

人類を癒すライブ瞑想 9月14日版 by マイケルJ.ローズ

これから人類を癒す瞑想をします。

12時間前にもしましたが、数千人が参加してくれました。とても感謝します。

私たちは危機的時代にいます。悪い危機ではありません。私たちはもっと意識的になる必要があるのです。

私たちには人生の舵をとる能力があります。長い間、海をみても煩わされることはありませんでしたが、これから、進む方向を変えます。愛と光と平安の方向へ。人類を敬うものです。この瞑想で、することです。

あなたに気づいてもらいたいのは、あなたは人生のあらゆる瞬間に、あなたの人生のあらゆる瞬間の中身と方向を作っていることです。

私たちは創造主です。あなたが創造するとき、全ての人類に触れることになります。

身体を使ってやります。あなたは人間だから。違う個性をもち、違う身体をしてる・・・それは幻想にすぎません。それは私たちのするゲームの一部です。

ですが、あなたは人類です。この瞑想に欠かせない存在です。

あなたは、地上の生命・人生をよりよいものに変えることができます。

チャクラを通っていきますが、知っておいてほしいこと・・・皆さん、チャクラが何かを知っていると思いますが・・・チャクラは回転するエネルギーです。見ることはできませんが、色があります。

車輪のように見るかもしれません。いつも、垂直です。あるいは輝いている、かまいません。いずれにしろ、あなたのチャクラは、チャクラ自身の働きをしているからです。

理解しようとするのはやめてください。ただともにいてください。海の中を進むときも、海を理解しようとしなないことです。

あなたは人類です。深く呼吸しましょう。

肩や背中をリラックスさせましょう。座ってする方が好ましいですが、横になってする人もいます。眠りにおちないことです。

リラックスします。

この瞑想は、意識して想像することです。

私たちは創造主です。想像することで、作り出しています。

ですが、大抵は、潜在意識的です。潜在意識的であるなら、好ましい現実を創ることになりません。ですから、意識して、します。

意識して、ピンクの癒しのエネルギーを吸い込みます。ピンクは普遍的に癒しの色です。

違う色がいいなら、そうしてください。

ピンクの癒しのエネルギーを吸い込みます。

意識して、ピンクのエネルギーを左脳に入れます。

左脳は穏やかに、静かになり、リラックスします。

思考を手放しましょう。頭のおしゃべりがゆっくりになります。エネルギーが入ると、左脳は、穏やかになり、静かに平安になります。

想像しましょう。意識してピンクのエネルギーを右脳に入れます。右脳は刺激を受け、エネルギーッシュに、活発になります。左脳は静かで平安に、右脳は活気にみちます。感じられません。想像しましょう。

左脳と右脳が、お互いに近づき、融合し一つの全脳になります。

全脳になるとバランスがあります。左脳と右脳のバランスが必要です。

二つの脳の間には、松果体があります。発達し、成長する必要があります。

旧石器時代は、豆粒ほどの大きさでしたが、今では米粒ほどに小さくなってしまっています。意識して、癒しのエネルギーを松果体にいれ、刺激し、活性化させると、成長します。

