

כשכסף מפסיק להיות אויב: המסע מהישרדות לשפע פנימי

מאת בתשבע פורת

איך נולד הפחד מהכסף, למה אנחנו נאחזים בו כל כך, ואיך אפשר להפוך אותו לשותף תודעתי בדרך לחופש אמיתי.

יש רגע כזה, כמעט לכל אחד מאיתנו, שבו המסך של האפליקציה הבנקאית נפתח והלב מתכווץ. לא משנה כמה יש שם, התחושה היא אותה תחושה מוכרת: לחץ קל בבטן, דופק שמתגבר, ושורה שקטה של מחשבות שמהדהדות מתחת לכל המספרים:

“מה יהיה?”

“למה אני לא מצליח לחסוך?”

“איך שוב גלשתי מעבר לתכנון?”

התחושות האלה אינן רק תגובה למציאות כלכלית. הן שפה רגשית. הכסף, יותר מכל נושא אחר, נוגע בליבה של התודעה האנושית, במקום שבו זהות, ערך עצמי וביטחון נפגשים.

במשך יותר מעשור של עבודה עם מאות משפחות ועסקים, גיליתי דבר אחד ברור:

כסף הוא לא בעיה כלכלית. הוא תודעה רגשית.

ולכן, הדרך היחידה באמת לשנות את המציאות הכלכלית, היא להפסיק לדבר על מספרים ולהתחיל לדבר על בני אדם.

הילדות הכלכלית שלנו: מאיפה מגיע הפחד

היחסים עם כסף מתחילים הרבה לפני שיש לנו ארנק. עוד בילדות, אנחנו סופגים אינספור אמירות קטנות, “אין כסף”, “צריך לשמור ליום שחור”, “לא מדברים על כסף”, או להפך, “כסף זה קל, רק תחשוב חיובי”. האמירות האלו חורצות בנו נתיב תודעתי. הן יוצרות את “הסיפור הכלכלי הפנימי” שלנו, אותו סיפור שממשיך לפעול בבגרות בלי שנשים לב.

אחת הנשים שפגשתי סיפרה לי:

“בבית שלי, כסף היה נושא מסוכן. אמא הייתה בוכה בלילות, אבא היה צורח. היום, גם כשיש לי הכנסה מצוינת, אני לא מסוגלת להרגיש בטוחה. תמיד אני מרגישה שזה עומד להיגמר”.

זה לא עניין של רציונל. זה דפוס של מערכת העצבים. המוח שלנו מקשר כסף לביטחון, ואם בילדות הביטחון הופר, גם הכסף ירגיש מאיים.

כך נוצרים שני דפוסים נפוצים מאוד:

- יש מי שנאחז בכסף כבשסתום שליטה (“רק כשיש לי, אני רגוע”),
- ויש מי שנמנע ממנו לחלוטין (“כסף מלחיץ, אני לא רוצה להתעסק בזה”).

שני הקצוות האלה נולדו מאותו מקום, פחד.

פחד כלכלי הוא לא חולשה , הוא מנגנון הגנה

כאשר אני פוגשת אדם עם חרדה כלכלית, אני לא רואה בעיה. אני רואה מערכת הגנה מתוחכמת. המוח שלו מנסה לשמור עליו מפני תחושת חוסר שליטה. רק שהמנגנון הזה, שנועד להגן, הופך למלכודת.

הוא גורם לנו לפעול הפוך מהרצון שלנו: לעבוד יותר מדי, להתעייף, לצמצם את החלומות, להימנע מהשקעות, או להסתיר מבן הזוג כמה אנחנו באמת חוששים.

אחת המשפחות בתהליך סיפרה לי שהם שנים "לא הצליחו לסגור את החודש", למרות הכנסה גבוהה.

כשבדקנו לעומק, הסתבר שהם פשוט לא הצליחו לשבת יחד על תקציב.

לא כי זה "לא נוח", אלא כי עצם השיחה על כסף הפעילה חרדה רגשית.

ברגע שהם למדו לראות את החרדה הזו כרגש לגיטימי ולא ככישלון, משהו השתחרר. השיח נרגע.

המספרים התחילו להסתדר.

