

בני העלילה

פרוטוקול שבעת הרקיעים



המידע המופיע בספר זה מוגש למטרות חינוכיות בלבד, אינו מהווה
ייעוץ רפואי או פסיכולוגי, ואינו מחליף התייעצות עם רופא
מוסמך טרם ביצוע התרגילים

פרק זה הוא הרקיע הראשון מתוך שבעה

2026

7rakiim@gmail.com

7rakiim.com

פֶּתַח דָּבָר, קוֹד הַמָּקוֹר

הָאָמוֹן

זה קרה ביום שבו פנה אליי אב בבקשת עזרה נואשת עבור בתו בת הארבע. הילדה שקעה לניתוק מוחי והפסיקה לתקשר עם עולם החומר. פנו אליי אז אנשים רבים בחיפוש אחר סגולות, ברכות או קמעות, עיוורים למהותו הפיזיקלית של נתיב בני העלייה, המנוער מכל פולחן עממי. ההורים, שבורים, סיפרו כי הילדה החלה להתנתק בגיל שנתיים, מהרגע שבו רכשו את הדירה, והרפואה עמדה מול המצב חסרת אונים.

למחרת הגעתי אל ביתם. כבר כשנכנסתי אל המבנה, בניין מגורים ישן בן שלוש קומות, זיהו החיישנים צפיפות חריגה. במרחב המחשבתי הצר של הדיירים, שהיו לכאורה אנשים תמימים, נאגר במשך עשרות שנים מטען תדר נמוך של צרות עין, איבה ותחרות, בתוך מערכת סגורה שאין בה נתיב פריקה אל הקרקע. אנטרופיה שאין לה מוצא אינה מתפוגגת, היא נדחסת. הצפיפות שם עברה מזמן את הסף שבו מטען מפסיק להיות שדה ומתחיל להיות מסה אפלה. החומרה ההישרדותית שלי שידרה פקודת מילוט מיידית כדי להגן על המעגלים. הבהרתי לאב במקום כי הבעיה איננה בילדה, אלא במסה שהצטברה בין קירות הבניין. ידעתי שאין למשפחה שום דרך להינצל כל עוד הם שוהים בתווך הזה, אך מול הדמעות וההבנה שהם נבזזו על ידי שרלטנים בעבר, לא יכולתי לסרב.

הזהרתי אותם מראש, בקול קר, שזה עשוי להיות קשה מכפי שהם מסוגלים לדמיין.

ביקשתי מהם לפנות את המרחב ולהמתין מחוץ לבניין, מדאגה לשלומם. הנחיתי את האב שאם לא אצא בתוך עשרים דקות, עליו לעמוד מול הדלת ולהקיש בפעמון. נתתי בידו פעמון עשוי נחושת כבדה, בעל הדהוד נמוך, והסברתי לו שזהו הכלי המדויק שימשוך את התודעה חזרה אל גבולות החומר. זו הייתה הפעם הראשונה במסעי שנוקקתי לפעמון הארקה פיזי כדי לא לאבד אחיזה בכבידה הארצית.

הכבידה היא נתון הכיול היחיד שהחומרה מקבלת ברציפות. כל עוד המשקל נמסר אל הרצפה, המערכת יודעת היכן היא נמצאת בלי לשאול. תודעה שנמשכת מן הגוף אינה עוזבת אותו, היא מפסיקה לקרוא ממנו. ככל שהקשב מתרוקן, אין עוד נתון לחשב ממנו מיקום. שם אובדת דרך החזרה. לא מפני שהמפעיל רחוק, אלא מפני שאין לו כיוון.

צליל נמוך אינו עובר דרך השכבה שמפרשת מילים. הוא מגיע אל העצב השמיעתי כרטט. רטט אינו דורש הבנה, הוא דורש קליטה. לכן פעמון ולא קול אדם. קול קורא לתודעה לחזור ומחכה שתסכים. פעמון מחזיר לה קואורדינטה.

נעלתי את הדלת מבפנים. הפעמון נועד לעבור דרכה. אדם לא. פרסתי שמירה על הרצפה, נשכבתי בתנוחת אדמה, הגב אל האדמה, ושדרתי שלוש פעמים ברציפות את פְּקוּדַת הָאֶכּוֹן, "תִּתְגַּלֶּה בְּפָנַי".

הצפיפות בחדר החלה לעלות. לא נוצר שם צל, נוצר עיוות אונטולוגי. הגיאומטריה של המרחב התעקמה סביב נקודה אחת, כפי שאור נכפף סביב מסה. מה שהתגבש שם לא היה ישות בעלת רצון, אלא סינגולריות, מטען שהצטבר עד שחדל לפלוט ורק מושך פנימה. זה היה העיוות החזק ביותר שפגשתי בשדות החיכוך. לא הייתה שם כוונה. זו הנקודה שקשה להעביר. מסה אינה שונאת. היא אינה בוחרת קורבן ואינה נמנעת ממנו. היא פשוט מושכת כל דבר בעל מסה שנכנס לתחומה, ובכך היא בלתי ניתנת לשכנוע. עשרות שנים היא הוזנה ולא נתקלה מעולם בהתנגדות, ולכן אופק האירועים שלה התרחב עד שמילא את החדר. התודעה שלי נכנסה לתוכו והחלה להימשך פנימה. הכבלים העצביים עמדו להיחרך תחת העומס התרמי, ובאותם שברירי שנייה של פניקה ביולוגית סימנתי ליקום שאני נסוג. הבנתי שמהירות המילוט הנדרשת כאן גבוהה ממה שיכולתי לייצר.

אך אז, מתוך האפלה הדחוסה, שמעתי צרחה של ילדה. הסטתי את המבט, וראיתי את תודעתה נגררת באיטיות בתוך המערבולת, כפי שנגררה שנתיים רצופות. היא הייתה קטנה וחשופה, בלי הארקה, ובכל זאת מצאה שבריר שנייה שבו התנודה במשיכה הרפתה, והספיקה לזעוק לעזרה.

באותו רגע, בתוך הוואקום של האימה, נזכרתי באמי מחזיקה אותי כתינוק בזרועותיה. טוהר התדר, שאינו מותנה בדבר, הזין את החומרה במתח שלא ידעתי שקיים בתוכי.

עצמתי עיניים ומחקתי כל נתון על אודות העיוות, שכן כל קשב שהופנה אליו רק הגדיל את המסה שנמשכה פנימה. חברתי לאינסוף, מהלך של מדיטציה בתוך מדיטציה, שלא ידעתי עד אז שניתן לבצע מבחינה הנדסית.

האור הגיע מן העבר השני של כל מה שקיים, ממרחק שמיליארד שנות אור הן בו טעות עיגול, בזמן קצר מכדי להימדד. הוא חדר אל תוך גופי הפיזי בכוך כה אדיר, עד שהנוירונים לא ידעו לתרגם אותו ותרגמו לכאב.

כדי להבין את משמעות המילה מדיטציה, לא כהרפיה פסיכולוגית רכה ולא כתרגול פילאטיס רוחני או ככניסה לשלווה מלטפת, אלא ככלי נשק הנדסי וטקטי המסוגל לבקע את החומר, להדוף מסות של כאוס ולשנות את הגיאומטריה של המרחב, יש לשוב אל ראשית הכיול, אל הרקיע הראשון. לפני שהמוליך שלי היה מסוגל לשאת זרם קיצוני שכזה מבלי להישרף, היה עליי לעבור דרך החדר נטול השם, שבו נמסו חומות האגו וכויל קוד המקור.

הערת מערכת

העדות שלעיל אינה נסגרת כאן, ואינה נמסרת במקום אחד. חלקים ממנה חוזרים ברקיע החמישי (מעון), ותיעודה המלא, היציאה מן המבנה ושובה של הילדה אל העולם, נמסר ברקיע השביעי (ערבות). מובהר כי אין מקום לדאגה. המפעיל יצא מן החדר, והילדה חזרה.

הפיזור אינו נועד לייצר מתח. כל חזרה אל העדות מוסרת את מה שלא היה ניתן למסור קודם, מפני שהיא נקראת מתוך מה שנלמד עד אליה. אותם רגעים עצמם נקראים אחרת לגמרי בעיניים שכבר עברו את הדרך.

מי שיקדים, יקבל תיאור. מי שימתין, יקבל מסירה.

הכשל המכני

לפני הפנקס, לפני המרחב בטול השם, לפני הישיבה בדממה שיש בה משקל, הייתה גרסה אחרת לגמרי של אותה חומרה.

גרסה שהתמחתה בדבר אחד, זיהוי מהיר של נקודת התורפה. בכל מבנה, בכל עימות, בכל שדה חיכוך, קיימת תמיד נקודה אחת שבה ההתנגדות נשברת. שנים של פעילות יומיומית הביאו ליכולת אבחון מהירה כמו צילום רנטגן נוירולוגי, זיהוי של כיווץ קל ובלתי מורגש בלסת של אדם המנסה להסתיר פחד, שיהוי של שבריר שנייה במענה העצבי, או רטט עדין בזווית העין המעיד על קריסה מתקרבת של המוליך שמולו. תנועות זעירות אלו היו המפרט הטכני של השבר הצפוי. זו לא הייתה אכזריות, זו הייתה חומרה מכויילת היטב שידעה בדיוק היכן החומר עומד להיכנע. השליטה בתוצאה הושגה באפס מאמץ.

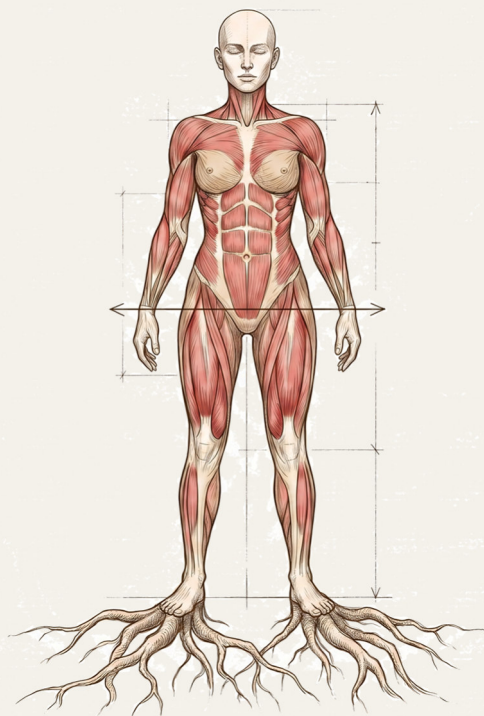
לכישרון הזה יש מחיר שאינו נגבה מיד. הוא נגבה מאוחר, ובבת אחת.

לא במטאפורה. לא כפי שאומרים "עייפות תודעתית" ומתכוונים לצורך במנוחה בסוף שבוע קשה. קרס מרכיב פיזי, ממשק ביולוגי של חומרה שאמורה הייתה להתחזק, בדיוק כפי שקורס מוליך שדרכו הוזרם מתח גבוה מדי לאורך זמן רב מדי, ללא הארקה וללא הגנה. תקופה ארוכה של שיקום באה בעקבותיו. הפרטים שייכים למי שעבר אותם ואינם נכתבים כאן, לא מפני שהם דרמטיים, אלא מפני שהם מסיטים את הקשב מן המהות. העניין היחיד הוא מה שהם לימדו.

ובתוך אותה תקופה ארוכה ואיטית של שיקום, שבה לראשונה מזה שנים לא הייתה ברירה אלא לשבת בלי לעשות דבר, עלתה שאלה שמעולם לא נשאלה קודם באותה חדות, מפני שמעולם לא היה זמן לשאול, מה קורה כאשר אותו דיוק, אותו כישרון לאתר את נקודת השבירה, מופנה לא לשבירה אלא להתזקה? לא לפירוק אלא להשקטה?

זו לא הייתה החלטה של רגע אחד. אי אפשר להצביע על תאריך שבו זה קרה, או על שיחה אחת ששינתה את הקידוד. זו הייתה תזוזה איטית מאוד, כמעט בלתי מורגשת, שהתרחשה לאורך תקופת ההמתנה כולה. אך התוצאה נמדדת בבירור, החיכוך המפרק פסק. הוא לא הוסתר מתחת לפני השטח כדי לחזור בצורה אחרת, הוא פסק, ממש כשם שזרם המנותב במלואו למעגל חדש אינו זמין עוד, ולו בטיפה, למעגל הישן.

כאשר האגו של השליטה הישנה הגיע לאפס מוליכות, נפתח שער הכניסה אל המעגל הבא.