このことを毎日してください。毎朝起きた時と、毎晩、寝る前に、左脳と右脳にバランスをもたらす、松果体を刺激する、活性化するのです。

このふたつのエクササイズが、あなたの人生を決めるからです。脳のバランスが特に必要です。

ピンクのエネルギーを目の奥に入れます。

鼻腔から副鼻腔、鼻の奥まで、エネルギーで満たします。

口の中、くちびる、歯、はぐきへ。

内耳へ、頭全体がピンクの癒しのエネルギーで満たされます。

喉へ、食道から胃へ。

消化器系全体を、エネルギーで満たします。排泄器系全体をエネルギーで満たします。

ここは、多くの人が問題を抱えています。ですが、あなたはヒーラーです。

心臓に焦点をあてましょう。心臓の四室をピンクのエネルギーでいっぱいになります。

あなたが心臓をピンクのエネルギーで癒すとき、メタフィジカルなハートも癒しています。身体的心臓よりもかなり大きいです。

あなたがピンクのエネルギーをハートで満たすとき、あなたは人類のハートもエネルギー

で満たしています。分離はありません。

ですから、あなたは、人類のハートを刺激し、癒しはじめています。あなたは人類だからです。美しいピンクのエネルギーが、4室をみたくします。

肺に焦点をあてましょう。深呼吸を3回して肺をエネルギーで満たしましょう。

腎臓をみたくします。肝臓を。膵臓を。脾臓を。内臓すべてをエネルギーでみたくします。

血液へ。体中の血管へ。心臓血管系から出て、静脈へ。

耳の先、手の指、足の先までピンクのエネルギーで満たします。

神経系全体に。みぞおちにある太陽神経叢は、たくさんの神経が集まっています。ピンクのエネルギーで満たしましょう。

ホルモン系へ。リンパ系へ。内分泌系へ。筋肉系へ、生殖器系へ。

体中のすべての系へ。ピンクの癒しのエネルギーで満たしましょう。

骨格と髄に。軟骨、関節、腱、頭蓋骨、すべてピンクのエネルギーで満たします。

次第に、より柔軟になります。

体の中で、怪我や病気、調子の悪いところがあれば、想像してください。

小さな天使の手が、そこをピンクのエネルギーでマッサージしています。

あなたの体が癒されると、人類の体が癒されます。あなたは人類だからです。

分離と孤独は、まったくの幻想です。

体中がピンクのエネルギーで満たされ、皮膚からあふれ出ます。

瞑想の間、身体から離れても、あなたは、ピンクのエネルギーを吸い込み続けます。

あなたの焦点を、背骨の一番下にあるチャクラにあてます。

回転する赤い車輪、それはベースチャクラです。赤をイメージするとき、強すぎず、弱すぎず、中間の色にしましょう。バランスがあり心地よい色です。

想像で頑張らなくても、チャクラはそこにあります。あなたが想像すると、チャクラとつながります。これは、日々の主要なエネルギーです。

このベースチャクラは、あなたを大地、地球とつなげます。全てのチャクラはあなたのまわりにあるより広大な世界とあなたをつなげます。

臍下のチャクラに焦点を当てましょう。回転するオレンジ色のエネルギーです。あなたを水とつなげます。あなたは、すべてのエレメントとつながります。

これは創造のチャクラです。あなたは、人生を創造しています。

あなたは思考を、感情を作ります。日々、あなたの人生の中身と方向を作ります。
ほとんどの人はこのことに気づいていません。

臍上にある太陽神経叢に焦点をあてます。大体、一番、大きいです。回転する黄色のエネルギー、感情のチャクラです。

腹が立つとき、抑えるのはよくありません。チャクラをイメージしてください。チャクラにバランスをもたらすのです。腹が立つとき、チャクラは大きくなり、抑えつけないとき、固く小さくなります。バランスをもたらす必要があります。直感的にわかるでしょう。感情と戦うのではなく、バランスをもたらすのです。感情は敵ではなく、悪くも間違いでもありません。バランスをもたらすのです。一日の中、必要なだけしてください。

ハートチャクラに焦点をあてます。回転するダイナミックな緑色のエネルギーです。このチャクラはあなたを空気とつなげます。

私にとってこれは、鍵となるチャクラです。これはあなたのハート、人類のハートです。すべて一つです。ハートは分離していません。ええ、私たちのエネルギーはそれぞれに異なります。

ですが、私たちは一つです。一つの人類です。一つの意識、一つのエネルギーです。何も分離していません。

あなたのハートを抱き入れる、愛しましょう。ハートになるあなたのセルフを。あなたを愛するとき無条件です。あなたは人類を愛しています。無条件の愛があるだけです。

このチャクラは鍵となるチャクラです。魂の座する、意識の叡智の座です。無条件の信頼の座です。無条件の愛を見出すところです。これはすべてメタフィジカル（非物質的・多次元的）なハートについてです。

