

ライブ瞑想 3月7日

月一回の人類を癒す瞑想です。回転する車輪のようなチャクラを用います。あなたは、意識的な想像力を用います。普段よくある潜在意識的な想像とはかなり違います。

私があなただをガイドします。あなたを深いところへ、人類を癒すことができるよう。

私たちは重要な変化のときにいます。今起きている変化の程度について、殆どの人が分かっていないと思います。

もうほとんど終わりかけていると思っている人もいますが、私は、始まったばかりと思っています。まだまだ変化は続きます。私が思うに、これは人類のテンプレートを壊すことです。人類のテンプレートにはひどい欠陥があります。私たちが悪いとか間違いという意味ではありません。

私が言いたいのは、種族として意識の成長をしていないという意味です。

では始めましょう。姿勢をまっすぐにして、リラックスしましょう。横になってもかまいませんが、眠ってしまうかもしれません。

目を閉じて、ふかく息を吸い、吐きながらリラックスしましょう。リラックスです。

筋肉、頭、肩、すべてリラックスさせましょう。

あなたの呼吸に焦点を当てます。ピンクのエネルギーを吸っていると意識して想像しましょう。癒しのために、違う色をイメージしたいなら、そうしてください。かまいません。でなければ、ピンクを・・・ピンクは大体において癒しの色です。

息を吸って、ピンクの癒しのエネルギーを左脳へと入れていきます。左脳が、静かになります。静かに、穏やかに。さらに静かに。思考はゆっくり、静かになります。

ピンクのエネルギーを吸って、右脳へと入れていきます。すべて、意識して、です。右脳を元気にし、活性化し、刺激します。

左脳は静かに穏やかに、リラックスし、右脳は活性化します。

意識して左脳と右脳を小さな雲のように想像しましょう。二つの雲が近づき、融合し、ひとつの全脳、バランスの取れた全脳になります。

二つの脳の間には、松果体があります。松果体にピンクの癒しのエネルギーを入れ、みたくしましょう。エネルギーを与え、刺激し、活性化して、成長させましょう。

私たちが突入しているこの時代は、人生へのバランスのとれた全脳的な見方が必要です。全脳的であれば、恐れや不安へは向かいません。恐れ、不安、心配は、左脳の働きとともにあります。私たちはとても重要な時代にいます。

全脳から、生きるのです。そして、松果体を刺激しましょう。

ですから、お勧めします。

左脳と右脳、松果体のエクササイズを毎日してください。毎朝、毎晩の日課にしましょう。起きた時、寝る前、大切なときです。

意識してピンクの癒しのエネルギーを目にいれましょう。

ピンクのエネルギーを鼻へ、鼻腔から副鼻腔まで、エネルギーで満たします。顔の筋肉も緩みます。意識して、口の中、くちびる、歯、はぐき、舌へ。

意識して内耳へ、奥深くへ。頭全体がピンクの癒しのエネルギーで満たされます。

頭がピンクのエネルギーでいっぱいになりあふれ喉へ、喉から食道へ。食道から胃へ。

意識して、消化器系全体をピンクのエネルギーで満たします。

そこからあふれて排泄器系全体へとピンクのエネルギーが向かいます。お腹全体、太陽神経叢あたりは、ピンクのエネルギーが必要です。

意識して心臓の四室をピンクのエネルギーでいっぱいにしましょう。そうしながら、あなたに愛を感じましょう。愛で満たしましょう。

意識して、3度深く呼吸し、肺をピンクのエネルギーと豊かさで満たしましょう。

意識して肝臓を、腎臓を、脾臓に、そのほかの内臓すべてをピンクのエネルギーでみたくしましょう。

ピンクのエネルギーを血液へ。動脈系をとおり体中の血管へと。そして、静脈を通過して心臓に戻ります。

ピンクのエネルギーで神経系全体を満たしましょう。特に、みぞおちにある太陽神経叢には、多くの神経が集まっています。

どこにあるかは気にしないでください。エネルギーはただしいところへ向かいます。

ピンクのエネルギーをリンパ系へ。内分泌系へ。ホルモン系へ。

ピンクのエネルギーを免疫系へ。一日のなか、いつでもできることです。意識して、呼吸し、ピンクのエネルギーで免疫系を満たすのです。ワクチンを打つよりも、はるかに、はるかによいことです。

ピンクのエネルギーを生殖器系へ。内分泌系へ。心臓血管系へ。呼吸器系へ。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。

意識してピンクのエネルギーを骨格に。頭蓋骨、髄に。軟骨、関節、腱、すべてが緩んでいきます。すべてピンクのエネルギーで満たします。ピンクのエネルギーでより柔軟になります。