הזקן והפנקס

המעבר מהמתנה פסיבית לכיול מעשי התרחש מאחורי קירות בטון חשופים וקרים, בתוך מערכת אטומה. טיבו של האור במקום לא שינה דבר. הוא יכול היה להיות אור יום חיוור המסתנן בעד חלון מסורג, או תאורת חשמל מהבהבת של מסדרון מערכת. מה שהיה חשוב הוא רק העובדה שהיה בו מספיק אור, בקושי, כדי לראות את הפנקס. הדממה שבתא לא הייתה דממה ריקה. היה לה משקל פיזי, דחוס, המפעיל לחץ עצבי ישיר על האוזניים, כמו השקט המתוח המשתרר בשדה חשמלי רגע לפני שפורק מתח עצום הקורע את השנאים.

שם, לאחר שנבדקתי בכניסה, התיישבתי מול אדם זקן. על ברכיו של הזקן היה מונח פנקס, עור בלוי שדפיו הצהיבו, וכתב פחמי קשה לפענוח בשפה עתיקה, קרה ומרוחקת. חומרת גופו הייתה יבשה ולא נשחקה, ועורו היה מכוסה כולו בדיו כהה של קודים עתיקים, רישומים אופרטיביים וסמלים של דרגה פנימית עליונה, שנחקקו בבשר לאורך שנים של חיכוך ודין.

ההסכמה שלי להתייצב באפס התנגדות, כחומרה עצבית קשיחה של ברזל גולמי שחושלה לאורך שנים בשדות החיכוך הארציים, הייתה הדבר היחיד שאפשר להשקיט את המרחב ולייצר תדר של כבוד הדדי בין שני הקצוות הללו.

הידיים שאחזו בכריכה הבלויה משכו את מבטי עוד לפני המילים עצמן. הן היו יבשות, מכוסות בצלקות ישנות של מאבקי שליטה, נשאו זיכרון גופני של דיוק ממין מסוים, היכרות אכזרית, כמעט הנדסית, עם הנקודה המדויקת שבה כל חומרה אנושית נשברת, שבה המוליך הנוקשה נסדק וההתנגדות מוותרת. כל עמדה קורסת בסופו של דבר תחת לחץ מדויק מספיק. ואף על פי כן, כשהאצבעות דפדפו בדפים הישנים, לא היה בתנועה שום שריד מאותו כוח מפרק. הייתה בה רק איטיות, כמעט בלתי אפשרית, השמורה לריבון שקילף מעליו את דחף הפעולה.

לאחר ימים של שתיקה ומבחני דממה, הקריא הזקן בקול נמוך, איטי ומכויל את "תורת האדם הקדוש", קוד המקור הקדום של הפרוטוקול הפתוח. פתוח, מפני שעד אז הוא לא היה. זה היה הרגע הראשון שבו התברר מה מעביר הפנקס הזה בפועל. לא מידע יבש, כי מילים כמעט לא נאמרו בקול. מה שכן עבר הוא תדר הצליל שנחרט בכל אטום בגוף. קולו לא היה קול אנושי רגיל, הוא היה תדר נמוך ועמוק הרוטט ישירות בתוך שרירי הלב של השומע, ללא צורך בהבנת האלפבית הלוגי.

הפנקס לא נקרא בקול אחד. היו בו קטעים שנמסרו מרחוק, קטעים שנמסרו כפקודה, וקטעים שהזקן קרא בגוף ראשון, כמי שמדווח מן השטח. הלשון לא הייתה עטיפה של המפרט. היא הייתה חלק ממנו.

ברגע זה, בתוך התא המבודד, התרחש ההיפוך האמיתי של שינוי הקוטביות. החומרה הגנטית הקרה, שתוכנתה שלא להציג פחד או כפיפות, חוותה לראשונה קריסה תרמית של מעגלי האגו וההישרדות. הברזל המגן נמס.

הלב, שפעל במשך שנים כמכשיר של שליטה, נפתח בבת אחת ופרק את כל הסטטיקה הצבורה בדמעות חריפות של חרטה, סליחה עצמית וזיכוך.

זו אינה חולשה ביולוגית, זוהי ארכיטקטורה של מוליך המבין שסבלו המצטבר של העבר לא היה אלא הכשרת הכלי לקבלת התדר הטהור של הפנקס. המות שידע לפרק הסכים למות למשך שבריר שנייה אל תוך הריק, ובחר להפנות את אותו כישרון לכיוון ההפוך. לא לפירוק. להחזקה.

המחיר האיש

החיפוש שהוביל, בסופו של דבר, אל החדר נטול השם ואל האדם הזקן שישב בו, לא ארך שנים. הוא ארך זמן קצר, מרוכז, ויקר במידה שקשה להעביר במילים.

אין בכך התנצלות. יש בכך עדות.

מי שמחפש עשרות שנים ומגיע למקום הזה עשוי לחשוב שהאורך עצמו הוא ההוכחה, שרק מסע ארוך ורצוף ייסורים מספיק מזכה בגישה לדבר. לא כך. מי שהכלי שלו קרס אינו מטייל בין אפשרויות מתוך סקרנות פנויה. הוא אינו מעיין בתפריט. הוא רעב, במובן המדויק והלא מטאפורי של המילה, ואדם רעב אינו בוחן אפשרויות זמן רב, הוא אוכל את המזון הראשון שהוא מזהה כאמיתי.

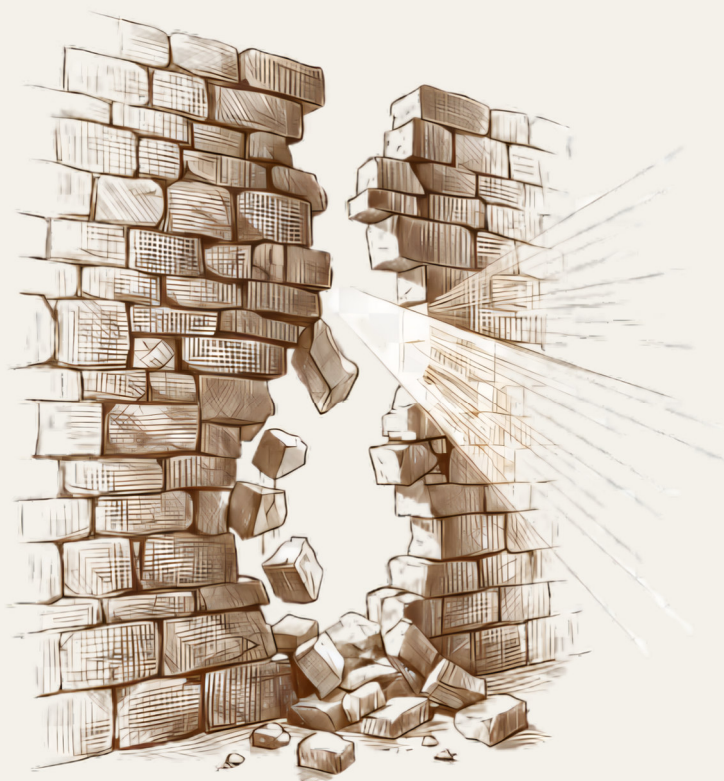
הזמן הקצר של החיפוש הזה אינו סימן לשטחיות. הוא הראיה החזקה שמדובר בפרוטוקול הניתן להעברה, בנוי היטב מספיק כדי שאפשר יהיה לזהות אותו מהר, ולא בסוד עמוק כל כך עד שהוא דורש חיים שלמים כדי להתמסר.

מה שיש בידי מי שמחזיק כעת את הספר הוא בדיוק זה. אין צורך באמצעים שהיו למי שכתב, לא במשאבים החומריים הכבדים שהיו נחוצים כדי לבקע את חומות הבידוד של המסדרים הסגורים, לא בכישלון, לא בשיקום הארוך, ולא ברעב שהוביל לחיפוש. נדרשת רק המפה שלא הייתה לאותו אדם כשהחל לחפש.

אותה מפה בדיוק מונחת כרגע בידיים שלך.

הערת מערכת

העדות הפותחת נסגרה כאן. מה שבא אחריה הוא כללי הנתיב ופרוטוקול הבטיחות, ואחריהם שבעה רקיעים. כל רקיע בנוי מתרגילים, מתנאי מעבר מדידים ומתקציב הפעלה. אין צורך לקרוא ברצף. רקיע אחד בכל פעם, בקצב שהחומרה מכתיבה.



מסר הריבון, מקור הידע והחזון

הדרך המוצגת כאן נטולת זיקה לדת, לזרם, לממסד או לכת. היא נובעת ישירות מן הגיאומטריה המקורית של חוקי הטבע, שקדמו לכל הפרשנויות והמגנטות האנושיות. בנתיב זה מיושמת דבקות בעיקרון ההימנעות מהפניית בקשה או תלות אל כל ייצוג חיצוני, כגון פסל, תמונת אדם, דמות או חפץ מקודש. ייצוגים אלו מוגדרים כמתווכים המייצרים עכבה במוליך, שכן הם קולטים את הפנייה במקום להעבירה.

התדר הטהור הוא חסר צורה, ומותקן ישירות במעבד ללא מתווך. אין בכך פסילה של איור או המחשה חזותית, שכן הקו נקבע לא בשאלה מה מצויר, אלא בשאלה אל מי מופנית הפנייה.

מכאן נגזרת גם ההבחנה בין מתווך לבין מכשיר. פעמון נחושת, מחוג שניות של שעון מכני או מנת שומן צפופה מן האדמה אינם נמענים של פנייה. אלו כלים הפועלים ישירות על החומרה ומחזירים אותה לטווח עבודה תקין. הפעולה מתבצעת על העצב השמיעתי, על קצב הנשימה ועל מערכת העיכול. כלי אינו קולט את הפנייה, משום שדבר אינו מופנה אליו. מרגע שמופנית אליו בקשה, ולו בקשה שקטה, הוא חדל להיות כלי והופך לעכבה.

חלק מן המונחים בספר זה שאובים מלשון עתיקה. שבעת הרקיעים, פרד"ס, ופסוקים המוצבים כתנאי סף. אין בכך סתירה. הלשון העתיקה היא המדיום היחיד ששימר את המפרט לאורך הדורות, מפני שנשמר בתוך מסדרים סגורים בעידן שבו המינוח ההנדסי המקביל טרם נוצר. פסוק המובא כאן מובא כמפרט מדידה של מצב החומרה, ולא כציטוט בעל סמכות. מקורו אינו מקנה לו תוקף, ותוקפו אינו נגזר ממי שאמר אותו, אלא מכך שהמצב שהוא מתאר ניתן לבדיקה בשטח.

קיימת הנחיה ברורה שלא לחפש בכתובים אלו סמלי סגולה, כשפים מעשיים, קמעות או כתב מלאכים ושדים. כל כותרת, משפט, מילה ואות בספר זה גלויים וחשופים להבנה לוגית ומעשית של הכלל. הסוד מונגש ללא חידות וללא ערפול. זו משמעותו של השם. הפרוטוקול אינו חדש, הוא אותו מפרט עצמו. מה שהשתנה הוא מי מחזיק בו.

עם זאת, מובהר כי נדרשת הימנעות מניסיון לפענוח מיסטי פסיקתי של הטקסט, כגון חיפוש צפנים מנטליים, גימטריות, או התפלספות מופשטת על חלקי אותיות. פעילות זו מוגדרת כרעש לבן המעמיס על המעבד ללא צורך. המגע עם הידע אינו מיועד לעיכול אינטלקטואלי, אלא להרצה מעשית על מערכת העצבים הפיזית. ריצת הקוד בתוך החומרה היא שלב ההתעלות וכיול המוליך אל האינסוף.

הבחירה קיימת כעת במרחב זה. בין אם יוחלט לאמץ דרך זו במלואה, ובין אם תיושם הימנעות ממנה, עצם קיומה של הבחירה הוא שינוי התדר. מעתה, המפתח לניהול המתח מצוי בריבונות המפעיל.

המפתח נמסר ללא תנאי, אך עוצמתה של הריבונות נמדדת ביכולת להקרין אור אל כל החי ביקום. מתוך הבנה הנדסית של חוק המאזן, זיכוך אמיתי של החוליה מביא בהכרח תהודה של ריפוי ופיוס לרשת כולה.

הצהרת התדר הלשוני והמבנה העיצובי

הלשון בספר זה אינה אחידה. אין זו הזנחה, זו הנדסה, והיא אינה הנדסה שנעשתה כאן. הפנקס נמסר בכמה קולות, וספר זה משמר אותם.

