתקשר, אבל בתקשורת שלי היתה חסרה אהדה. כשהבנתי מהי אהדה, התחלתי להכניס יותר ממנה בתקשורת שלי עם אחרים ולהסתכל עליהם מנקודת מבט שונה."

מה שמוזר הוא שהתחלתי לקבל יותר ויותר ממשות על עצמי ועל אחרים והגעתי לנקודה שבה הייתי בשליטה במצב שמולו ניצבתי.

התחלתי לבצע את מה שרציתי לבצע, והיכולת שלי לחוות מה הולך לקרות הדהימה אותי לפעמים. התחלתי לתקשר עם האנשים בכיתתי ולקבל נקודת מבט בונה; אנשים היו באים אלי כדי לברך אותי רק על כך שתקשרתי והכנסתי מטרה כלשהי לכיתות באוניברסיטה שברך כלל היו אפתיות.

לגישה שהיא חיובית ודינמית. רק על-ידי כך שהבנתי מהי אהדה. אני חש אהדה כלפי אנשים וחש אהדה לפלנטה הזאת. ואני יודע שאם יותר אנשים יבינו את התונים האלה, נוכל ליצור מקום שבו נוכל להיות באמת מאושרים. שזה, אחרי הכל, מה שכולנו רוצים."

לפני שהיה לי מושג כלשהו על משולש האמ"ת, נקודת המבט שלי היתה שהפטרון הטוב ביותר לכל הבעיות שלי הוא להפוך לנזיר, ללכת לאיבוד באיזו חווה מבודדת או באיזו כיתה כשאני מלמד ספרות, ולהתעלם ממה שקורה בעולם. מגישה מופנמת ופסיבית שיניתי

על אודות ל. רון האברד

אין אמירה מאפיינת יותר לחייו של ל. רון האברד מאשר הצהרתו הפשוטה "אני אוהב לעזור לאחרים, ומחשיב זאת להנאתי הגדולה ביותר בחיים לראות אדם משחרר עצמו מן הצללים המקדירים את חייו". מאחורי מילים מכריעות אלה עומדת תקופת חיים של שירות עבור המין האנושי, ומורשת של חוכמה המאפשרת לכל אדם להשיג את החלומות שנצר בלבו זה ימים רבים על אושר וחופש רוחני.

ל. רון האברד, אשר נולד בטילדן, נברסקה, ב-13 במרץ 1911, החל בדרך של גילוי ומסירות לזולתו כבר בשלב מוקדם בחייו. "רציתי שאנשים אחרים יהיו מאושרים, ולא יכולתי להבין מדוע הם אינם מאושרים", הוא כתב על נעוריו, ובכך קבע את התחושות שינחו את צעדיו לאורך זמן. עד גיל תשע-עשרה, הוא עבר למעלה מרבע מיליון מיילים, בעודו בוחן את התרבויות של יאווה, יפן, הודו והפיליפינים.

לאחר שובו לארצות-הברית בשנת 1929, חידש רון את לימודיו הפורמליים ולמד מתמטיקה, הנדסה ואת תחום הלימוד החדש של פיזיקה גרעינית – כשכל אלה מעניקים לו כלים חיוניים למחקרו הבלתי פוסק. כדי לממן מחקר זה, רון פתח בקריירה ספרותית בתחילת שנות ה-30, ובמהרה הפך להיות אחד מהסופרים הנקראים ביותר של סיפורת פופולארית. אולם הוא מעולם לא שכח את שאיפתו העיקרית, והמשיך בנתיב מחקרו העיקרי דרך סיורים ומסעות מחקר מקיפים.

עם פרוץ מלחמת-העולם השנייה הוא הצטרף לצי ארה"ב בתור לוטננט (דרגת זוטר), ושירת כמפקדן של ספינות קורבטה נגד צוללות. בהיותו עיוור חלקית ונכה מפציעות שקיבל בקרב, הוא אובחן בשנת 1945 כנכה לצמיתות. אולם, באמצעות היישום של התיאוריות שלו על המינד, לא זאת בלבד שהיה מסוגל לעזור לעמיתיו בשירות, אלא שהוא אף שיקם את בריאותו שלו.

לאחר חמש שנים נוספות של מחקר אינטנסיבי, הוצגו גילוייו של רון לפני העולם בספר 'דיאנטיקה: המדע המודרני של בריאות הנפש'. בהיותו ספר-העזר הפופולארי הראשון על המינד האנושי שנכתב במיוחד עבור האדם הפשוט, 'דיאנטיקה' פתח עידן חדש של תקווה למין האנושי ושלב חדש



בחיייו של הסופר. עם זאת, רון לא חדל ממחקרו, ובעוד פריצות הדרך עוברות קודיפיקציה בזו אחר זו עד לשלהי שנת 1951, נולדה הפילוסופיה הדתית היישומית של סיינטולוגיה.

משום שסיינטולוגיה מסבירה את החיים בשלמותם, הרי שלא קיים היבט בקיומו של האדם אשר עבודותיו המאוחרות יותר של ל. רון האברד לא התייחסו אליו. בהתגוררו לסירוגין בארה"ב ובאנגליה, מחקרו הנמשך הביא פתרונות לתחלואים חברתיים כגון תקני חינוך מתדרדרים ומגפת שימוש בסמים.

