



יצחק מזרחי

איך להתמודד עם חלומות?

ישנם מספר מאוד נפוץ של חלומות החוזרים על עצמן ומופיעים אצל מספר רב של אנשים חלומות הם בדרך כלל הרצונות, הפחדים התסכולים וכל הדברים המודחקים של אותו אדם חשוב לזכור כי כאשר אנו חולמים התת מודע מנסה לעורר את תשומת הלב שלנו ורצוי כי לא נתנגד לחלום, עלינו לזהות את הדמויות או הסימנים המופיעים בחלום לקבל אותם בהבנה ולא בפחד.

חלומות עשויים להופיע בכל צורה ולהשתמש בכל סמל או קו סיפורי שניתן להעלות על הדעת. הרגש והבנת הסמלים חשוב להבנת משמעות החלום ולפתרון, על מנת לפרש חלום ראשית עלינו לכתוב בפירוט רב ובצורה מלאה את כל מה שזכרים מהחלום ולאחר מכן להכין רשימה של כל הסמלים שזיהיתם בחלום ולצידם את המשמעות של הסמל.

לעתים אנו מגלים בחלום תשובות שלא היינו רוצים לשמוע למרות שבתוך עצמנו ידענו שכך צריך להיות או לעשות, לפעמים נקבל אזהרה כל שהיא על דיכוי של העצמי שלנו ולפעמים נקבל פירוש של רצון מאד גדול שלנו לדבר מה לכן חשוב לפרש כמה שיותר מן הסמלים הבולטים להבין את רצף החלומות ובאיזה תקופות אנו חולמים אותם.

לכל דימוי בחלום יש מסר סימבולי, אלה המפחידים ביותר הם דימויי הפחד, יש פחדים שנרכשו בילדות שדוכאו במהלך השנים והם עולים להם בחלום או במצב של מדיטציה חשוב לזכור כי פחד הוא צורת מחשבה שלילית וכאשר אנו לוקחים את כוחם לא תהיה להם כל השפעה עלינו והחלום יעלם.

לרוב אנו פוחדים מן הלא נודע או הלא מובן וכל פחד מייצג מחסום ליופי האמתי שלנו ולהווייה הרוחנית הפנימית, עלינו לקבל את הדימויים שמפחידים אותנו מאחר והם חושפים בפנינו חשיבה מוגבלת ועלול לעקב את התפתחותנו.

ניתן ללמוד הרבה מהחלומות שלנו ולכן מומלץ לנסות ולהבין את המסר בחלום גם אם הוא נראה לנו מפחיד, לא תמיד זה כך במציאות.

הכותב: הקבליסט יצחק מזרחי

יועץ אישי/עסקי על פי ספר הזוהר

www.p-kabbalah.co.il חפשו בגוגל: יצחק מזרחי - קבלה מעשית

טלפונים: 09-7442044 או 052-3250791



מה חשוב לעשות בפרישה לגמלאות? כתבה שלישית בסדרה

הכותב: פיטר הוד - מומחה לתכנון פיננסי, ביטוח ופרישה.

פרישה לגמלאות יכולה להיות מצד אחד אירוע משמח ומצד שני אירוע רב מפגעים. על מנת להישאר בחלק השמח של הפרישה להלן כמה טיפים:

סדר בהוצאות החדשיות – אם לא תדעו מה היא ההוצאה החדשית שלכם איך תדעו איזו קצבה חודשית אתם צריכים? חשוב שתכתבו את כל ההוצאות שלכם היום ברמה חודשית כדי לקבל מודד (פלוס מינוס) כמה אתם מוציאים כל חודש. שימו לב אם אתם פורשים ממקום עבודה שסיפק לכם טלפון, מחשב, רכב, ביגוד, אוכל וכו' קחו בחשבון שסביר להניח שתצטרכו לקנות את המוצרים האלה לבד וזה מצריך תקציב.

• **סדר בתכניות פנסיוניות** – סדר בתכניות הפנסיוניות נועד כדי לתת תמונת מצב עדכנית של מה שצברתם עד היום ואמור לשמש אתכם מהיום. ניתן לממש את התכנית הפנסיונית כקצבה או כסכום חד פעמי. כאן זה הזמן גם לעדכן מוטבים, להתאים מסלול השקעות, לבחון ביצועים ותשואות, לאחד קופות זהות וכדומ'.

• **לקבע מקדם המרה לקצבה** – אם אתם בני 60 ויש לכם קרן פנסיה או קופת גמל באפשרותכם להעביר את כספכם לקופת ביטוח (ביטוח מנהלים) ולקבל (לקבע) מקדם המרה לקצבה כבר בגיל הזה. אפשרות זו לא קיימת בקרנות הפנסיה ובקופות הגמל, היא קיימת רק בביטוחי מנהלים ולכן חשוב לשקול מהלך זה אם אתם כבר בגיל 60 או יותר.

• **תעשו שופינג** – רוצים לקבל קצבה חודשית גבוהה? תפנו לכל חברות הביטוח ותבדקו כמה קצבה תקבלו אם תיתנו להם את הכסף שלכם. מי שיעזר לכם הכי הרבה סביר להניח שיוזכר לקבל את כספכם למטרות קצבה.

• **לקבע זכויות** – התחלתם לקבל קצבה? אתם יכולים לבקש ממס הכנסה פטור על הקצבה על ידי קיבוע זכויות (מבוצע באמצעות טופס 161ד) הפטור שתקבלו מתחשב במענקי הפרישה הפטורים שמשכתם ב-32 שנות עבודתכם האחרונות אך בכל מקרה הפטור הוא לא פחות מ-14% מתקרת הקצבה המזכה (8,360 לשנת 2017).

• **בעל שליטה** – יכול לקבל פנסיה תקציבית מהחברה, כן לא טעיתי פנסיה תקציבית לבעלי שליטה אפשרית. על ידי קבלת פנסיה תקציבית מהחברה שלכם אתם בעצם מפחיתים את תשלום המס על הכסף שלכם (דיבידנדים).

• **לקנות פנסיה** – רוצים לקנות פנסיה? אתם יכולים, תיקון 190 לפקודת מס הכנסה מאפשר לכם לקנות פנסיה פטורה ממס ללא תקרה.

אולי חלק מהדברים כאן נראים לכם טריוויאליים, אך פורשים רבים מוצאים את עצמם חסרי אונים בכל הקשור לפרישה, פנסיות וזכויות שמגיעות להם. תכנון וליווי לפרישה יכולים להקל על המעבר מעולם העבודה לעולם הפרישה.

בכתבה הבאה: את בת 62 וצברת 70% בפנסיה? חשוב שתקראי את זה!

052-6467605

אתר: www.hod-group.co.il

כתובת המשרד: תעשייה 21 רעננה.