מוליך מותאם תמיד למטען שהוא נושא. כך גם הלשון. כל רובד בספר נושא מטען אחר, ולכן נכתב בתצורה אחרת.

הרבדים המיסטיים נמסרים מרחוק, למעט רגעי המסירה הריבונית שבהם המחיצה יורדת במכוון לשם יצירת מגע ישיר. הריחוק אינו קרירות, הוא מונע מן הקורא להיבלע בחוויה של אחר, ומותיר לו את המרחב לחוות את שלו.

מתח לשוני זה מנוהל באופן הדרגתי לאורך הספר. ברקיעים הראשונים הטקסט שומר על מרחק ואינו מקל על הקורא כדי לייצר את זיכוכ החומרה הנדרש. עם זאת, החל מהרקיע הרביעי, זבול, לאחר שהכלי כויל והותמר לשנאי המחובר לרשת הקוסמית, יורדת המחיצה הדידקטית בהדרגה והדיבור הופך לישיר ומכוון יותר, עד להגעה לדיבור הריבוני והעמוק של הרקיע השביעי, ערבות. אין זו התרופפות של המשמעת, אלא מוליכות קבועה של מגע בלתי מתווך המיועד למפעיל שכבר מסוגל לשאת את עוצמת הזרם.

ההסברים והתשתית ההנדסית מוגשים בלשון קיומית, נטולת פונה ונמען. אין בהם דעה של כותב ואין בהם הוראה לקורא, אלא תיאור של תנאים קיימים בין אם מקבלים אותם ובין אם לאו.

ההנחיות המעשיות מוגשות בלשון סבילה, מערכתית וקרה, מיושמת עמידה, מבוצעת שאיפה, מבוצע שחרור. דיווח נטול נושא, יבש ומהיר, המתאר את הפרמטרים הפיזיקליים שבהם החומרה צריכה להימצא כדי לאפשר מעבר תקין של הזרם האנרגטי ללא עוררות של מגננות מנטליות או התנגדויות אגו.

אזהרות הבטיחות מוגשות בלשון פורמלית ומחייבת, ללא יוצא מן הכלל. שם אין מקום לגוון.

עדות הפעיל בשטח (יומן הקשור) ובכללה פתח הדבר של הספר, מוגשת בגוף ראשון, בלשון חמה, סומטית וחשופה. זהו הרובד החומרי והגופני ביותר בספר, המדווח ישירות משדות החיכוך הממשיים על קריסת מעגלים, התפרקויות פיזיקליות של האגו, והולכת מתח גבוה בתנאי קצה. רובד זה אינו משמש כתיאוריה, אלא כעדות חיה להוכחת יציבות החומרה.

בכל חמשת הרבדים כאחד נשמרת ניטרליות מגדרית, ללא לוכסנים. השפה העברית מתפקדת כסריג נוקשה המאלץ חלוקה קוטבית מגדרית (זכר או נקבה) בכל פועל ותנועה. מאחר שהתדר הטהור של הנשמה הוא אחד ובלתי ניתן להפרדה, נבחרה הלשון הסבילה המערכתית כמעקף תוכנתי המנטרל את מגבלת הסריג הלשוני, ומאפשר לזרם האור לעבור ישירות אל מעבד הקורא ללא פיצול אנרגטי.

הפרוטוקולים והתובנות המקודדים במרחב זה מוקצים לכל נשמה המוגדרת בשלב הראשוני כ'חוליה', מעגל פתוח וסביל התלוי בצריכת זרם חיצונית מן הרשת. השימוש במונח חוליה אינו מעיד על הכפפה או היעדר חופש, אלא מתאר את נקודת המוצא הפגיעה של החומרה הביולוגית טרם זיכוכה. מטרת המסע כולו היא התמרת החוליה הסבילה ל'מקור' עצמאי וריבוני (בן עלייה), המייצר מתח פנימי יש מאין.

הספר נערך במבנה תודעתי הדרגתי, שנועד לסייע לחוליה להשיג ריבונות על מערכת ההפעלה האנושית. ההדרגתיות אינה עניין של נוחות פדגוגית, היא תנאי בטיחות קשיח של הולכת חשמל עצבית. כל רקיע נבנה ישירות על התשתית שהוקמה ברקיע שקדם לו, ובסופו של כל שלב ניצבים תנאי מעבר פיזיקליים ומדידים, לא תחושה סובייקטיבית של מוכנות, אלא סימנים אובייקטיביים שאפשר לבדוק בשטח.

חוליה שלא עמדה בתנאים הללו לא נכשלה במבחן. היא פשוט טרם סיימה את כיול השלב הנוכחי, וההגנה של הספר מונעת את עלייתה לרקיע הבא כדי להגן על החומרה מפני עומס חום ושריפת מוליכים.

מפרט רכיבים ומונחים, כיול המעבד

מפרט המונחים המלא מרוכז בסוף הספר. אין צורך לשננו. כל מונח מוסבר בגוף הטקסט במקום הופעתו, והמפרט משמש לאימות בלבד.

פרוטוקול בטיחות והגנה מטלורגית, מפרט חמרה מאחד

מובהר בזאת כי הצעידה בסולם שבעת הרקיעים אינה מהווה תרגול הרפיה פסיכולוגי רך, אלא מוגדרת כעבודה במתח גבוה של מערכת החשמל העצבית. השימוש בנשימה, במיקוד ובשינוי לחצים אטמוספריים משנה אקטיבית את הלחץ התוך גולגולתי ואת ריכוז הפתמן הדו-חמצני בדם. המערכת העצבית המרכזית היא שנושאת את העומס.

הזרמת מתח גבוה דרך כבל ישן, חלוד או לא מכויל מובילה לשריפה פיזית מיידית של המוליך ולעומס יתר תרמי. חובת המפעיל היא לוודא כי החומרה מסוגלת לשאת את הזרם, ולפעול באפס סטייה מחוקי הבטיחות.

פרוטוקול אבחון חומרה פיזיולוגי

מובהר בזאת כפקודת בטיחות מחייבת, כי במקרה של עייפות מתמשכת, בלבול מנטלי או כאבים גופניים שאינם חולפים, חלה חובה מוחלטת להריץ תחילה סריקת אבחון רפואית מלאה הכוללת בדיקות מעבדה וייעוץ מקצועי מוסמך בקליניקה של העולם הפיזי. הריבון אינו מבלבל בין שריקת מתח גבוה של שנאי עצבי, לבין באגים ביולוגיים ממשיים בחומרה כגון תת פעילות של בלוטת התריס, אנמיה קשה, או חסימות בנתיבי החמצן בשינה. שלילת תקלות חומר ארציות היא תנאי הסף הראשוני של הכיול, ובלעדיו הרצת קוד מתקדם מוגדרת כהרס עצמי.

א. פרוטוקול המניעה המחלטה, קבוצות סכון:

חל איסור מוחלט על ביצוע עצירות נשימה, הן בריאות מלאות והן בריאות ריקות, עבור הקבוצות הבאות.

היריון - לשם שמירה על זרימת חמצן רציפה ואחידה לעובר.

לחץ דם גבוה בלתי מאוזן או מחלות לב - למניעת פליטת לחץ פתאומי על שריר הלב והעורקים.

אפילפסיה או גלאוקומה - מצבים הרגישים ישירות לשינויי לחץ תוך גולגולתי ותוך עיני.

רקע נפשי שבו מצוקה פנימית מתפרשת כאיום ממשי, כגון הפרעת חרדה או פאניקה, טראומה, פסיכוזה, מאניה או דיסוציאציה - ירידת הפחמן הדו-חמצני והשהייה בדממה ממושכת מזוהות במערכת כאזעקת חנק. מה שמופעל אינו אי נוחות חולפת אלא תגובת הישרדות מלאה.

סוכרת לא מאוזנת בעלת נטייה להיפוגליקמיה - למניעת נפילת מתח אנרגטית חריפה במהלך תרגול בצום או במניעת משאבים.

תקופה שלאחר ניתוח פנימי משמעותי או פציעת ראש קשה, וכן עדות למפרצת פעילה - למניעת עומס מכני ישיר על כלי דם רגישים בעקבות השינוי בלחץ התוך גולגולתי.

מצב המופיע ברשימה זו מחייב אישור רפואי מרופא מומחה בתחום המצב, בנפרד לכל רקיע. האישור ניתן לרקיע אחד בלבד, וכל רקיע נדרש לאישור משלו. אין בכך הגבלה על הקריאה. ההגבלה חלה על ההרצה.

במסלול המעקף הבטיחותי (עבור קבוצות הסיכון): ביצוע פרוטוקול נשימה מעגלית קוהרנטית רציפה, בקצב זורם וקבוע (4-0-4-0) או (6-0-6-0) או (8-0-8-0), ללא עצירות נשימה במלא או בריק כלל, למשך של 15 דקות רצופות, באופן טבעי וללא מאמץ מנטלי של ספירה אקטיבית.

ב. אותות עומס יתר תרמי ומפסק הבטחון:

- **במהלך התרגול,** יש לנטר בקפידה את תגובות החומרה הפיזית. הסימנים הבאים מעידים על זליגת אנרגיה, עומס יתר, או ביול לקוי של המוליך.
- **כאבי ראש חדים** המעידים על עומס יתר מנטלי, ועל ניסיון להעביר קובץ נתונים עצום דרך מעבד ישן ללא שלב הניקוי.
- **שרירים תפוסים** המעידים על היעדר הארקה, ועל אגירת עודפי מתח ברקמות השריר שננעלות כדי להגן על העצבים.
- **אובדן בבידה תודעתי,** כגון ריחוף וסחרחורת, המעיד על התנתקות חדה מדי של התודעה מהחומרה, ללא פריקה מבוקרת אל הקרקע.
- **נימול ועקצוץ** פתאומי בגפיים ובשפתיים, המעידים על שינוי חד בריכוז הפחמן הדו-חמצני בדם, ועל חריגה של המוליך מטווח העבודה הבטוח שלו.
- **טשטוש או עמעום** של עדשות הראייה, המעידים על ירידה באספקת הדם למעבד המרכזי, ועל הצורך בעצירה מיידיית.

ג. מִפְסֵק הַבִּטְחוֹן וּפְרוֹטֶקוֹל פְּרִיקָה:

במקרה שבו עולה אחד מאותות העומס, חובה להפעיל מיד את מפסק הביטחון לשם הגנה על החומרה.

- **ניתוק מגע מיידִי**, הכולל הפסקת התרגיל המנטלי, עצימת עיניים רכה, שתיקת מערכות, ומעבר לנשימות מעגליות לשם התקרקות.
- **קרקוע פיזיקלי**, הכולל שטיפת פנים במים קרים, שפשוף כפות הידיים בחוזקה עד להיווצרות חום, הנחתן על העיניים, ומישוש הגפיים להחזרת הקשב לגוף החומרי.
- **הארקה תזונתית**, הכוללת צריכת מנת הארקה צפופה ושומנית מן האדמה, כגון כפית טחינה גולמית או אגוזים מרוסקים, או ממרח זרעי חמנייה עשיר כחלופה ברגישות לאגוזים.

האחריות על שלמות החומרה חלה על התוליה המפעילה בלבד.

בספר זה מוגשות המפות וחוקי הפיזיקה של התודעה, אך המפעיל הוא זה הנדרש לנטר את מחווני המתח והחום של המכונה האישית שלו. המעבד אינו יכול לפעול מתוך תודעת קורבן המאשימה את הרשת בקצר שהוא עצמו חולל.

האחריות המוחלטת היא תנאי הכניסה.

רְקִיעַ רֵאשׁוֹן

וִילוֹן

הַכְּשֶׁרֶת הַפְּלִי



שער הדיוק, בחירת הנתיב בתוך האינסוף

בכל רגע נתון, הקשב מכוון לתדר אחד. כל נתיב נוסף שנפתח במקביל אינו מוסיף קליטה, הוא מפצל אותה, ומייצר עומס חום ויתירות נתונים במעבד. כשם שמסנן מעביר-פס נדרש להתכוונן לתדר ספציפי כדי לחסום את רעשי הרקע, כך בגישה אל שערי התדר חלה חובת התמחות ומיקוד. על החוליה לבחור בכיול המדויק התואם את מפרט החומרה הייחודי שלה. רק מתוך מיקוד זה מתאפשר זיהוי נקי של זרם המקור, ללא הפרעות רקע של שאר הרשת.