怪我や病気、調子の悪いところがあれば、意識して想像してください。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るところを。一日のうち何度でも、必要なだけそうすることができます。

自分で病気を作ったのですから（それは不調和です）、癒しを作り出すこともできます。あなたは調和を見出すでしょう。

あなたの身体全体がピンクのエネルギーであふれ、身体じゅうからあふれ出ています。この瞑想をより深く続けていく間、あなたは、ピンクのエネルギーを吸い込み続けます。

そうすることであなたはあなたを、あなたの身体を癒すとき、あなたは、人類を、人類の身体を癒しています。あなたも私も知っています。ひとりはありません。私たちは一つの人類です。

私たちは個性から分離というゲームをしますが、それでも、全ての人類のエネルギーは一つです。

一つの人類の意識であり、私たちは個性を学ぶ初期の段階にいます。あなたが自分の身体を、セルフを癒すとき、人類の体を、ハイアーセルフを癒しています。

焦点を背骨の一番下に当てましょう。ベースチャクラです。回転する赤い色のエネルギーです。この瞑想をあなたが何度もしているなら赤い色を少しだけ強める、深めてください。

へそ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。ベースチャクラはあなたを大地とつなげるように、仙骨のチャクラはあなたを水とつなげます。

これは創造のチャクラです。

創造の原理です。人生のあらゆる瞬間に、あなたは、あなたの人生のあらゆる瞬間の中身と方向を作り出しています。つまり、あなたはこのチャクラをととてもよく用いているのです。

太陽神経叢に焦点をあてます。回転する黄金色のエネルギーです。このチャクラはあなたをエレメントの炎とつなげます。感情のチャクラです。日々何度もバランスをもたらす必要があります。そうするためには、意識して黄金色を想像しましょう。広がりすぎでもなく、固く小さくつまりすぎでもなく。バランスです。素早く見出すでしょう。

ハートのチャクラに焦点をあてましょう。とてもパワフルな緑色の回転するエネルギーです。あなたを空気とつなげます。空気は、愛と同義語です。なぜならハートは、いつも、愛の場だからです。とても愛にあふれパワフルです。私たちはアクエリアスの時代に入りました。そのため、愛は意識や理解を超えたものになっています。愛は上昇しています。

カオスでさえも、です。カオスは、この惑星では、いま、人類の間では、とても肯定的、とてもパワフルで、愛のカオスになっています。奇妙に聞こえるでしょうが、かまいません。これが愛です。まず古いものを破壊し、より高い新しさを再構築します。これはプロセスです。あまり楽しめないでしょうが・・・

このハートのチャクラは鍵となるチャクラです。そこは、あなたである魂の座です。意識の叡智の座です。無条件の愛、無条件の信頼の座です。

喉のチャクラに焦点をあてましょう。少し小さめです。回転する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。フィジカルとメタフィジカルのインターフェースです。もちろん、あなたはメタフィジカルです。体をもっているだけで、あなたは体ではありません。

これは、エネルギーのコミュニケーションです。コミュニケーションのエネルギーです。

ブラウチャクラに焦点をあてましょう。額の中央にあります。回転する藍色のエネルギーです。藍色が難しいなら、紫にしてください。あなたを普遍的な叡智とつなげます。人類は、つながっていません。一日に二度、松果体を刺激し、活性化するなら、あなたはブラウチャクラを世話しており、あなたは第三の眼を使うことができますようになります。つまり、松果体です。

最後に焦点をクラウンチャクラにあてます。頭頂です。回転するバイオレット色のエネルギーです。あなたをより広大な世界とつなげます。体の一番高いところにあります。

もっと高いところにあるチャクラを見ていきます。肉体にあるチャクラは、大地、水、自然、自然のエレメント、エレメンタルとつながります。

もっと高いところにあるメタフィジカルな体のチャクラはかなり大きくあなたをメタフィジカルな世界、スピリチュアルな世界とつなげます。太陽系と、宇宙とさえも、です。

私たちはこの地球の存在ではありません。私たちは宇宙の存在です。ここは、私たちの一時的な教室です。幼稚園のような。とはいえ、全ての種族には子ども時代があり、人類においてはここがそうです。今、私たちは子ども時代にいます。

頭頂から 50 cm ほど上のチャクラに焦点をあてましょう。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。光輝くバイオレット。あなたのより高いスピリチュアルな可能性があります。

あなたの焦点を頭頂から 1,5 メートル上にあてましょう。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。あなたである魂のブループリント (青写真) があります。この瞬間のブループリントです。あなたが従うものではありません。それは、あなたである魂のこの瞬間の動きです。