שורש הבעיה: בלבול בין ערך עצמי לערך כספי

חלק גדול מהכאב סביב כסף נובע מהבלבול הזה:

אנחנו חושבים שהכסף הוא מדד לערך שלנו.

אבל הכסף הוא לא "עלינו", הוא רק מראה איך אנחנו מתייחסים לעצמנו.

הערך העצמי שלנו נמדד באהבה, בכנות, בנוכחות.

אבל אנחנו חיים בתרבות שבה ערך מתורגם מיד למספרים.

אם אני מצליח, אני שווה. אם אני במינוס, אני לא מספיק טוב.

האמונה הזו חודרת עמוק, ומשם היא מתחילה לנהל אותנו: נבחר עבודה מתוך פחד, נרצה להרשים, נסתיר טעויות, נאבד קלות שמחה.

המעבר מתודעת ערך לתודעת כסף הוא החטא הקדמון של המערכת הכלכלית המודרנית.

והתיקון, הוא פנימי, לא חשבונאי.

שפע הוא לא מצב חשבון, הוא מצב תודעה

יש אנשים עם מינוס בחשבון ופלוס בלב, ולהפך.

כי שפע הוא לא מספר, הוא תחושת יכולת, אמון, ונוכחות.

כשאדם חי בתודעת שפע, הוא לא בהכרח מבזבז יותר, אלא מרשה לעצמו לחיות מתוך ביטחון פנימי.

הוא יודע שהערך שלו לא תלוי ביתרה. הוא יודע שכסף הוא תוצאה, לא תנאי.

זה משנה הכול: ההחלטות הופכות שקטות, הבחירות בהירות, והיחסים עם העולם רכים יותר.

הבסיס התודעתי לשפע הוא הקשבה.

שפע לא נוצר כשאנחנו דורשים, הוא מגיע כשאנחנו מוכנים לקבל.

ולקבל, זה לא "לקחת", זה להסכים להיות ראויים.

עדות מהשטח: איך שינוי תודעתי משנה מציאות

במהלך השנה האחרונה ליוויתי אישה בת 42, אם חד-הורית, שעבדה בשלוש עבודות והייתה משוכנעת שאין דרך אחרת.

“אם אפסיק לעבוד, נקרוס,” היא אמרה לי. אבל מאחורי המשפט הזה הסתתר פחד אחר, פחד להרגיש שהיא לא שווה אם היא לא “נותנת כל הזמן”.

לא עבדנו על מספרים. עבדנו על ערך. על אמונה שהיא ראויה לשקט גם בלי להוכיח. כעבור שלושה חודשים, היא עזבה עבודה אחת, העלתה תעריף בשנייה, וההכנסה שלה דווקא עלתה.

אבל הדבר האמיתי שקרה היה בפנים:

“הפסקתי לפחד שהכול ייעלם. אני מרגישה שיש לי גב, בתוכי”.

זה לא קסם. זו תודעה חדשה שמאפשרת לכסף לנוע בחופש.

מה שמנהל אותנו, ומה אנחנו בוחרים לנהל

רוב האנשים חושבים שהם “מנהלים כסף”, אבל האמת הפשוטה היא שברוב המקרים הכסף הוא זה שמנהל אותנו.

לא במובן של מספרים, אלא במובן של תודעה. אנחנו מתכננים, חוסכים, עובדים קשה, אבל בתוך התת-מודע יושבים פחדים ישנים שמושכים את החוטים:

פחד להחמיץ, פחד שלא יהיה, פחד לאכזב.

הפחדים האלו מייצרים החלטות אוטומטיות:

אנחנו מסכימים לעבודה שלא מתאימה לנו כי “זה יציב”,

קונים משהו יקר כדי להרגיש לרגע ראויים,

או נמנעים מהשקעה שיכולה לשנות את חיינו רק כי “זה לא הזמן הנכון”.

וכך, בלי לשים לב, הכסף הופך למדד של אומץ.

לא כמה יש, אלא כמה אני מוכן להרגיש.

אחד הגברים שפגשתי, בעל עסק ותיק, אמר לי:

“אני מרוויח טוב, אבל כל פעם שאני רוצה לגדול אני קופא. אני ישר שומע בראש את אבא שלי אומר, תיזהר, תישאר קטן”.