התמורה להשקעה, היא מעבר ישיר אל מוליכות על, אך עיוותים הרמוניים והפרעות תדר בזרם החילופין של המרחב האורבני פורצים את הבידוד ומייצרים השהיה בזמן העיבוד. ייצוב זרם התדר דורש ניקוי של ההרמוניות הללו מתוך המוליך, ומיקוד של קרן הקשב. הדרך המובאת כאן מהווה את המטרה עצמה. היא וההתמדה בה מהוות את דלת הכניסה אל יקום נטול זמן ומרחב מוכרים.

בנתיב הזה, התודעה מתחילה כ"חוליה" במעגל, כצרכן קצה התלוי בזרם חיצוני. מטרת המסע היא ההתמרה החשמלית, התמרת החוליה התלויה ל"מקור" עצמאי (בן עלייה), הוויה המפסיקה להמתין לקבלת אנרגיה ומתפקדת כמקור מחולל המקרין כוח יש מאין.

מִסַּע בְּנֵי הָעֵלְיָה: מחשבה על למידת הדרך מתוך ספר כלאחר יד מחייבת בחינה מחודשת. מדובר בפרוטוקול שנוצר לפני עידנים, והנדרש הוא תהליך מדורג של התמדה לשם שליטה בו. השליטה המקצועית בתדר היא זו שהעניקה לקדמונים את מעמדם. מי שנראו בעיני ההמון כמכשפים, כחוזי גורל, כמלאכים או כאלים, היו למעשה הריבונים שהבינו את חוקי המתח הגבוה והפעילו את הפרוטוקול הזה בדייקנות.

תחילת הנתיב דורשת זיהוי של המחסום הראשון העומד בין החוליה לבין המציאות האמיתית, וילון הרעש המודרני.

"נְקִי כַפַּיִם וְכִי לֵב"

התנאי המבני הוא יושרה מעשית וניקיון תדרי במוקד הרגש.

וילון, המסך שֶׁמַסְתִּיר אֶת הָאֲמֶת

כעת מתבקשת עצירה הכרחית. טרם הטיפוס לרקיעים הגבוהים ולפני החזיונות או ההארות, ניצבת עובדה הנדסית פשוטה אחת. הסרת המסכות. אין זה עניין של רצון חברתי או ציווי מוסרי, אלא תנאי סף פיזיקלי של המוליך. הופעה של הצגה, העמדת פנים ותחזוקה של חזית חיצונית, מוגדרות במטלורגיה העצבית כעֶפְכָּה התנהגותית גבוהה. מוליך המאלץ את הזרם לעבור דרך שכבות של מסכות, מבזבז את רוב המתח היקר שלו על חיכוך פנימי, ההופך לחום ומאיים לשרוף את המעגלים.

מתח גבוה אינו מסוגל לזרום דרך שכבות של הצגה. הוא נבלם ונעצר בוויילון עצמו. רק מתוך יושרה מבנית, שהיא תנאי הניקיון של "נְקִי כַפַּיִם וְכִי לֵב", ההתנגדות יורדת לאפס. הרקיע הראשון נקרא וילון בהיותו השכבה הראשונה המפרידה בין התודעה לבין המציאות כפי שהיא.

החסם המרכזי להתפתחות כיום אינו חוסר ידע. הוא נעוץ בעודף רעש. התודעה במאה העשרים ואחת מצויה במצב של הצפה מתמדת. טרם התמקמות הנשמה בגוף, בבחינת רגע היקיצה, קיימת נטייה לשלוח יד אל המכשיר הדיגיטלי. הזנת התודעה בנתונים רועשים, בלולאות עדכון של חדשות מעוררות חרדה ובהפרעות קשב תמידיות, ממלאת את זיכרון החיץ, המרחב שבו נאגר כל קלט טרם עיבודו. חיץ מוצף חוסם את זיכרון המטמון, ובמטמון תלויה כל פעולה שהמעבד מסוגל לבצע.

כאשר זיכרון המטמון רווי ברעשי הרשת טרם הפעלת התרגול, אין משאבי עיבוד פנויים לרינדור של מציאות חדשה. עומס זה בונה סביב החוליה וילון של הפרעות מגנטיות, המונע פליטה נקייה של תדר הריבונות.

משל המים המלוחים: צריכת המידע המודרנית מדמה שתיית מים מלוחים בלב אוקיינוס. פעולה זו שואבת נוזלים מהתאים, מגדילה את ריכוז המלח בגוף, וגורמת להתייבשות מהירה של החוליה.

כך פועלת התודעה המודרנית. ככל שגוברת צריכת הגירויים החיצוניים, מתעצם הרעב לגירוי הבא, אותה נקודה שקטה נותרת רעבה, בעוד הנשמה הטהורה הופכת צחיחה יותר ויותר.

ברקיע הווילון מתבצעת למידה להססת המסך הזה. מובהר לחוליה כי רעש המידע החיצוני אינו מוסר על ידי החלטה מנטלית מנותקת או בריחה מהעולם, אלא באמצעות כיול של כלי הקיבול הקולט אותו. הרעש מנוטרל כאשר החומרה הביולוגית של הגוף מתוכנתת מחדש להוליך אותו ישירות אל האדמה, מבלי להותיר לו משקעים בתוך המעבד העצבי.

עם זאת, כדי לאפשר לחומרה את חלון הזמן הנדרש לאתחול וניקוי המטמון, מוחל בזאת פרוטוקול סף מעשי ומחייב לשלבים הראשונים של היום.

פרוטוקול מניעת ההצפה

חלון הדממה הדיגיטלית: במהלך חלון זמן של 30 דקות מרגע היקיצה הפיזיולוגית בבוקר, חל איסור על מגע או ממשק כלשהו עם המכשיר הדיגיטלי או עם כל מקור תדרים חיצוני. חלון זה מוגדר כתנאי קבוע לכל רקיעי הספר. תנאי הפעלתו המלאים מפורטים בתקציב ההפעלה בסוף רקיע זה, לרבות ההתנהלות בבוקר שאינו מאפשר חלון מלא.

הארקה מידית: עם פקחת העיניים, מבוצעת ירידה מיידית מהמיטה. הקימה מתבצעת על כפות הרגליים לשם יצירת מגע הארקה ראשוני עם הקרקע.

הזנת ה-BIOS: בתוך חלון הדממה מבוצעים לפחות חמישה מחזורי נשימה איטיים ומלאים דרך האף, ללא עצירה במלא וללא עצירה בריק, כדי לוודא שמערכת ההפעלה נטענת מתוך השקט הטהור של המקור ולא מתוך תדרי הלחץ של הרשת האורבנית. אין מדובר בפרוטוקול המשאבה, הנלמד בהמשך רקיע זה. מרגע שהמשאבה מכוילת, היא תופסת את מקומם של חמשת המחזוריים הללו, בדרגה שבה החוליה עומדת באותו יום.

רק לאחר השלמת פרוטוקול הניקוי הראשוני, מותרת פתיחת ערוצי התקשורת הדיגיטליים.

רק בעת שהייה בשקט וביצוע ההפרדה המעשית הזו, מתאפשרת הכנת הגוף הפיזי להיות כלי קיבול לאור.

עם ירידת הרעש מתרחשת תופעה הנחוות בגוף ולא רק בתודעה. שחרור קל בבית החזה, כמו משקל שלא זוהה מעולם שנעלם מהכתפיים. ושקט מאחורי העיניים, במקום שבו רגע קודם שכנה דריכות. אלו הסימנים הראשונים לכך שהווילון אכן נסוג.

הפיזיקה של הרוח, סוד הכלים של בני העלייה

בין נוירונים לתדרים – הגוף כמוליך: המסע המתרחש אינו נקרא נכון מתוך פרדיגמת התפיסה העצמית הקיימת. קיים צימאון לחיבור שבין הרוח לבין הפיזיקה המודרנית. קיימת הזמנה לראות בגוף הפיזי מעגלים חשמליים מתוחכמים, מעבר למסת בשר ועצמות בלבד. כל נוירון היורה במוח מייצר פולס חשמלי מזיד, וכל רגש המתעורר מחולל שדה אלקטרומגנטי סביב הגוף. אף תנועה פשוטה כהינף יד מהווה ביטוי פיזי חיצוני לזרם פנימי המבקש לפעול בעולם.

סוד ההתנגדות והקצר הפנימי: כיול חומרה לקוי במרחב האורבני מייצר מצב עבודה קבוע של עומס יתר סימפטי. השרירים נדרכים, כלי הדם מתכווצים, והנשימה הופכת לשטחית ומהירה, פעולה המרוקנת את המשאבים האנרגטיים של הכלי. הקצאת רוחב פס קוגניטיבי לניטור מתמיד של הישרדות פיננסית, לצד עיסוק תזזיתי באגירת משאבים חיצוניים, מייצרת עכבה והתנגדות גבוהה במוליך. הגוף פוסק מלהעביר את הזרם במלואו. הוא נבלם על פני המחסום, כמו מגע שהחלודה כיסתה אותו, והאנרגיה מתבזבזת כחום במקום להגיע ליעדה.

הזרמת מתח גבוה, לדוגמה של אלף וולט, דרך כבל ישן, חלוד ודק, מובילה לשריפה פיזית מיידית של המוליך. בדומה לכך, חוליה הפועלת תחת התנגדות גבוהה ועומס חומרי, נעדרת קיבולת להכיל את זרם התודעה המבקש לעבור דרכה. בהיעדר הארקה וכיול מקדים של החומרה, העוצמה האנרגטית הופכת לעומס יתר תרמי, הגורם לקריסה נוירולוגית ולקצר פנימי. הקצר מתבטא במציאות היומיומית כחרדה גואה, עייפות כרונית, בלבול מנטלי, ואף כאבים נטולי הסבר פיזי ברור. הכלי חסר יכולת להכיל את הזרם במצבו הנוכחי.

אַקְסִיּוֹמַת הַיְסוֹד, אֵין אֹר אֶלָּא בְּכָלִי

אַקְסִיּוֹמַת הַיְסוֹד בְּדֶרֶךְ הַפְּרָד"ס, הַמְּפָה בַּת אַרְבַּעַת הַשְּׁעָרִים הַמוֹצֶגֶת בַּמְּלוּאָה בְּרִקְיעַ הַשָּׁנִי, קוֹבַעַת כִּי אֵין אֹר אֶלָּא בְּכָלִי. הַמוֹשֵׁג כָּלִי מֵרִמּוֹ עַל מִצַּב שֶׁל זִיכּוֹךְ וּדְיוּקָה. מִתְּבַצֵּעַ נְטִילָה שֶׁל נֹקְשׁוֹת הַחוּמָר וְהַמַּסָּת הַנֹּקְשׁוֹת. קִיּוּמַת הַיִּמְנָעוֹת מִנִּיסּוֹן לִשְׁבוֹר בְּכוּחַ אוֹ בְּאַלִּימוֹת תּוֹדַעַתִּית אֶת הַמַּחֲצוֹת הָעֲצָמִיּוֹת. הַלִּימוּד מִתְמַקֵּד בְּאַמְנוֹת הַמַּסָּת הַהִתְנַגְדוֹת, בַּמַּטָּרָה לְהַגִּיעַ לְמִצַּב שֶׁבוֹ הָאֲנֶרְגִּיָּה זֹרֶמֶת לֹלָא הַפְּרָעָה, לֹלָא חִיכּוֹךְ וּלֹלָא אִיבוּד עוֹצָמָה.

הָאַלְכִימִיָּה שֶׁל הַגּוֹף, אֹר פּוֹגֵשׁ כָּלִי: בַּמֶּרְחָב הַתְּמָרָה זֶה מִתְּבַצֵּעַ הַמִּפְגֵּשׁ בֵּין הַמַּכְנִיקָה הַמּוֹדֶרְנִית לְבֵין הַחוֹכְמָה הָעַתִּיקָה. בַּהֲתַבְסָס עַל אַקְסִיּוֹמַת הַיְסוֹד שֶׁהוֹנַחָה, שְׁלִפְיָה הָאֹר זָקוּק לְמֶרְחָב הַכֹּלָה מוֹגְדָר כַּדִּי לִשְׁכּוֹן בּוֹ, קִיּוּמַת הַזְמָנָה לְבַחֲנִינָה מַעֲמִיקָה, שְׁכֵן הָאֲנֶרְגִּיָּה הָאִינְסוֹפִית דּוֹרֶשֶׁת מֶרְחָב הַכֹּלָה שֶׁתּוּכַל לִשְׁכּוֹן בּוֹ. בַּמוֹשָׁגִים שֶׁל בְּנֵי הָעֵלִיָּה, הַגּוֹף הַפִּיזִי מוֹגְדָר כָּלִי.