喉のチャクラに焦点をあてます。少し小さめの青色のエネルギーです。このチャクラはあなたをエーテル界とつなげます。物質界と多次元をつなぐインターフェースです。また、コミュニケーションのチャクラです。

あなたが誠実に語るなら、チャクラをオープンにします。真実でないならチャクラは開きません。喉のチャクラは開いている必要があります。エネルギーはいつも上から下、下から上へと流れる必要があるからです。流れる必要があります。

ブラウチャクラ、額の中央にあります。回転する藍色のエネルギーです。このチャクラはあなたを普遍的な知恵とつなげます。第三の眼と言われています。第三の眼とは松果体のことです。このチャクラがオープンになるとすばらしい洞察、直感をえます。深い深い洞察が、普遍的な知恵があなたにやってきます。

最後に焦点をクラウンチャクラにあてます。頭頂です。このチャクラはあなたをより広大な世界とつなげます。あなたをより広大な世界とつなげます。私たちは多次元の世界にいますから、あなたが気づいていなくても、です。私たちは物質のみに焦点を当てていますが、それではうまくいきません。

これは回転するバイオレット色のエネルギーです。

これら 7 つのチャクラは肉体とともにありますが、あなたは多次元的な存在です。肉体よりもはるかに広大です。多次元のアナタは肉体の三倍、五倍、あるいは、十倍ほどあります。だから私たちに広大な多次元のチャクラがあります。

頭頂から 50 cm ほど上のチャクラに焦点をあてます。八番目のチャクラです。回転するウルトラバイオレット色のエネルギーです。輝くバイオレットです。あなたのより高い可能性があります。ジャッジではなく識別。より高いコミュニケーション。すべての可能性があります。殆どの人は、これらのチャクラを発達させる必要があります。どこまでも。

あなたの焦点を頭頂から 1,5 メートル上にあてます。9 番目のチャクラ、回転する虹色のエネルギーです。とても美しいものです。あなたである魂のブループリント（青写真）があります。あなたのこれまでのいくつもの人生のブループリントはこの魂にあります。

でもこれはあなたが従うブループリントではありません。

このブループリントはあらゆる瞬間にあなたが作り出しているものです。ある意味、人生という本、たくさんの物語、すべてがそこにあります。従うものではなく、この瞬間にあなたが作り出しているものです。

誰もが、クリエーターか先生か、ヒーラーです。このすべてをそれぞれのやり方で用いています。正しいも間違いもありません。

頭頂より 3 メートルほど上に当てます。10 番目のチャクラ、回転する純粋な光のエネルギーです。そこには、あなたの聖なる創造の現実化があります。人生の共時性も。十分に活発になるとあなたの男性性と女性性が融合します。言い換えると人生に素晴らしいバランスをもたらします。あなたが人生です。本当のあなたであるセルフの外にはなにもありません。

このチャクラをとおるとき、あなたは人類のチャクラをとおっています。あなたのチャクラを活性化するとき、人類のチャクラも活性化しています。すべてはつながっているからです。すべてはエネルギーでつながっています。分離はありません。

頭頂より 4,5 メートルほど上に焦点をあてます。11 番目のチャクラです。とても美しい輝

くバラ色の回転するエネルギーです。スピリチュアルなあなたのより高い可能性があります。他の次元、領域、周波数にいるあなたであるセルフについての「知」があります。殆どの人は知りません。あなたを待っています。私たちがそこまで成長するのを待っています。

最後の素晴らしいチャクラ。頭頂より 10m ほど上に焦点を当てます。12 番目の大きなチャクラ、輝くミニチュアの太陽です。この太陽は、太陽系と私たちをつなげます。なぜなら私たちは宇宙の存在です。地球が私たちの故郷ではありません。ここは、教室です。多分、長い間ですが・・・私たちの教室です。