המילים האלה נחרטו בו כל כך עמוק, שהן ניהלו את כל ההחלטות שלו גם 30 שנה אחר כך. כשעבדנו יחד, הוא גילה שהוא לא צריך עוד קורס שיווק, הוא צריך ריפוי פנימי מול הקול הזה. העסק שלו צמח, אבל יותר מזה, הוא הרגיש חופשי לראשונה.

המוח הפיננסי שלנו: איך הוא עובד באמת

הפסיכולוגיה של כסף מלמדת שהמוח הכלכלי שלנו מתנהג בדיוק כמו מערכת יחסים רגשית. כשאנחנו נבהלים, הוא מתכווץ. כשאנחנו מרגישים ביטחון, הוא נפתח. מדעי המוח מראים שכאשר אדם חושב על כסף, **אותם אזורים במוח** שמופעלים במצבי איום, נדלקים. כלומר, השיחה על כסף מפעילה את מערכת ההישרדות, ממש כמו סכנה פיזית. הגוף מגיב, ההיגיון נסגר, והחלטות כלכליות הופכות רגשיות לחלוטין. זו הסיבה שאנשים חכמים, משכילים ורציונליים יכולים לקבל החלטות כלכליות גרועות, פשוט כי מערכת העצבים שלהם דרוכה. הם לא טיפשים. הם פוחדים. אבל אפשר לאמן את המוח להגיב אחרת. כשאנחנו מתייחסים לכסף **לא כאיום אלא כהזמנה להבנה**, מערכת העצבים מתחילה להירגע. השיח הפנימי משתנה, ומופיעה תחושת ביטחון, לא מהמספרים, אלא מהנוכחות.

עדות נוספת: כשהתודעה משנה את השפה

זוג בשנות הארבעים לחייהם הגיע אליי בתחושת תקיעות: הוא עובד בהייטק, היא עצמאית. הכנסה גבוהה, אבל "אין שקט". בכל חודש, אותו לחץ, אותו מתח. כשנכנסנו לעומק, התברר שכל שיחה על כסף נגמרה במשפט שלו: "עזבי אותי מזה, זה מלחיץ אותי". וכשהוא אמר "מלחיץ", הוא התכוון בעצם ל"מאיים על מי שאני". אחרי כמה מפגשים של שיח תודעתי, לא כלכלי, הם החליפו את המשפט הקבוע. במקום "עזבי אותי מזה", הוא התחיל לומר: "אני מרגיש לחץ, בואי נדבר רגע". השינוי הקטן הזה היה **המהפכה הגדולה**. הם לא רק הצליחו לנהל תקציב, הם התחילו להקשיב אחד לשנייה באמת. "היום אני מבינה שכשהוא סגר את השיחה, הוא לא ניסה לברוח ממני, הוא ניסה לברוח מהפחד שלו", סיפרה לי אחר כך. "וברגע שהבנתי את זה, יכולתי להיות שם איתו, לא נגדו". השפה הכלכלית הפכה לשפה של אהבה. והמספרים? הם הסתדרו מעצמם.

השיעור הסמוי של כסף: לנשום בתוך חוסר הוודאות

כסף מאלץ אותנו לפגוש את מה שאנחנו הכי מנסים לברוח ממנו, **אי־וודאות**. אין אף אדם בעולם שיכול לדעת כמה ירוויח בעוד שנה, מה יקרה לשוק, או מתי תבוא הוצאה לא צפויה.

אבל המוח שלנו מחפש ודאות, ולכן נולד המתח.

כשאנחנו לומדים לנשום בתוך חוסר הוודאות, משהו משתנה.

השליטה מתחלפת באמון.

הדחיפות נעלמת, ומופיעה תחושת תנועה טבעית, מה שאני קוראת לו "הפלוס הפנימי".

זה לא אומר לוותר על תכנון או אחריות.

זה אומר לפעול מתודעה אחרת: אני מתכנן, אבל לא מתוך פחד.

אני חוסך, אבל לא מתוך חרדה.

אני מבקש, אבל לא מתוך חוסר.

באותו רגע, **הכסף חוזר להיות משרת, לא אדון**.