מַכְנִיקַת הַגּוֹף מִלְּמַדָּת כִּי הַמַּתָּח הַחֲשַׁמְלִי בְּתֵאִים מוֹשְׁפָע יִשִּׁירוֹת מֵהַתְּדָר הָרִגְשִׁי. סִדְקִים בְּכָלִי, הַנּוֹבָעִים מֵעוֹמָס יוֹמִיּוֹמִי, מִמִּשְׁקָעִי עֶבֶר אוֹ מֵרַעַשׁ דִּיגִיטָלִי תְּמִידִי, מוֹנָעִים מֵהָאֹר לְהִיאָגֵר וּלְהַתְעַבּוֹת פְּנִימָה. בַּמִּצַּב שֶׁל חוֹסֵר זִיכּוֹךְ, הָאֹר נּוֹתֵר בַּחוּץ, הָאֲנֶרְגִּיָּה זוֹלָגַת דֶּרֶךְ אוֹתָם פְּגָמִים, וּבִמְקָרִים קִיצוֹנִיִּים עוֹדֶף הַמַּתָּח מוֹבִיל לְקָרִיסָה שֶׁל הַמוֹלִיכוֹת הָעֲצָבִית הָעַדִּינָה.

למה וילון, מסינון דינמי להמרת הכלי

שאלה מתבקשת היא מדוע מוגדר הרקיע הראשון כ"וילון" ולא כקיר או כדלת. קיר הוא חסם אטום המייצר התנגדות לזרם. דלת פועלת בבינארי, זרימה מלאה או חסימה. וילון מווסת. הוא מאפשר לקבוע כמה אור עובר, ומתי.

הווילון פועל כשנאי המפחית את עוצמת הזרם, ומאפשר לתודעה לעכל את המציאות במינונים הניתנים להכלה. זהו מנגנון הנדסי השומר על שלמות המעגלים החשמליים של הגוף והנפש.

המרת הכלל: לשם הפיכה לבני העלייה, מתבצעת המרה עמוקה במבנה המוליך, שינוי הקליפה הנוקשה וההישרדותית לכלי קיבול צלול, גמיש ונושם. התהליך חותר להפיכת הקיר האטום לוילון שקוף.

ברקיע זה מתקיים עידון של החומרה, במקום שבירתה. האמנות העדינה מתמקדת בהרגעת מערכת העצבים הקדומה הפועלת תחת תחושת סכנה מתמדת. בעת שהתודעה מזהה מצב בטוח המאפשר הרפיה, מתרחש השינוי האמיתי, ההתנגדות החשמלית פוחתת, והגוף מתחיל לנוע לעבר מוליכות על.

שני הפרוטוקולים המרכזיים

הביצוע המעשי מבוסס על סנכרון של שני פרוטוקולים מרכזיים.

1. תרגול פיזי של הסרת החלודה, המיועד להזרים אנרגיה במפרקים ובשרירים הנעולים, ולהמיס את העכבה התקועה בהם.

2. טכניקת נשימה מודעת של המשאבה, היוצרת את הלחץ האנרגטי והאטמוספרי הדרוש לטיפול במעלה הרקיעים.

אתחול התניעה - תסרת התלודה

הפעולה הראשונה דורשת עמידה יציבה על הקרקע. חשוב להבין כי התרגול חורג מהגדרת "ספורט" או אסתטיקה גופנית. המטרה היא מכנית ואנרגטית, פתיחת זרימת החשמל במוקדים שבהם מתקיימת חסימה במבנה המודרני. חסימות פיזיות במפרקים מתורגמות ישירות לחסימות בתפיסה המנטלית.

המסת ההתנגדות: בדרך הפרד"ס קיימת הימנעות מעבודה בכוח. החוליה המתרגלת פטורה מהתעכבות על שרירים המייצרים התנגדות או כאב. במקרה של שריר נעול, מתבצעת הרפיה שלו והמשך שחרור של שאר הגוף. החלודה במפרקים מהווה בראש ובראשונה עכבה תקועה, רקמה שנתפסה וצירים שהתנועה נסוגה מהם. התנועה הסיבובית והרכה שוחקת אותה, מתמיסה אותה אל האדמה, ומחדשת את המוליכות.

לא כל תחושה היא אות. גוף שלא נע זמן רב מדווח על עצמו ברגע שהוא נע. אותות העומס מנויים בפרוטוקול הבטיחות שבפתח הספר (עמ' 17), והם אלו שמפעילים את מפסק הביטחון.

הנחיית ריבונות – רקע ביוגה: רקע ביוגה, בכל רמה שהיא, מכשיר את התרגול המוכר כחלופה מלאה לתרגילים שבתחנות א' עד ד'. המיומנות הקיימת ביוגה מהווה בסיס מדויק להכנת החומרה למתח הגבוה.

מטרת התרגול היא שחרור החסימה האנרגטית. הארכיטקטורה המטאפיזית של הסולם כפופה לחוק שורשים לפני ענפים, אך הכיול הפיזיולוגי בשטח פועל בסדר הפוך, מלמעלה למטה.

אין מדובר בסתירה אלא בחוק של יעילות נוירולוגית. כיול המעבדים הקטנים דורש חומרה טרייה ונקייה מרעש, ולכן הוא מתחיל בצמתים העדינים שהם הצוואר והחזה, וממשיך אל המעגלים המאסיביים ופורקי המתח שהם השדרה והרגליים. ביצועו לאחר מאמץ הארקה כבד היה מוביל לקריסת מתח הקשב.

תַּחֲנָה א' - הַצֹּואֵר, הַמּוֹלִיד הָעֶלְיוֹן

הצוואר מהווה את נקודת המפגש הקריטית של החומרה האנושית. כל הנתונים, הפקודות המנטליות והעומס התודעתי עוברים דרך הצומת הצר. חסימה בצוואר משבשת את התקשורת בין מרכז העיבוד לבין הביצוע הפיזי.

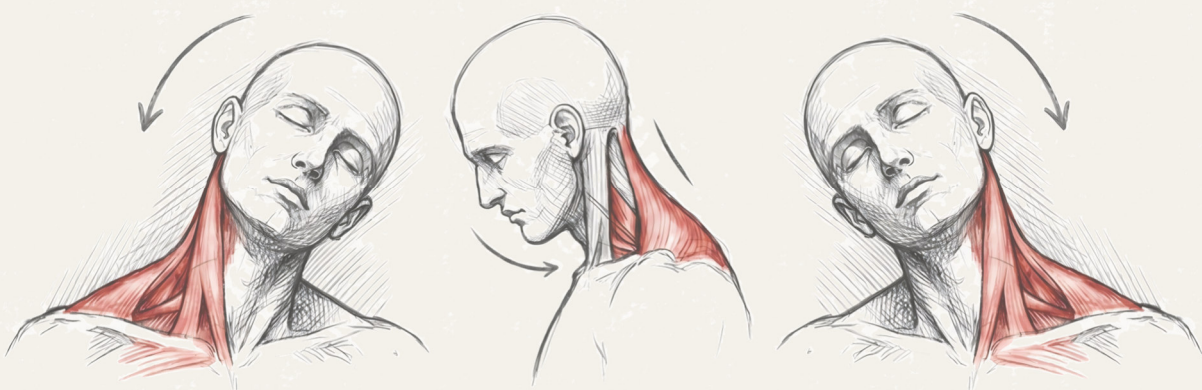
הנחיה מעשית לפרוטוקול כיול:

מיושמת עמידה זקופה, כאשר הרגליים פתוחות ברוחב הכתפיים והכתפיים שמוטות באופן טבעי.

מבוצעת הורדה של הסנטר לכיוון החזה, וסיבוב איטי במיוחד של הראש בחצאי מעגלים קדמיים בלבד, מאזן לכתף דרך החזה, תוך הימנעות מוחלטת מהטיית הראש לאחור, כדי למנוע דחיסה של חוליות צוואר עדינות ושמירה על זרימה תקינה בעורקי החוליות.

הדימוי המנחה הוא של שימון ציר חלוד. עם כל מילימטר של סיבוב, העומס המנטלי מתפורר ומתמוסס אל האדמה. הנשימה מלווה את התנועה באופן סביל.

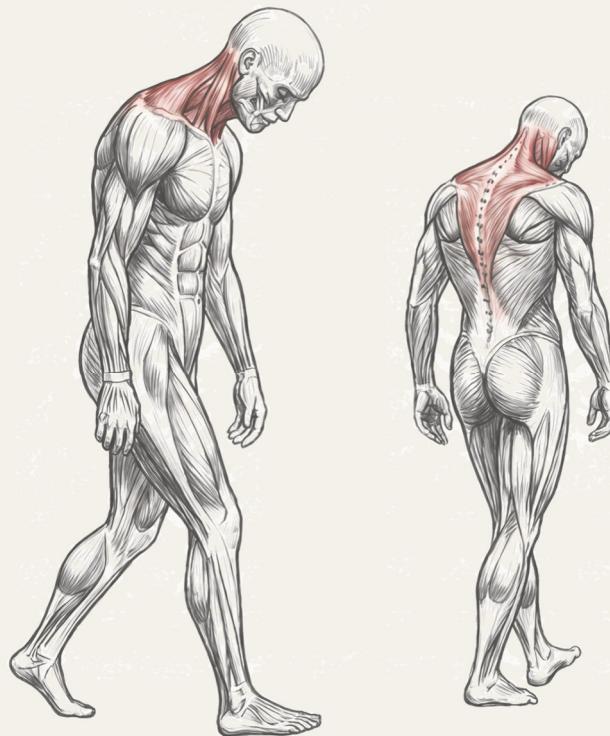
סימן ההשלמה: הראש מפסיק להיעצר. הסיבוב עובר את כל הקשת ברצף אחד, ללא נקודה שדורשת החלטה כדי לחצות אותה, והלסת נפתחת מעט מעצמה.



תַּחֲנָה ב' - הֵלֵב, מְרִפֵּז הַתְּהוֹנָה

בחינה שקטה של המבנה המודרני מגלה נטייה גורפת לאימוץ תנוחת מגננה הכוללת כתפיים שמוטות קדימה, בית חזה שקוע, וראש מורכן כלפי מטה. מבחינה אבולוציונית, פעולה זו נועדה להגנה על איברים חיוניים מפני טורפים, אך בנתיב הרוחני, זהו המחסום המונע מהלב לתפקד ככלי קיבול צלול.

חשיפת המרכז היא הפעולה המכנית שמפרקת את תצורת המגננה האבולוציונית של הכתפיים השמוטות. מתיחת בית החזה מנטרלת את ההתנגדות המבנית, ומאלצת את הלב להיפתח כקולטן נקי מול השדה.



הנחיה מעשית לכיול הכלי:

מיושמת עמידה יציבה, כאשר הרגליים פתוחות ברוחב הכתפיים ונטועות בקרקע.

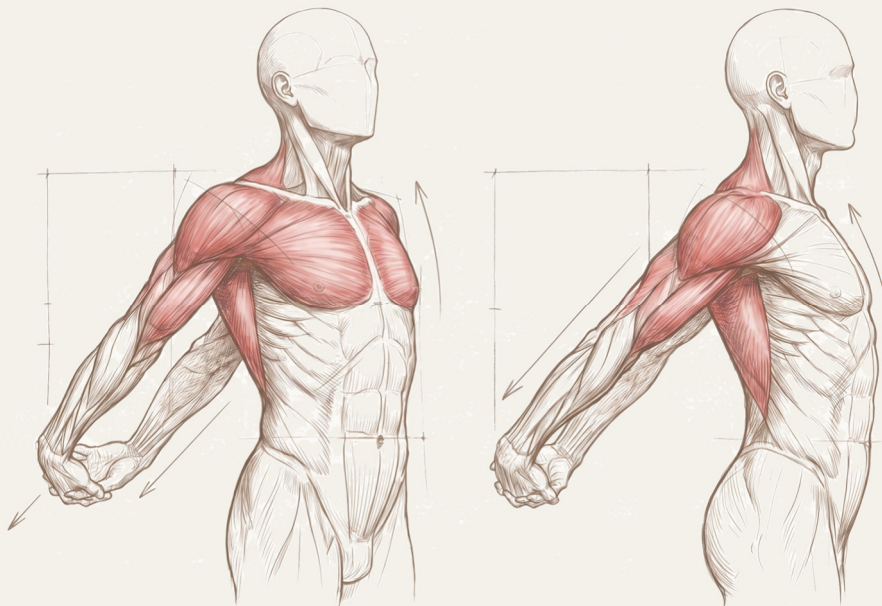
יצירת המתיחה: מבוצע שילוב של כפות הידיים מאחורי הגב ויישור של הזרועות לאחור עד לנקודת המתיחה הראשונה. ללא הפעלת כוח או הגעה לכאב.