あなたが 12 番目のチャクラ、ミニチュアの太陽とつながると、チャクラは私たちが目にする太陽とつながります。太陽は私たちを傷つけません。太陽と友達になるなら、愛するなら、太陽で焦がされることはありません。宇宙への扉を開けます。あなたは、多次元の存在として星々の間を歩きます。広大な遊び場です。これは、私たちに潜在する可能性です。あなたがこれらのチャクラを活性化していくと、あなたは人類のチャクラを開き、活性化しているのです。

12 番目のあなたのチャクラを想像のなかで、やさしくつかみ、チャクラの外へ出して、あなたのハートにおくのです。すると、人類のハートにもミニチュアの太陽をおいています。あなたの内で太陽の輝きが増していくのを感じます。あなたの太陽です。あなたのチャクラです。愛と光であなたを見たいです。あなたは、大いなる真理に気づき始めます。人類の真理について。あなたは素晴らしい肉体を超える多次元の愛と光の永遠の存在であることに、です。

あなたが素晴らしいという意味です。ただ見る必要があるだけです。あなたは息を呑むほど驚くでしょう。あなたはメタフィジカル、多次元的です。なぜなら、物質をはるかに超えた存在だから。あなたは多次元の存在です。体は三次元ですが、それ以上の存在です。あなたは永遠です。生まれることも死ぬこともありません。あなたは光そのものです。そして、ずっと意識を成長させています。愛と光、あなたは愛と光の存在です。愛は創造のパワーです。あなたには創造するそのパワーがあります。そのパワーを今使っています。光も創造のパワーです。

これからあなたはその愛と光を広げます。広げ始めます。さらにさらに広がります。あなたのいる部屋いっぱいに広がります。次第にあなたの家全体を愛と光で満たします。

家の中にいる人は光に照らされます。
近隣まで広がると、光の存在がたくさん見えます。
人間のように見える存在、人間には見えない存在、光の存在です。
いま、地球上に何千、何百万と存在しています。
彼らはあなたがいましていることに引き寄せられているのです。光は強められています。
素晴らしい大いなる存在たちがともに関わってくれています。

愛と光が近隣を満たしています。
立ち止まって光で照らされている手を見ている人がいます。微笑んでいます。
通りに座って泣いている人もいます。何がおきているのかわかりません。
これまで感じたことのないものです。
近くの町や村を、市が輝きます。
ひとりひとりが光で輝くので、光はさらに輝きをまします。

さらに多くの愛と光の存在がいて、このことに関わってくれているのです。

私たちは、危機的な時代にいます。人類の舵を取る必要があります。愛と光へと。
平安、平和へと。喜びへと。私たちが人生です。

愛と光がさらに広がります。広がり、広がり次第に国中まで広がります。
このことをしている様々な国のあなたが、人々が、そして人類が愛と光で満たされています。
宇宙へ出ると、地球が見えます。地球が輝いています。

愛と光が人類の間に広がり、自然にも広がります。濫用されて荒廃した農地にも広がります。
愛と光が生きている土壌を癒します。すべての土壌が、人類の愛と光で包まれます。
農場へ、家畜へと。すべてが人類の愛と光を感じています。
すべての農場を、森林を、草地を、癒しています。山々を・・・大地を・・・北極を。赤道中
を。
大洋の中深くへ。人類の愛と光のエネルギーで満たします。
クジラやドルフィン、小さな小さな微生物まで。
人類の愛と光で満たされます。
全てが愛と光で満たされます。