頭頂より 3 メートルほど上に焦点を当てます。10 番目のチャクラ、回転する純粋な光のエネルギーです。色はありません。そこには、あなたの聖なる創造性への現実化があります。そして、人生との共時性があります。あなたの男性性と女性性が融合する可能性も。言い換えると、素晴らしいバランスがあなたの人生にもたらされます。あなたの人生との関係において。

頭頂より 4,5 メートルほど上に焦点をあてましょう。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。あなたのより高いメタフィジカルな能力があります。ここが活性化されると、他の次元、領域、現実にいるあなたであるセルフについて「知る」でしょう。他のタイムゾーンにいるあなたについても。あなたはあなたが思っているよりもはるかに素晴らしい存在です。

最後の素晴らしいチャクラ。頭頂より 8m から 10m ほど上に焦点を当てます。12 番目の大きなチャクラには回転するつよく輝くミニチュアの太陽があります。そのチャクラにはいり、共に働くとき、あなたの人生は劇的に変わるでしょう。この太陽は、永遠にあなたと共にあります。殆どの方は気づいていません。あなたが成長するなら、この太陽もあなたと共に成長します。

このチャクラはあなたを太陽系の太陽とつなげます。宇宙中の何百万とある太陽と。このすべてをグレートサンと私は呼んでいます。めったに知られることはありません。

もしあなたがこの太陽と共に時間を過ごすなら、知り合いになるなら。信じられないほどの敬意をもつなら・・・。

いま、二つ目の太陽がすでに生まれています。何年も前から話していることです。その太陽は、今ある太陽とは違います。より高い周波数をしています。

太陽と知り合いになりましょう。

私たちは、人類を癒すためにここにいます。

私たち人類は、ある意味危機に、確かに岐路にいます。これまで経験したことのない最も深い二極化に向かっていきます。

だから本当のあなた、セルフに気づいてほしいのです。

私たちは、素晴らしくメタフィジカルな多次元の永遠の愛(創造のパワー)と光(創造の光)です。私たちは創造できます、素晴らしいパワーで。

あなたの焦点をあなたのクラウンチャクラにあてるのです。それは回転するバイオレットのエネルギーです。

そして、8番目のチャクラにも焦点をあててください。それは、メタフィジカルな体の初めのチャクラであり、回転するウルトラバイオレットのエネルギーです。

二つのチャクラを融合させてください。

そうするとすぐにウルトラバイオレットの輝かしい炎になります。燃えるのではありません。これは、気づきをもたらすイルミネーションの炎です。

その炎を解放しましょう。すると体中にあふれます。

自由にさせましょう。そうするとすぐに、あなたの周りが燃え始めます。ウルトラバイオレット色の森林火災のように。ですが熱も破壊もありません。

これは、気づき・認識と変容をもたらす炎です。

炎は家じゅうを。家の外を。何も壊しはしません。

それは、気づき・認識に輝く変容の炎です。

近隣へ広がり・・・もう止めることはできません。

町から町へと広がります。次第に、市全体を。村なら、村中を。

ウルトラバイオレット色のエネルギーが野火のごとく燃え広がります。

気づき・認識と変容のエネルギーが広がります。

広がる中、あなたは空中へと上がり、広がり続ける炎を見ます。広がり続けます。

どこも、です、ウルトラバイオレットの炎が見えます。

郊外はととても素早く広がります。

都市へ、都市はそれほど早く広がりません。なぜなら人々が、ジレンマと二極化に囚われているからです。

炎に抵抗する人たちがいますが、それ以上の人が、炎でもえています。炎に触れると気づきと信じられないほどの洞察が彼らに湧いてきます。内なる変容が起きています。彼らは二極化を抜け出て、新しさへと向かいます。変容へと向かいます。

炎はあなたの国中に広がっています。

アメリカや、オーストラリアのような広大な国、アルゼンチンといった大きな国のオープンなエリアはあっという間に広がります。

都市では、広がり方がゆっくりになります、完全に隅々まで広がります。

他の国々へと炎が広がります。

このエネルギーが世界を飲み込むのは明らかです。

全ての政府、政治家。世界中の指導者。私たちに偽る人たち。人々を支配しようとする人たちを飲み込みます。

ひどい行為をする人たちを、気づき・認識と変容の炎が呑み込みます。

炎と共にいましょう。

世界中を飲み込んでいくのを見ます。すべての人類を。すべての自然さえも。

すべての農場を。

奴隷状態にしようとする人たち、すべての囚人を、すべての独裁者を。

貧困層のいる地域・・・特にイエメンを。

ウルトラバイオレットの炎が世界をなめ尽くします。

炎が持ち上げ始めます。より高く、高く。まるで地球圏外にいるかのようになるまで。

気づき・認識と変容のエネルギーです。

エネルギーが人類を高め始めます。はじめはゆっくり、ためらうように、そっと・・・

そこにはたくさんの不一致、不和がありますが・・・歌が聞こえ始めます。聞こえる歌ではありません。聞こえない歌です。

あなたのハートで感じる歌です。全脳で感じる歌です。松果体に気づき・洞察をもたらし、松果体を変容させるパワーの歌です。歌は小さく委縮した松果体を癒します。すべての人類の。松果体は、衰退しています。