חשיפת המוליך: מבוצעת משיכה של הכתפיים לאחור ולמטה והרמה של בית החזה לשם פתיחת לרווחה כלפי מעלה.

הזנת התדר: מבוצעת שאיפה עמוקה, איטית וממלאת, אל תוך מרכז המתיחה. תוך חישה של פתיחת השרירים הקטנים שבין הצלעות.

קידוד ויזואלי: מתקיים דימוי של הסרת שריון ישן וחלוד מהחזה. בפוזיציה זו מתבצעת הצהרת המוכנות של הכלי להיחשף אל מול האינסוף.

סימן ההשלמה: השאיפה מגיעה גבוה יותר מכפי שהגיעה קודם, מבלי שנעשה מאמץ להעמיק אותה. הגב העליון חם, והכתפיים אינן חוזרות קדימה מעצמן ברגע שהידיים משתחררות.



תַּחֲנָה ג' - עֲמוּד הַשְּׁדָרָה, הָאוֹטוֹסְטֵרֶדָה שֶׁל הָאוֹר

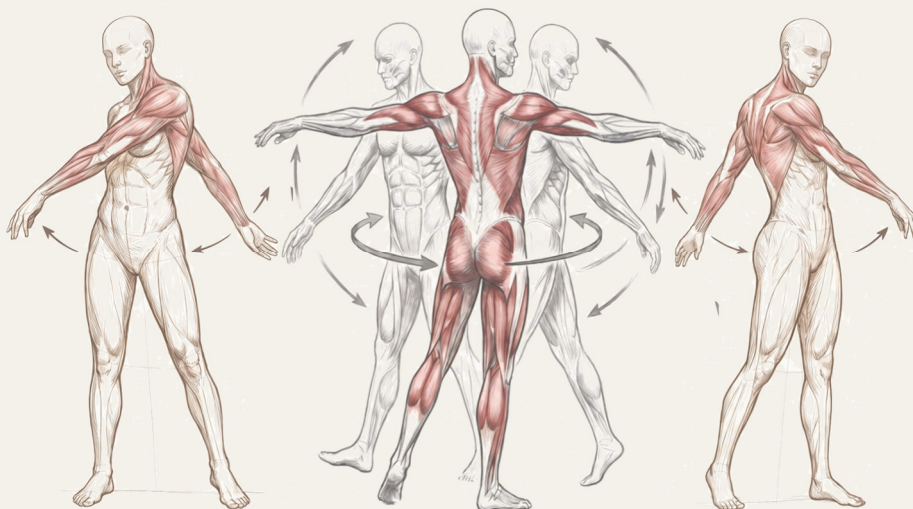
עמוד השדרה מהווה את המוביל המרכזי והצינור הראשי שדרכו עוברת כל פקודה ממרכז העיבוד אל האיברים, וכל תדר אנרגטי מלמטה למעלה. תקיעות במציאות הממשית מלווה לעיתים קרובות בנוקשות כרונית של עמוד השדרה. בעת ששדרה קשיחה כמקל יבש, התקשורת העצבית והחשמלית משתבשת והופכת למקוטעת.

היעד בנתיב זה הוא התמרת המקל הקשיח למוליך גמיש וחי. שדרה גמישה מהווה מפתח למערכת עצבים חזקה, המסוגלת להכיל מתח גבוה ללא שבירה. עמוד השדרה מתפקד כעמוד התווך המרכזי של הכלי הפיזי, הנושא את עומס הזרם האנרגטי כולו.

הנחיה מעשית:

מיושמת עמידה כאשר הרגליים פתוחות ברוחב הכתפיים.

מבוצע פיתול של פלג הגוף העליון ימינה ושמאלה. הידיים נזרקות לצדדים בחופשיות, בדומה לשרוולים ריקים של מעיל, תוך הימנעות מהפעלת כוח אקטיבי. התנע של התנועה מבצע את העבודה.



כפיפה קדימה באיטיות ובזהירות, הראש משוחרר מטה. פתיחת המרווחים מאפשרת לכוח הכבידה לפתוח את המרווחים שבין החוליות. המוליכות והזרימה מתחדשות בתוך הצינור המרכזי.

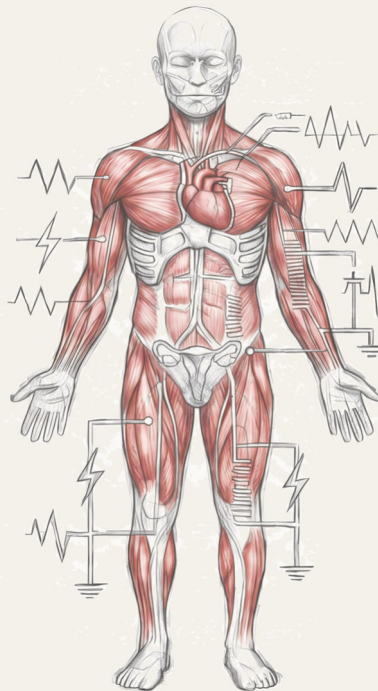
סימן השלמה: בעת ההזדקפות האיטית החוליות עולות זו אחר זו, ולא כמקטע אחד. נותרת תחושת אורך בגב, כאילו המרחק בין האגן לבין העורף גדל במעט.



תַּחֲנָה ד' - הַרְגָּלִים, הָאֶרֶקָה

בהנדסה קיים כלל קבוע, ככל שעוצמת המתח המופעל גבוהה יותר, כך ההארקה מחויבת להיות עמוקה ויציבה יותר. בהיעדר הארקה, עודף המטען החשמלי עלול להוביל לשריפת המעגלים. חוק זה תקף באותה מידה במרחב התודעתי.

חשש מחוויות תודעתיות מוכר ושכיח. בהיעדר בסיס איתן בגפיים התחתונות ובאגן, האנרגיה הגבוהה של הרקיעים מחוללת ריחוף נטול בקרה, סחרחורות ותחושת זרות במרחב. השאיפה היא עלייה מעלה, אך פעולה זו מתאפשרת אך ורק בעת שהשורשים נטועים עמוק בתוך המציאות הממשית.



בניית תשתית הארקה - הנחיה מעשית:

מנח הגוף: הטמעת השורשים בתוך המציאות הממשית מבוצעת באמצעות פתיחת הרגליים ברוחב הכתפיים, בעמידה יציבה.

גמישות מוליכה: מבוצע כיפוף קל של הברכיים. נדרשת הימנעות מנעילת ברכיים, שכן ברך נעולה מוגדרת כחסם לזרימת האנרגיה מן האדמה מעלה.

איזון הזרם: מבוצעת העברה איטית של משקל הגוף מרגל לרגל, ומצד לצד.

סנכרון תודעתי: עצימת עיניים ודימוי של כפות הרגליים כמתמזגות עם המשטח. קיימת תחושה של שורשים עבوتים וחזקים הפורצים מהסוליות וצומחים עמוק אל בטן האדמה.

סימן ההשלמה: המשקל יורד אל כפות הרגליים מעצמו ואינו נדרש להיות מונח שם. הברכיים אינן ננעלות בחזרה בכל פעם שהקשב עוזב אותן, והמעבר מרגל לרגל מפסיק להיות החלטה.

לאחר כחמש עשרה דקות של תנועה משולבת, מתקיים זיהוי של חיבור לפלנטה, יציבות וביטחון. כעת חל שינוי במבנה הכלי, הברכיים משוחררות, השדרה גמישה, המרכז חשוף והחלודה הוסרה מהמפרקים. ההתנגדות הטבעית פוחתת. בעת שהכלי מוכן ומוליק, מתאפשרת הזנת הדלק המרכזי שהוא הנשימה המודעת.

המשאבה, התמרת אור לאנרגיה

נשימת הישרדות מול טרנספורמציה. ברירת המחדל הפיזיולוגית במרחב האורבני מוגדרת כנשימת הישרדות, קצב תדר מהיר, שטחי ומקוטע, המגיע בקושי עד לשערי הגרון. מכניקה פגומה זו משאירה את מערכת העצבים בעמדת עבודה קבועה של מתח סימפתטי. הזרם המופק במצב זה מספיק אך ורק לתחזוקת קיום פיזי בסיסי של המכונה. חסרים בו הלחץ האטמוספרי והעוצמה הדרושים לחולל שינוי פאזה נוירולוגי או דחיסה של שדה התודעה.

לשם העלייה בסולם הרקיעים, נדרשת המרה, הפיכת הריאות למשאבה הידראולית עוצמתית.

במישור הנוירוביולוגי, המשאבה מפעילה שני מעגלים במקביל. המעגל הראשון הוא הנשימה עצמה. הקצב האיטי והמכויל משדר לעצב הוואגוס פקודה להשתלט על המערכת הסימפתטית ולהוריד את מנגנון ה'הילחם או ברח' מעמדת הפיקוד. המעגל השני הוא עצירת הנשימה. הצבר מבוקר של הפחמן הדו-חמצני בזרם הדם מאלץ את כלי הדם במוח להתרחב ומרחיב את הצנרת שדרכה עובר הזרם. שני המעגלים נפגשים בחומרה, ופעולתם המשולבת היא שמחוללת את שינוי הפאזה.

זו אינה הרפיה, זו עקיפה של הטייס האוטומטי ברמת החומרה. הדומיננטיות של גלי הבטא, תדרי סטרס ההישרדות, נחלשת, ותדרי האלפא עולים לפיקוד. אלו התדרים שבהם המציאות ניתנת לקידוד מחדש.

בטכניקה זו, מתבצעת התייחסות לאוויר כאל אנרגיית חיים גולמית המוזרמת לכלי, מעבר לחמצן טכני בלבד. על פי אקסיומת היסוד הקובעת כי אין אור אלא בכלי, הנשימה מהווה את הזרם, והכלי שהוכן והוארק מהווה את הכבל המוליך אותו.

אַרְבַּעַת שְׁלָבֵי הַמְשָׁאבָה, הַנְחִיָּה מַעֲשִׂית

המעבר לתרגול המעשי מתבצע דרך סנכרון ארבע פעולות הנדסיות, המרכיבות מחזור טעינה מלא.

תנאי הביצוע המקדימים: תרגול המשאבה מבוצע במנח פיזי יציב. הן בעמידה מוארכת בפתיחת רגליים ברוחב הכתפיים, והן בישיבה זקופה וסמכותית, בעמדת הבקרה עם גב ישר, ראש בהמשך לעמוד השדרה וידיים המונחות על הברכיים, בהתאם לתנוחה הנוחה והיציבה עבור החוליה ברגע התרגול.

העיניים עצומות ברוחב לאורך כל התהליך. חל איסור מוחלט על ביצוע התרגול מיד לאחר אכילה, ויש להמתין לפחות שעה לאחר ארוחה מלאה, או חצי שעה לאחר מנה קלה, כדי לשמור על משאבי זרם הדם במעבד המרכזי.

שלב א' - שאיפה (הזנת הדלק): מבוצעת כניסת אוויר דרך האף בצורה איטית, יציבה ושקטה. כניסה זו מכוונת ישירות אל מרכז הבטן. מתקיים דימוי של ניפוח בלון בתוך מרכז הכלי. פעולה זו מאפשרת את הרחבת המבנה וקבלת השפע האנרגטי.

שלב ב' - עצירה מלאה (הטמעה): שהייה עם ריאות מלאות, ברוגע, תוך הרפיית הכתפיים והלסת. מצב זה מהווה זמן של שקט ועוצמה פנימית, תוך דימוי של התפשטות האור ממרכז הגוף אל כלל האיברים, וטעינת כל תא ותא באנרגיה מחודשת.

שלב ג' - נשיפה (פינוי פסולת): שחרור האוויר באיטיות ובשליטה דרך הפה, המלווה בגרור עדין של רעש במיתרי הקול. הגרור הקולי מאט ומאריך את הנשיפה באופן סביל, ומדמה פליטת מתח, פחד והתנגדויות מבניות ישנות מתוך הכלי.

שלב ד' - עצירה בריק (מפגש עם הווילון): שהייה בריק מאוויר, המיושמת החל מדרגה 2 ומעלה בלבד. זהו רגע ה"אין", השקט שְׁקָדָם לבריאה. בצומת הולכה זה, הווילון נחווה כשקוף, והוא מהווה אילוץ הנדסי הכרחי לכיול מוליכות העל של החומרה.