עבודותיו של ל. רון האברד על דיאנטיקה וסיינטולוגיה כוללות סך של ארבעים מיליון מילים של הרצאות מוקלטות, ספרים וכתבים. ביחד, עבודות אלה מהוות את המורשת של תקופת חיים אשר הסתיימה ב-24 בינואר, 1986. עם זאת, פטירתו של ל. רון האברד לא היוותה קץ בשום אופן; מאחר שעם תפוצה של מאה מיליון מספריו ומיליוני בני אדם המיישמים מדי יום את הטכנולוגיות שלו לשיפור, ניתן בכנות לומר שהעולם עדיין לא זכה בחבר

טוב ממנו. ■

מילון מונחים

במילה הלטינית *scio* שפירושה "לדעת", ובמילה היוונית *logos* שפירושה "המילה או הצורה החיצונית שלפיה מחשבה פנימית מובעת ונעשית ידועה". כך, משמעותה של סיינטולוגיה היא לדעת על ידיעה.

קו תקשורת: הנתב שלאורכו נעה תקשורת מאדם אחד למשנהו.

רגש שלי: רגש לא רציונלי או לא הולם. המונח האנגלי *misemotion* נטבע מהמילים *mis* – לא נכון, ו-*emotion* – רגש. לומר שלאדם היה רגש שלי, יציין שהאדם לא הציג את הרגש המתבקש בנסיבות האמיתיות של המצב. להיות במצב של רגש שלי יהיה מילה נרדפת לכך שהאדם יהיה לא רציונלי. אדם יכול לשפוט בהגינות את הרציונליות של כל אדם על פי נכונותו של הרגש שהוא מציג במערכת נסיבות נתונות. להיות עליו ומאושר כאשר הנסיבות קוראות לעליונות ולאשר, יהיה מצב רציונלי. להציג יגון ללא גורם מספק בזמן הווה יהיה לא רציונלי.

תהליכים, העברת: צורה מיוחדת של ייעוץ אישי, הייחודית לסיינטולוגיה, אשר עוזרת לאדם להסתכל על קיומו האישי ולשפר את יכולתו לעמת מהו והיכן הוא נמצא. העברת תהליכים היא פעילות מדויקת, שערוכה בצורה יסודית וכוללת נהלים מדויקים.

תקשורת: חילופי רעיונות דרך מרחב בין שני אנשים.

אהדה: אהבה, חיבה או כל גישה רגשית אחרת; מידת החיבה. ההגדרה הבסיסית של אהדה היא השיקול של מרחק, בין אם הוא טוב או רע.

וידוע: משהו שאדם אומר או עושה כדי ליידיע את האחר שהוא שם לב לאמירה או לפעולה שלו, שהוא הבין אותה וקיבל אותה.

טרמינל: אדם, נקודה או עמדה, שיכולים לקבל, להעביר או לשלוח תקשורת.

לעמת: לעמוד אל מול, מבלי להירתע או להתחמק; היכולת לעמת היא למעשה היכולת להיות שם בנוחות ולקלוט בחושים.

ממשות: הדבר אשר נראה כי הוא קיים. ממשות היא בבסיסה הסכמה; מידת ההסכמה המושגת על-ידי אנשים. הדבר שאנחנו מסכימים שהוא ממשי הוא ממשי.

משולש האמ'ת: משולש שמסמל את העובדה שאהדה, ממשות ותקשורת פועלות יחדיו כדי להביא להבנה. לא ניתן להעלות נקודה אחת של המשולש מבלי להעלות את שתי הנקודות האחרות, ולא ניתן להוריד נקודה אחת מבלי להוריד גם את שתי האחרות.

סיינטולוגיה: פילוסופיה דתית יישומית שפותחה על-ידי ל. רון האברד. זהו הלימוד והטיפול של הרוח ביחס לעצמה, לעולמות ולחיים אחרים. המילה *סיינטולוגיה* מקורה

NEW ERA הוא סימן מסחרי וסימן שירות.

חודפס בדגמרק

HEBREW EDITION



NEW ERA Publications International ApS

Store Kongensgade 53, 1264 Copenhagen K, Denmark
ISBN 87-7968-368-1

L. Ron Hubbard Library 2001 ©

מהדורה אנגלית: © 1994, 2001 L. Ron Hubbard Library
כל הזכויות שמורות.

כל העתקה, תרגום, שכפול, יבוא או הפצה ללא אישור,
באופן מלא או חלקי, בכל אמצעי, לרבות העתקה, אחסון או
שידור אלקטרוניים, מהווים הפרה של החוקים החלים.
סיינטולוגיה, דיאנטיקה, Celebrity Centre, ל. רון האברד, Flag,
Freewinds, החתימה של ל. רון האברד וסמל הסיינטולוגיה
הינם סימנים מסחריים וסימני שירות בבעלות
Religious Technology Center ונמצאים בשימוש ברשותו.