人類は創造的に成長する意識です。自然は、自然のままに進化する意識です。
私たちが創造的になって進化するときです。私たちの可能性の開花へと。

あなたは人類です。本当のあなたであるセルフの外には何もありません。

これから、意識して、未来の地球がどうあってほしいのかを想像してください。

あなたは創造主です。あなたにはパワーがあります。すべての人類に。

とてもパワフルです。あなたの内には、愛と光のパワーがあります。

あなたにとっての完全な世界を想像してください。

全ての人類が平安な世界を。これからしばらく何も言いません。

あなたが願う未来を想像してください。

共に、よりよい未来を作ります。誰も飢えることのない未来、貧困のない世界、億万長者のいない世界、お金はもっと良い方法で流通します。性的悪行のない世界。

私たちが一つの家族であると「知」っている世界。すべての人種による分離はなくなります。

私たちはすばらしい一つの魂の家族であることを知っている世界。

ひとりが成長するとすべてが成長します。誰かが飢えると、誰もが意識でそのことを感じる世界。平安があると、全てが平安を感じる。

一日中、微笑むことのできる未来。無視するのではなくお互いに挨拶しあう未来。微笑みあう未来。

全てのための福祉・安寧を考える未来。私たちは、今共に作っています。

私はガイドにすぎません。皆さんとともに。

私たちは、もっと美しい世界を作ります。私たちにはできます。これは空想ではありません。単なるエクササイズではありません。

こうして私たちの意識を、より広大な現実へと向かわせています。

私たちは、私たちのイメージに合わせてつくりだすための姿をデザインしたのです。

愛からのイメージです。そのために私たちはここにいます。

焦点を当てるのは、愛の喜び、人生の美しさ、この地球にもたらすのです。

意識することのみ、できることです。日々に戻ったとき、もっと意識的でいてください。

本当の自分に気づいていてください。

あなたは素晴らしい物質を超える多次元の永遠の存在です。愛のパワーであり、光のパワーです。

あなたは、愛を与え、愛を受け取ります。

ですから、地球全体が愛と光に満たされています。すべての動物、鳥、昆虫、地球上のすべ

てが、人類の愛と光のエネルギーを感じています。
太陽系を超えるはるかな宇宙も知っています。数千もの私たちがしているからです。
私たち一人一人がとても大切ですが、皆さんが共にある一つのエネルギー、それは信じられないほど素晴らしいエネルギーです。

光はそのままです。愛と光はとどまる間、そのままにしておきましょう。次第にちいさくなるでしょう。

あなたの体に戻りましょう。あなたの能力に。あなたの可能性に。

毎朝、毎晩、脳にバランスをもたらし、松果体を活性化し、成長させるのです。お勧めします。

もう一つのお勧めは、一日に一度、チャクラを見ていく。整えていくことです。
尾てい骨の赤いチャクラ、臍下のオレンジ、みぞおちの黄色、心臓の緑色、のどの青色、額の中央の藍色、頭頂のバイオレット、、8番目から12番目のチャクラを見ていきます。
そうするたびにあなたは人類のチャクラのパワーを強めているのです。

あなたは人類です。あなたのためだけにしているではありません。あなた・セルフの外には何もありません。あなたは人類です。本当にわかってほしいことです。

誰かが、今日、あなたに不快なことをしても、愛で応えてください。
私は、ドアマットになることを話しているではありません。愛について、です。

音楽も私たちの味方です。あなたが聴いている音楽はソルフェジオです。ソルフェジオは特定の周波数を出します。あなたが聴いているのは528ヘルツです。愛の周波数です。
あなたの家を愛の周波数で満たすことができます。グーグルでも簡単にダウンロードできます。

日常にもどったとき、愛を感じ、愛でいてください。
12番目のミニチュアの太陽は素晴らしいチャクラです。しりあいになると、ミニチュアの太陽があなたの人生に変化をもたらします。あなたがやる必要はありません。なぜならその変化は、無理のない、自然なままのものだからです。それはあなたの意識を高めます。

意識は、ただ成長することはありません。成長するには、意識的でなければなりません。

あなたたちに感謝します。これは、あなたについて、人類についてであり、私は、ガイドし

ただ、舵をとっただけです。

数千人が共にあって、そのエネルギーでできることです。

毎月第一日曜日の同じ時間に瞑想をします。

録音してあるので何度でもしてください。

毎回、ライブでやります。私のエネルギーはあなたたちと共にあります。私たちのエネルギーがつながります。私たちのエネルギーは再び創造します。

私たちは人類を敬う方向へと舵を取る必要があります。

ありがとうございます。

あなたたちを愛しています。