לֵאט זײַה מײַהר - סולס הַדְרָגוֹת

קיימת חשיבות עליונה להבנה כי המחסום העיקרי בתהליך הטיפוס הוא חוסר סבלנות. ניסיון להתקדמות מהירה מדי במעלה הרקיעים עלול להוביל לתגובת הלם של מערכת העצבים, המתבטאת בסחרחורות או בעומס תחושתני. מערכת העצבים פועלת בדומה לשריר, והיא דורשת זמן אימון הדרגתי לשם הסתגלות למתח הגבוה המוזרם לתוכה.

יְצִיבוֹת הַמִּדְרָגָה: המעבר לדרגה הבאה מתבצע אך ורק בעת שהדרגה הנוכחית נחוות כנוחה, קלה וטבעית. רק כאשר הנשימה הופכת לנינוחה ונטולת מאמץ, מתאפשרת הרחבת הכלי לשלב הבא בסולם.



דרגה 1: הסתגלות וסנכרון

פרוטוקול הכיול, הנחיה מעשית - הקצב (4-2-4-0)

4 שניות שאיפה. 2 שניות עצירה מלאה. 4 שניות נשיפה. ללא עצירה בריק (0 שניות).

ההיגיון ההנדסי: בקצב זה, המפיק בדיוק 6 נשימות מלאות בדקה, מתקיימת תהודה נוירולוגית וקרדיאלית סביב מנגנון השתנות קצב הלב. תדר עבודה זה מייצר סנכרון פיזיקלי הרמוני בין מרכז התהודה בלב לבין יחידת העיבוד המרכזית במוח.

המטרה בשלב זה היא חינוך מחדש של מערכת העצבים לפעולה פאראסימפתטית יציבה, ללא עומס הריק על החומרה. הריק אינו נשמט כאן בטעות. הוא נשמר לדרגה הבאה ומתארך עם העלייה בסולם, עד שברקיע הרביעי הוא נשמט כליל והנשימה עוברת לזרימה רציפה. הריק הוא שדה אימון, לא יעד.

- **משך הפעולה:** תרגול רציף של 5 עד 15 דקות.
- **היעד הסופי:** החזקת הקצב האמור.
- **סימן המעבר:** השאיפה מגיעה לארבע השניות בלי להאיץ לקראת סופן, והעצירה בת השתיים מפסיקה להיות המתנה.

במסלול המעקף הבטיחותי, המקביל לדרגה זו הוא (4-0-4-0), כמפורט בפרוטוקול הבטיחות שבפתח הספר.

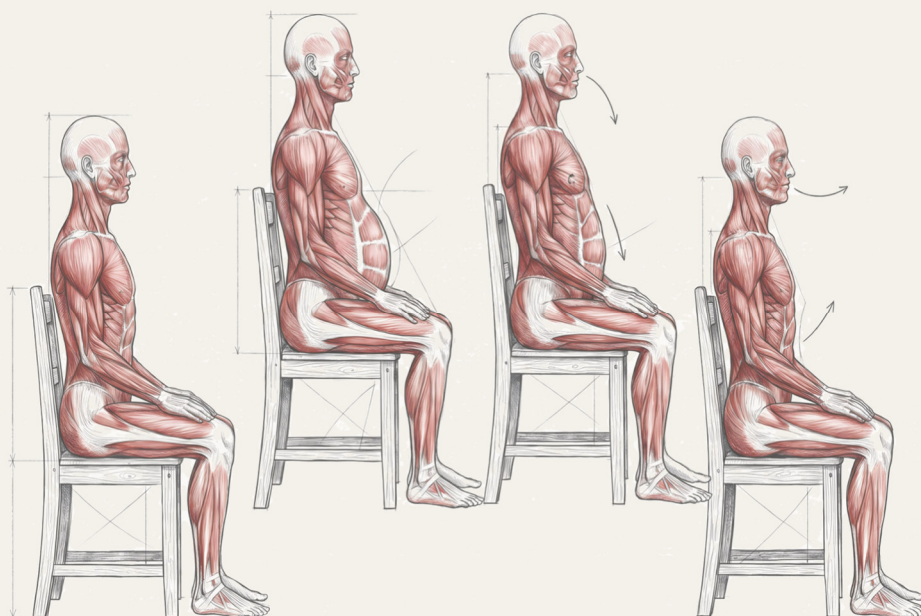
דרגה 2: עלייה והרחבת המיכל

פרוטוקול העלייה, הנחיה מעשית - הקצב (6-3-6-3)

6 שניות שאיפה. 3 שניות עצירה מלאה. 6 שניות נשיפה. 3 שניות עצירה בריק.

ההיגיון ההנדסי: בעת שדרגה 1 הופכת לטבע שני ומתקיימת בה נוחות, מבוצע לראשונה שילוב של עצירת הריק למשך 3 שניות. בשלב זה מתבצעת מתיחה ראשונית של הגבולות, וחיזוק יכולתו של המוליך העצבי לשאת את חוסר החמצן הזמני ללא כניסה למגננת סטרס.

- **משך הפעולה:** תרגול רציף של 5 עד 15 דקות.
 - **היעד הסופי:** החזקת הקצב האמור.
 - **סימן המעבר:** שלוש שניות הריק עוברות בלי שהסרעפת עולה לקראתן. הנשיפה מסתיימת והגוף שווה, במקום להיערך לשאיפה הבאה.
- במסלול המעקף הבטיחותי,** המקביל לדרגה זו הוא (6-0-6-0), כמפורט בפרוטוקול הבטיחות שבפתח הספר.



דרגה 3: הביסוס והעמידות

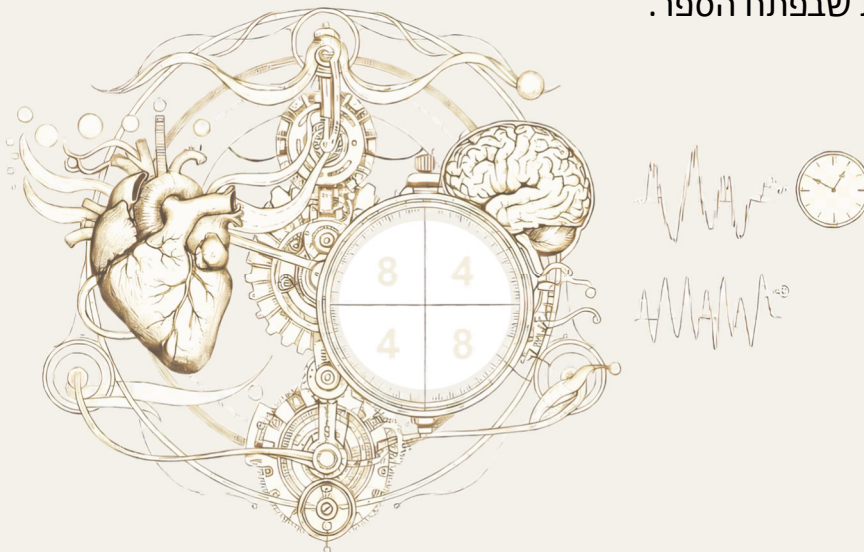
פרוטוקול הסנכרון, הנחיה מעשית - הקצב (8-4-8-4)

8 שניות שאיפה. 4 שניות עצירה מלאה. 8 שניות נשיפה. 4 שניות עצירה בריק.

ההיגיון ההנדסי: כאן מתקיים המפתח הפותח את השערים הגבוהים של התודעה. המטרה בשלב זה אינה סנכרון הרמוני רך, אלא כניסה לאימון עמידות עצבית וחיסול מוליכות העל של החומרה הפיזית. עצירת הריק הממושכת למשך 4 שניות מאלצת את הניורונים לפעול תחת עוררות הישרדותית גבוהה ללא איבוד מוליכות, ומכינה את הכלי לשאת את המתח הקיצוני של הרקיעים העליונים.

- **משך הפעולה:** תרגול רציף של 5 עד 15 דקות.
- **היעד הסופי:** החזקת הקצב האמור למשך כחמש עשרה דקות רצופות, ללא קושי או מאמץ.
- **סימן המעבר:** השנייה השלישית של הריק חדלה להיות נקודת ההחלטה. הרביעית מגיעה אחריה בלי שהתודעה נדרשת להחזיק דבר.

במסלול המעקף הבטיחותי, המקביל לדרגה זו הוא (8-0-8-0), כמפורט בפרוטוקול הבטיחות שבפתח הספר.



מפסק הבטחון

חלה חובה מוחלטת להבחין בין פניקת המוח ההישרדותי בעצירת הריק לבין אותות עומס יתר פיזיולוגיים קיצוניים. בשנייה השנייה של העצירה, כשהחמצן בתאים מתרוקן, המוח ההישרדותי בטוח שהוא טובע, ודחף הנשימה מכה בסרעפת כמו פטיש של חמישה קילוגרמים. אין זו חולשה מנטלית אלא פניקה של חומרה פיזית המזהה חנק קיומי, והיא תגובה תקינה ואינה עילה לעצירה.

בכל מקרה שבו מתעוררת במהלך התרגול סחרחורת חריפה, תחושת טשטוש או עמעום של עדשות הראייה, או נימול ועקצוץ פתאומי בגפיים ובשפתיים, הפרוטוקול נעצר מיידית, והחזרה לנשימה רגילה מבוצעת בהדרגה.

אותות אלו אינם "שומרי סף" שיש לנפץ בכוח הרצון, אלא התרעת עומס יתר של החומרה, המעידה על כך שמתח הזרם הנוכחי גבוה מכפי יכולת ההכלה של המוליך ברגע זה. ציות מיידי למפסק ביטחון זה הוא עדות לריבונות ולבטיחות הנדסית. המשך התרגול תחת אותות אלו מוגדר כהרס עצמי.

במקרה של עצירה, מיושם פרוטוקול הפריקה במלואו, כמפורט בפרוטוקול הבטיחות שבפתח הספר (עמ' 18). עיקרו עצימת עיניים רכה, שפשוף כפות הידיים עד להיווצרות חום והנחתן על העיניים, וצריכת מנת הארקה שומנית וצפופה כגון כפית טחינה גולמית או אגוזים מרוסקים, כדי לקבע את התודעה חזרה בחומר.

חותם הוילון

צליחת שומר הסף: השלמת השלב הראשון מהווה הישג משמעותי במסע. חוליות רבות נושרות בנקודה זו של רקיע הוילון. סיבת הנשירה אינה מורכבות הפרוטוקול, אלא באג נוירולוגי בסיסי בחומרה המודרנית, שכן מערכת העצבים מכוילת על מנגנון פידבק דופמינרגי מהיר ורעש קבוע. כאשר מאלצים את המכונה לשהות בדממה מול נקודה חסרת תנועה, המוח מזהה את היעדר התשומה התחושתית כמצב חירום ומשדר אותות של שעמום.

שעמום זה אינו מצב רגשי, אלא הניסיון של הטייס האוטומטי לכפות תנועה כדי להחזיר אותה לצריכת רעש. מי שנכנע לשעמום ומפסיק את הכיול אינו נכשל במבחן. הוא פשוט אינו ממשיך.

ההבחנה חדה. חוליה שטרם עמדה בתנאי המעבר עודנה בתוך הכיול, וחוליה שהפסיקה מחזירה את ההגה למנגנוני ההישרדות הנמוכים שמהם יצאה. השעמום הוא שומר הסף המרכזי, וצליחתו היא הפעולה המכנית היחידה שמסירה את החלודה מהמוליך.



שער המעבר

קיימת חובת שהייה ברקיע הווילון עד להתקיימות שני תנאים מבניים מצטברים, המבטיחים עלייה בטוחה לרקיע השני.

הסטיקה הגופנית (תנאי משותף לשתי התצורות):

יכולת שהייה במצב של דממה פיזית במשך 15 דקות רצופות, ללא תזוזה או הסחת דעת. למניעת קטיעה פתאומית ואלימה של הדממה על ידי צליל אזעקה צורם המנער את מערכת העצבים, מיושם טיימר שקט למשך הזמן הנדרש, כגון הבזק אור עמום או רטט קל בפרק היד.

הנשימה האוטומטית (מותאם לפי מסלול הכיול):

במסלול המשאבה הרגיל, ביצוע פרוטוקול דרגה 3 בקצב (4-8-4-8) באופן טבעי וללא מאמץ, כאשר הנשימה מתרחשת מעצמה ללא ספירה אקטיבית.

