

"להחליף תוכנה" זה כל הסיפור

רן טוקר: "יש תקווה למי שרוצה לעשות שינויים בחייו. כמו שניתן להחליף תוכנה במחשב, אפשר גם אצל בני אדם... זה יותר מורכב ומסובך, אבל זה בדיוק אותו עיקרון!"

הגוף האנושי תנאים מיטביים, ובדרכים "ירוקות" לחלוטין. הצורך ללמוד ולהתפתח הניע את רן לבדוק ולהבין לעומק למה אנשים חושבים, מאמינים ומתנהגים כפי שהם מתנהגים. הוא הקדיש זמן רב להכרת תחומי: תקשורת בינאישית, פסיכולוגיה, דפוסי התנהגויות, תודעה ויצירתיות, עבודה עם התת מודע, "שיטת סילבה", NLP, EFT, פסיכוקוירנטיקה ועוד.

אנו חיים במציאות משתנה

רן: "אחת מהתובנות שלמדתי היא שההתנהלות שלנו כבוגרים תלויה בעיקר במה שספגנו מהסביבה, ובמיוחד בשנות חיינו הראשונות במסגרת: משפחה, חברים, מערכת החינוך, תקשורת, ספרים וכד'. הכול נקלט ומאוחסן בתת המודע שלנו ונשלף כל הזמן באופן לא מודע, בכל סיטואציה שמתרחשת בחיינו. מסתבר שהרבה מהאמונות הנוכחיות שלנו אינן שלנו בכלל... קיבלנו אותן בילדותנו, ובמקרים רבים הן לא מתאימות למציאות של היום. מתוך לימודי המגוונים

למדתי שיש תקווה גדולה לכל מי שרוצה להתפתח ולעשות שינויים בחייו. אם מבינים את המנגנונים של התת מודע, אפשר באופן דומה אבל יזום וחיובי, ליצור שינויים בחיים, ולהפוך את תוצאות פעילותנו או התנהגותנו בתחומים שונים לתוצאות הרצויות לנו. בהקשר הזה, נחשפתי לתגלית מדעית חשובה מאד שהולידה טכניקה חינוכית, מעשית, פשוטה וקלה ללימוד ע"י כל אחד שנקראת EFT. "טכניקות לשחרור רגשי" (Emotional Freedom Techniques). היא מתאימה לנושאים שונים הן בריאותיים



והן נפשיים. אני עובד כבר תקופה עם השיטה הזו, וגם מלמד אנשים אחרים איך להשתמש בה".

רן מתייחס לעזרתו לתלמידים וסטודנטים, בהתמודדות עם אתגרים שונים כמו: מתח, לחץ, לקוי למידה, הפרעות קשב ריכוז כאל שליחות. רן: "תוך כדי הפעילות העסקית שלי גיליתי שהדבר שאני הכי נהנה לעסוק בו מעבר למשפחה, זה לסייע לאנשים לזהות מה הם באמת אוהבים ורוצים לעשות "כשהיו גדולים", לתת להם כלים תודעתיים ומעשיים איך עושים את זה בפועל, בלי "להשתגע" ולשבש את החיים לגמרי. חשוב שנוכיר לעצמנו שאנו חיים בזמנים משתנים. האמיתות של אתמול שונות מהמציאות של היום. לעידן המודע ולפריצות הדרך הטכנולוגיות של המאה ה-21 יש השפעה מכרעת על חיינו. יש אפשרות כיום יותר מתמיד ליהנות מתוחלת החיים ארוכה, שיש בה בריאות טובה ואיכות חיים משופרת. אז אם לא עכשיו מתי?"

<http://www.back-to-nature.co.il>

מירה ניר

רן בן ה-40 הוא איש צעיר יחסית, אך כבר לא ילד. סיפור חייו מכיל תהפוכות רבות שהוא לא צפה אותן, וההתמודדות איתן לא תמיד היו מעוררות. רן: "היום אני נמצא ב'מקום' טוב ומספק. אני גם בבוקר עם חיוך, שמחה ואנרגיות לעשייה. כדי לעשות את השינויים הנדרשים בחיי גייסתי את כל כוחותי וכישורי, נעזרתי באשתי אורית ובעוד אנשים טובים שלמולי נקרו בדרכי. גדלתי במושב בית זית ליד ירושלים. עסקנו בחקלאות ובאירוח נופשים. הוריי הקפידו לחנך אותנו על ערכי יסוד כגון חריצות, יושרה, עבודה קשה, משפחיות, דאגה לזולת, הסתפקות במועט, סלידה ממסחר וכספים וכד'. תמיד חשבתי ופעלתי קצת שונה ממה שהיה מקובל במשפחתי. למדתי ביולוגיה ומתמטיקה במקום מקצוע "מעשי". התגייסתי לשריון במקום לחיל האוויר. אחרי הצבא הלכתי לפקולטה לחקלאות להתמחות בתחומי הנוי, חממות ובתי צמיחה. תוך כדי הלימודים, התגלה לי שאני סובל מליקויי למידה שהקשו עלי מאד.

בזכות האבחון וההתחשבות, הפכתי מ"שורד" למצטיין. בנוסף, לימדתי את עצמי שיטות ואסטרטגיות לימוד יעילות ולא שגרתיות, כדי להכניס מידע לתת מודע".

לרן התברר עד מהרה שהוא אוטודידקט או "סטודנט נצחי בכוחות עצמו" שמסוגל ללמוד לבד כמעט כל דבר. הוא סיים תואר ראשון, נישא והחל בהקמת משפחה. בו זמנית עבד כאגרונום בתפקידים שונים וגם החל תואר שני. המשפחה התרחבה והצרכים גדלו, ותחושת השחיקה והתסכול לא הרפו ממנו. רן: "הרגשתי

צורך ממשי בשינוי. החלטתי להפוך מאגרונום למתכנת. במהלך קורס הסבת האקדמאים, בועת ההייטק התפוצצה ולא מצאתי עבודה. לאכזבתי הגדולה נאלצתי לחזור לחקלאות. ההתמודדות עם חוסר ההצלחות והשינויים לא היתה פשוטה. בינואר 2002, חבר אגרונום חיבר אותי לחברת מחקר ופיתוח יפנית בשם "ניקן". הפעילות העסקית השיווקית שהוצעה לי הייתה מגוונת וקשורה לאנשים. מבחינה כלכלית החברה מחפשת אנשים טובים עם ראש גדול ופתיחות ללימודה, ומתגמלת אותם כספית בנדיבות, בהתאם לערכם האמיתי. הבנתי שיש כאן אפשרות לקריירה. אורית ואני היינו מאד ספקנים וצינייים כלפי מה שהוצג לפנינו, לכן עשינו תחקיר מאד מעמיק ומדעי לפני שנכנסנו לתחום. זה היה לפני 7.5 שנים, התחברנו לחברה, הקמנו עסק משלנו מהבית, יצרנו סביבתו קבוצה והיום זה העסק העיקרי שלי. מדובר על קריירה עם הבטחה להצלחה. אנו מתעסקים בניקן עם "חזית המדע" בתחום הבריאות: מחזירים את הטבע ומשאביו אל הבית, ויוצרים עבור