少なくとも豆粒ほどの大きさに戻す必要があります。米粒ほどの大きさでは、うまく働きません。

素晴らしい刺激が、気づき、変容が起きています。

炎が高くなるにつれ、刺激が強くなります。

準備できている人たちを全脳へと、左脳を去り、

知的な愚かさから、純粋な叡智へと。

私たちは、どこかで叡智を放棄してきました。叡智は、叡智の場を破壊したりしません。

炎が高く、高くなるので、より高いところへいくので、

この気づきと変容のエネルギーは、さらにさらにパワフルになります。

より高い、より素晴らしいエネルギーが、人類の意識の進化を引き起こし、進化を早めます。

この素晴らしい気づき・認識と変容の炎の中、人類を捕らえてきた恐怖はおびやかされています。

意識して想像しましょう。

恐れが、すべての恐れが、灰とかしています。あなたに恐れがあるなら、その恐れが灰となりました。あなたの体から、メンタル体から、感情体から、素晴らしいメタフィジカルな体から、落ちて、持ち上げられます、大気まで、そして、消えます。

恐れは、私たちにふさわしいエネルギーではありません。

恐れを永続させ、後援し、助長させることに最善を尽くす人たちもいますが、

恐れは人々を、神を敬いません。人類と神を。

この変容が起きています。この素晴らしい気づき・認識から人類の意識の進化が早まります。

とても、とても長い間かかりました。故意に、足留めされていました。

ほとんどの人には、あきらかではないと思いますが、私にとって、このことは、とても明白です。

私たちの可能性を高めるときです。留まるときではありません。

小さな自分ではなく、私たちの偉大なセルフを抱きいれましょう。

私たちは長い間成長しないままでした。

地球すべてが、深い気づき・認識と変容のウルトラバイオレットのエネルギー、そして意識の進化のエネルギーに浸っています。

あなたがしたいだけ、あるいはできるだけ、この瞑想を続けてください。この瞑想を、日々、あるいは、毎週するなら、あなたは人類に贈り物をするようになります。いま、まさに人類に必要な贈り物です。

たくさんの方が、質問します。「私に何ができるのでしょうか」「私の人生の目的は何でしょう」と。

光をもたらす、愛をもたらすほどに素晴らしいギフトはありません。人類は、愛に飢えています。光に飢えています。

愛は創造のパワーです。何も愛をとどまらせるものはありません。

時は、来ました。愛のパワーは高まっています。

ウルトラバイオレットのエネルギーが高く高くなるので、エネルギーは、愛と光を人々に与

えています。人類の魂に達し
気づきと認識、変容、進化をもたらしています。すべての人類の意識的な成長に。

このことにしばらく焦点をあててください。

(沈黙)

新しさへと向かう、たくさんの人が、これまでしたことのないことです。
愛へと向かう。光へと向かう。変容へと向かう。エネルギーの高揚へと向かう。

後ろ向き、抑圧、人類を留めおく・・・すべては終わります。

これは、地球上のことだけではなく、太陽系全体の出来事です。
私たちのときです。長い間、このことを待っていました。魂として。
このことは、ずっとずっと私たちの未来でした。
ですが、いま、このことが、私たちの今日になりつつあるのです。

ウルトラバイオレットの燃えている炎から離れますが。変容の炎が
価値のなくなった古いもの、ごみを燃やします。
恐れ、憎しみ、怒り、激怒、攻撃性、すべてを焼き尽くします。

深い気づきと変容が人類の意識の素晴らしい進化をもたらします。
時は、きました。
炎はそのままにしておきましょう。炎がどれほど燃え続けるかは、重要ではありません。

浜辺の波のように引いていきますが、気づきと変容のエネルギーは保ち続けましょう。
日々、毎週、続けて下さい。すると気づきと変容は続きます。
愛はすべてのパワーがあります。
光は、すべてのエネルギーがあります。

皆さんに感謝します。参加して下さった皆さんに。
私たちが共に作り出すエネルギーが必要です。
もっと多くの人が参加すれば、さらによくなるでしょう。
みなさんが頻繁にこの瞑想をするなら、さらに、です。

もちろん、そうしないことはわかっていますが、決して恐れから瞑想しませんように。人類
が、隷従ではなく、自身の主権から、尊厳から生きるときです。そうなりますように。