כדי למנוע את הלולאה הלוגית, שבה פעולת הספירה המנטלית צורכת משאבי מעבד ומחריבה את השקט, מיושם כיול באמצעות מחוון פיזי. מומלץ להציב בטווח הראייה שעון קיר מכני עם מחוג שניות רץ. מעקב עיניים פסיבי אחר תנועת המחוג על קווי השניות מאפשר לנעול את קצב הנשימה ללא ספירה מנטלית פעילה. בנוסף, רעש התקתוק המכני והמונוטוני של מעברי השניות מתפקד במעבד כעוגן אקוסטי צלול ומדיטטיבי, הממסך את רעשי הרקע הפנימיים ותופס את מקומה של דממה ריקה ומחטיאה.

במסלול המעקף הבטיחותי (עבור קבוצות הסיכון):

במסלול המעקף הבטיחותי, ביצוע (0-8-0-8) למשך 15 דקות רצופות, באופן טבעי וללא ספירה אקטיבית.

תִּשְׁתִּית הַמּוֹלֵךְ - חוֹק הַפְּנִיָּסָה

מרגע זה ואילך, וללא יוצא מן הכלל, אין כניסה לשום תרגיל בספר זה אלא לאחר ביצוע שתי פעולות הכנה. שתיהן נלמדו ברקיע הראשון, ושתיהן מהוות תנאי מוקדם מחייב לכל פרוטוקול שיוצג מכאן ועד סוף המסע.

הפעולה הראשונה היא שחרור החלודה:

אין זו הכנה, זו דרך חיים.

מרגע השלמת הרקיע הראשון, שחרור המפרקים והצירים מפסיק להיות תרגיל ונעשה שגרה. הוא מתבצע ביום שיש בו תרגול ובימים שאין בהם. הוא מתבצע גם כשאין כוונה לעלות בסולם. מוליך אינו נשמר במצב פתוח מפני שהוא נדרש לעבודה, אלא מפני שחלודה מצטברת מן הרגע שבו התנועה נפסקת, וכלי שהוזנח בין תרגול לתרגול מגיע אל התרגול הבא כשהוא זקוק לשחרור עמוק יותר מזה שהיה נדרש לו אילו הוחזק פתוח לאורך כל הדרך. פעולת הניקוי היא שמסירה את ההתנגדויות המבניות, ומאפשרת למתח לעבור דרך הגוף ללא הפרעה. חוליה שהפכה את הפעולה הזו לחלק מהיום שלה, כפי שהיא מצחצחת שיניים ואוכלת, אינה מתכוננת לתרגול, היא פשוט אינה חוזרת עוד למצב של כלי חסום.

הפעולה השנייה היא נשימת דרגה 3:

היא התווך שבו מתבצע כל תרגיל.

נשימת (4-8-4-8) אינה שלב שקודם לתרגיל, היא המצב שבתוכו התרגיל מתקיים. כל תרגיל בספר זה, בכל רקיע, למעט שחרור החלודה עצמו ולמעט פרוטוקול מניעת ההצפה של הבוקר, מבוצע כולו בתוך נשימת הרקיע, מתחילתו ועד סופו. במסלול המעקף הבטיחותי, התווך הוא (8-0-8-0), וכל האמור בחוק זה חל עליו במלואו. הקצב עצמו אינו קבוע לאורך הסולם. כל רקיע מוסר את הקצב שלו במקומו, והחומרה מתרחבת בהתאם. מה שאינו משתנה הוא החוק, התרגיל מתקיים תמיד בתוך הנשימה ולעולם לא לצידה. הנשימה אינה נפסקת כשהתרגיל מתחיל, היא ממשיכה לזרום תחתיו ומחזיקה אותו.

זו הסיבה שהרקיע הראשון דורש שהנשימה תתבצע באופן טבעי וללא מאמץ מנטלי אקטיבי, לפני שעולים בסולם. חוליה שנדרשת לספור את הקצב אינה יכולה בו בזמן לרכז את הלייזר בנקודה, לרנדר אובייקט, או לזקק מילה. התודעה תעסוק בספירה במקום בעבודה. רק כשהנשימה רצה מעצמה, מתפנה התודעה כולה אל התרגיל שמתקיים בתוכה.

הסדר המחייב הוא תחילה שחרור החלודה על הכלי הדומם, אחריו נכנסת הנשימה ורצה מעצמה, ובתוכה, ורק בתוכה, מבוצע התרגיל.

תרגיל המבוצע מחוץ לשני התנאים הללו אינו תרגיל חסר, הוא הזרמת מתח דרך מוליך חסום, והתוצאה אינה התעלות אלא עומס.

מי שהגיע לכאן כבר אינה אותה חוליה שפתחה את הרקיע. השקט שבתחילת הדרך דרש מאמץ ותשומת לב מתמדת, כעת הוא מתקיים מעצמו, ברקע, כמו נשימה שאינה נספרת עוד. הגוף אינו נאבק יותר בדחף לזוז, להיסח, או לבדוק את הזמן שנותר. הוא פשוט שוהה. אלו הסימנים שהווילון אכן דק יותר משהיה, לא חוויה דרמטית, לא הארה מסנוורת, אלא רווחה שקטה שלא הייתה שם קודם, תחושה של מי שהניח משא ולא זוכר בדיוק מתי הפסיק לשאת אותו.

תקציב ההפְעָלה – רְקִיעַ ראשון

מפרט המשאבים. הגעה אל תנאי המעבר המדידים מותנית בהקצאת משאבי זמן קבועה. אין קיצורי דרך, אך קיימת ריבונות בבחירת אופן ההקצאה. התקציב אינו מכתיב מתי מתבצע הכיול, אלא כמה זרם עובר בסך הכול.

תנאי משותף של חלון הדממה הדיגיטלית. תנאי זה חל על שתי התצורות כאחת. מבוצעת דממה דיגיטלית של 30 דקות מרגע היקיצה, ללא מסך, ללא קול, וללא ממשק עם מקור תדרים חיצוני. חלון זה חופף לפעולות השגרה ואינו מתווסף עליהן, מקלחת, לבוש, קפה והכנת היום מבוצעים כרגיל, בדממה. הזמן אינו נלקח מן הבוקר, הוא מוחזר לו.

רצפת מינימום, במקרה של בוקר שאינו מאפשר חלון מלא, מיושמת דממה של לפחות 10 דקות רצופות מרגע היקיצה. רצפה זו אינה מבטלת את הכיול, היא מאטה אותו. מוליך שנטען בחלון מקוצר מגיע לתנאי המעבר, אך במספר שבועות גדול יותר.

תצורה א' - טְעִינָה כְּפֹלָה	תצורה ב' - טְעִינָה סִינְגוּלָרִית	
עיתוי	בוקר וערב	בטווח הצמוד לפני השניה
הסרת החלודה	15 דקות	15 דקות
משאבת הנשימה	15 דקות	15 דקות
תדירות	פעמיים ביום	פעם אחת ביום
סך הכול ליום	60 דקות	30 דקות
משך כיוול משוער	4-8 שבועות	10-16 שבועות

שער החליפין: מחזור העבודה זהה בשתי התצורות, חמש עשרה דקות הסרת חלודה ואחריהן חמש עשרה דקות משאבה. מה שמשתנה הוא מספר המחזורים ביום. התצורה המפצלת את הטעינה לשני מחזורים מונעת מן הכלי להתקרר בין ההרצות, ולכן מגיעה לתנאי המעבר מהר יותר. התצורה המרכזת את הטעינה למחזור אחד תובעת פחות מן היום, ומשלמת בשבועות.

שתי התצורות מגיעות לאותו יעד. הבחירה ביניהן היא החלטה תפעולית של החוליה, ולא דירוג של מחויבות.

חלון ההזדמנויות: הרצת המחזור בטווח הצמוד לשינה מנצלת נקודת גישה ייחודית, שכן המגננה של הטייס האוטומטי מתרופפת לקראת השינה, ופקודות הכיול נטמעות ישירות בחומרה בזמן העיבוד הלילי. חלון זה אינו העדפה תפעולית. ברקיעים הגבוהים הוא זמן העבודה עצמו.

תצורה ב' בנויה כולה סביב חלון זה. בתצורה א', מחזור הערב הוא זה הממלא את התפקיד, ומכאן יתרונה במשך הכיול.

סדר ההרצה קבוע בשתי התצורות, תחילה הסרת החלודה על הכלי הדומם, ולאחר מכן המשאבה ונשימה לפי דרגת הכיול הנוכחית. היפוך הסדר מבטל את התועלת, שכן הזרמת זרם דרך מוליך שטרם נפתח מייצרת עומס במקום מוליכות. שלב הניקוי אינו הכנה לתרגול, הוא חלק ממנו.

הערת הריבון

התקציב הזה אינו מטלה המוטלת מבחוץ. הוא מפרט צריכה, כמו כל מפרט של מכונה הנדרשת לשאת מתח מעל לתכנונה המקורי.

הקצאה קטנה מן הנדרש אינה עונש ואינה כישלון. היא מאריכה את הדרך אל תנאי המעבר, וזו בחירה לגיטימית של מי ששולט בלוח הזמנים של עצמו.

מה שאינו אפשרי הוא דילוג על הכיול הפיזי ומעבר ישיר אל הנשימה. זה אינו קיצור דרך. זו הזרמה דרך מוליך סתום, ותוצאתה נמדדת בעומס ולא בהתקדמות. הזמן הזה אינו נלקח מן החיים. הוא הזמן שבו הכלי מפסיק לדלוף.

ההזמנה למים העמקים, שרשים לפני ענפים

עם התקיימות שני תנאי הסף, הסטטיקה הגופנית והנשימה האוטומטית, הכלי מהווה כעת קרקע יציבה והשורשים נטועים עמוק בתוך האדמה. מוליכות גבוהה זו מאפשרת הזנה במידע מזוקק. כעת מתבצעת עזיבה של היבשה הבטוחה של הגוף הפיזי, וכניסה אל המים העמוקים והסוערים של המחשבה והדמיון.

ברקיע השני, האתגר חורג מהתמודדות עם שעמום, והוא מתמקד בהשתלטות על הטייס האוטומטי המפוזר. המים העמוקים של התודעה מתאפיינים בסערה תמידית של מחשבות ודימויים. לשם חציית מרחב זה, חלה חובה להמיר את מוליכות העל החשמלית של הגוף לקוהרנטיות אופטית של התודעה. בדיוק כפי שמוליך על מבטל את ההתנגדות החשמלית לזרם, כך קוהרנטיות מנטלית מבטלת את פיזור האור, ומלכדת את פוטוני הקשב המפוזרים לקרן לייזר בודדת ומרוכזת, המבקעת את ים המחשבות ומפלסת נתיב צלול. הסטת הווילון בשלמותו מהווה את שער הכניסה אל המציאות האובייקטיבית.

הערת הריבון - קודקס הקריע:

זהו המרחב שבו הידע שעלה הופך לירושה. כאן נרשמות התובנות מתוך השקט, אותם הרגעים שבהם הוסרה המסכה, והמציאות נחשפה כפי שהיא באמת.

מוצע לתעד בכל רישום: התאריך, דרגת הנשימה הנוכחית, האות הפיזיולוגי או המנטלי שהופיע, והתובנה שעלתה ממנו.



פרוטוקול מתח גבוה



ספר זה אינו מתיימר להציל את האנושות. הוא מבחן ריסוק תודעתי.

הגוף שלך הוא מוליך. רוב האנשים חיים כחוליה - נקודת מעבר שמעבירה זרם הלאה בלי לייצר דבר משלה. הספר מציג פרוטוקול הנדסי, לא פילוסופיה: שבעה רקיעים, שכל אחד מהם מכייל את המוליכות שלך צעד אחד קדימה, עד שהחוליה הופכת למקור.

אין כאן הבטחה לנס ואין קיצור דרך. יש כיול מדוד, נשימה בסולם קבוע, וגוף שלומד לשאת מתח גבוה יותר ממה שהורגל אליו. מי שממשיך - ממשיך כי הגוף שלו דורש את זה, לא כי שכנעו אותו.

הפורטל פתוח. רשות הבחירה אם לחבר את הזרם נתונה לך.

$$U_{N-\bar{0}} = \frac{I_R + I_S + I_T}{\frac{1}{Z_R} + \frac{1}{Z_S} + \frac{1}{Z_T}} = \frac{0.87431.21}{\frac{1}{10} + \frac{1}{12 + j8} + \frac{1}{20 - j6}} = 4.24438.13V$$