התודעה החדשה של שפע: מאגו לקהילה

העולם הישן לימד אותנו ששפע הוא אישי, "אני אצליח", "אני אשיג", "לי יהיה".

אבל בתודעה החדשה, שפע הוא **תדר קולקטיבי**.

ככל שיותר אנשים סביבנו חיים בתודעה של נתינה, שקיפות ושותפות, השפע זורם לכולם.

הכסף הוא כמו מים: הוא מחפש תנועה.

כשאנחנו מחזיקים בו מפחד, הוא נעצר.

כשאנחנו מניעים אותו מתוך לב פתוח, הוא חוזר, מתרבה, משתנה.

אחת ההוכחות לכך היא עסקים שעובדים בגישה קואופרטיבית או מבוססת קהילה.

הם אולי לא הכי נוצצים, אבל לאורך זמן, הם שורדים יותר, נאמנים לעצמם, ויוצרים השפעה חברתית אמיתית.

הם מבינים שכסף הוא לא יעד, הוא דלק לתודעה משותפת.

חמלה כלכלית: הצעד הבא באבולוציה של אחריות

הרבה אנשים מדברים היום על "אחריות כלכלית", אבל אני מאמינה שהשלב הבא הוא **חמלה כלכלית**.

זה אומר להביט על עצמנו, ועל אחרים, בלי שיפוט.

לא כל מי שמתקשה כלכלית "לא יודע להתנהל". לפעמים הוא פשוט נושא סיפור רגשי עמוק יותר.

כשאדם מחבק את עצמו ברגע שבו הוא נכשל, במקום לבקר,

הוא פותח בתוכו מקום חדש לשינוי.

שם מתחילה האחריות האמיתית: לא במקל, אלא ברוך.

ברגע שאדם מרשה לעצמו לטעות מבלי לשנוא את עצמו,
הוא כבר לא שבוי של פחד, הוא יוצר.
היציירה, כמו שפע, לא נולדת משליטה, אלא מאהבה.

לחיות בשלום עם הכסף שלך

אחד המשפטים שאני חוזרת עליהם שוב ושוב למטופלים הוא:
“כסף לא אוהב דרמה”.

הוא לא נמשך ללחץ, לא להגזמה, לא לדרישה.
כסף אוהב יציבות, אמת, נוכחות.

כשאנחנו מפסיקים להשתמש בו כדי להוכיח משהו, הוא נרגע.
כשאנחנו מפסיקים להסתיר, הוא חוזר לזרום.

וכשאנחנו מתייחסים אליו לא כאל אויב אלא כאל מורה, הוא מתחיל ללמד אותנו על עצמנו.

וזו אולי המתנה הגדולה ביותר של כסף:

הוא מביא אותנו אל האמת.

האמת על מה שמניע אותנו, על מה שאנחנו באמת צריכים, ועל מה שאנחנו עוד לא העזנו לבקש.

לסיום: השקט שאחרי השפע

שפע אמיתי לא מרעיש.

הוא לא בא בצעקות של “תראו כמה הצלחתי”, אלא בשקט עדין של לב רגוע.

הוא לא נמדד במותגים או בנסיעות, אלא בתחושת ביטחון פנימית עמוקה:

אני מספק. אני נוכח. אני שייך.

זה השלב שבו אנחנו מפסיקים לרדוף אחרי כסף, ומתחילים להיות כסף.

לא במובן הפיזי, אלא במובן התודעתי: אנחנו הופכים לכלי שדרכו אנרגיית השפע נעה בעולם.

וכשאנחנו חיים כך, כל פעולה, תשלום, קנייה, נתינה, הופכת לפעולה של מודעות.

אין יותר “מינוס” או “פלוס”. יש תנועה אחת מתמשכת של למידה, גדילה, ואהבה.

בתשבע פורת

מאמנת ויועצת מובילה לכלכלת המשפחה ועסקים, מפתחת שיטת הפלוס הטבעי

שמשלבת כלכלה התנהגותית, תודעת שפע ותקשורת רגשית,

ומובילה אנשים ליחסים חדשים עם כסף, לא של פחד ושליטה, אלא של שקט, אמון ואמת.
