

ライブ瞑想 4月4日

人類を癒す瞑想の時間です。今日は、少しフォーマットを変えます。もちろん、意識的な想像は続けます。それはパワフルであり、私たちが創造する方法です。

あなたが自分の身体を癒すとき、あなたは人類の体も癒すことになります。人間は孤独、それは、まったくの幻想です。すべては一つの意識、人類の意識は一つです。

そして、脳にバランスをもたらし、松果体を元気づけることから始めます。脳と松果体のエクサイズは、一日に、2回しましょう。今の時代、私たちは第三の眼を活性化する必要があります。

脳にバランスがもたらされ、より全脳になると、松果体をさらに活性化し、ハートがよりオープンになり、さらに直感が発達し、病気（低いエネルギー）への免疫を高めます。新型コロナによる病気は低いエネルギーです。あなたがエネルギーを高めるほどに、コロナのエネルギーはあなたに触れることができなくなります。恐れへと向かうと、新型コロナのようなエネルギーをとらえることになります。

恐れるとエネルギーが下がり、安楽ではなくなり、つまり不調和になります。

では始めましょう。以前ほど時間は取りません。かなり瞑想をしてきたのですから、やり方を進化させましょう。

では楽しんでください。背骨を起こして、私も起こしていますから、あなたたちも（笑）まっすぐにしているほうが、エネルギーが通りやすいのです。ですが、すべてあなた次第です。

瞑想に参加していただき、感謝します。瞑想を何度もしてください・特に、今回は。今回は、あなたにも人類にもさらに良いものとなるでしょう。

目を閉じて深呼吸し、肺を満たし、ゆっくり吐きながらリラックスしましょう。リラックスです。呼吸に焦点をあわせましょう。呼吸は大切です。

息を吸いながら、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。感じてください。思考はゆっくり消えていきます。

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

左脳は静かになり、右脳は活性化します。殆どの人の脳は、この逆です。

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のエネルギーになります。

感じてください。一日2回これを続けるなら、脳波が変わる、脳波の変化を感じるようになるでしょう。もっとバランスのとれた状態です。おそらく、アルファ波がシータ波に触れるのです。あなた次第です。

そうすると、あなたは人生にたいし違う見方をするようになる、あまり反応しなくなり、もっとこの瞬間にいるようになります。左脳優位の見方より、もっとバランスの取れた見方をするようになります。

二つの脳の間には松果体があります。意識して、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。松果体にエネルギーを与え、刺激し、活性化し、新しく成長させましょう。松果体を成長させるには、これが重要です。松果体は、第三の眼と直接つながっています。直感、信頼の場です。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。歯を磨くよりも大切です。

意識してピンクの癒しのエネルギーで脳をみたくしましょう。ピンクのエネルギーは、身体へ、下方へと流れ、あなたの両腕も満たします。

意識してピンクのエネルギーを流していると、否定的な痛みが、不調和なエネルギーが、小さな灰色の煙のようになって体から出ていきます。メタフィジカルなので見えるかも、見えないかもしれませんが。

脳を満たし、喉から食道を、胸のあたりを、太陽神経叢のあたりを、両足をピンクのエネルギーで満たしましょう。足の指先まで。体全体がピンクのエネルギーで満たされます。体全体が満たされ、肌からピンクのエネルギーがあふれ出ます。

あなたの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。このチャクラはあなたを地球とつなげます。

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。へそ下のチャクラはあなたを水とつなげます。あなたをすべての大洋、湖、池、川、あなたの体の水分を含むすべての水とつなげます。

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炎とつなげます。大きく反応しやすいエレメントです。反応のしやすさは私たち全員にあります。感情のチャクラです。このチャクラにバランスをもたらす必要があります。

ハートのチャクラに焦点をあてましょう。人生の鍵となるチャクラです。バランスとなるチ

チャクラです。愛へ向かうスピリチュアリティの鍵です。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。私たちはアケリアスの時代に入りました。空気は愛と同義語です。空気はハートです、あなたを愛とつなげるハートです。ですから、愛が高まり、愛は勝利します。

喉のチャクラに焦点をあてましょう。のどぼとけです。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。

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。第三の眼です。あなたを松果体とつなげます。多くの点で、松果体は第三の眼です。回転する藍色のエネルギーです。あなたを普遍的な叡智とつなげます。知恵は個人的なものではありません。知恵は普遍的、遍在するものです。知識とは異なるエネルギーをしています。とても異なります。

最後に焦点をクラウンチャクラにあてます。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。広大な現実とは、メタフィジカルなあなたにとってのホームです。あなたは、物質的な現実とメタフィジカルな現実を同時に生きています。物質的は、殆ど幻想です。ですが、私たちの人生になじみある幻想です。

メタフィジカルな体にあるチャクラへと向かいましょう。これまでのチャクラはより物質的でした。メタフィジカルな体のチャクラは、かなり大きいです。

頭頂部よりも 50 cm ほど上のチャクラに焦点をあてます。8 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。スピリチャルな可能性があります。一番高い可能性です。

頭頂部よりも 1.5m ほど上のチャクラに焦点をあてましょう。9 番目のチャクラ、回転する虹色のエネルギーです。今この瞬間に、いまのあなたの魂のブループリントがあります。

頭頂部より 3 メートル上の 10 番目のチャクラに焦点を当てましょう。回転する純粋な光のエネルギーです。あなたの焦点が、物質的よりも、あなたの神聖さにあるとき、聖なる創造性とつながります。

頭頂部より 4.5m ほど上の 11 番目のチャクラに焦点をあてましょう。回転する美しいバラ色のエネルギーです。メタフィジカルなあなたのためにより高いスキル、能力があります。

最後に、頭頂部より 8 から 10m ほどうえの 12 番目のチャクラに焦点をあてましょう。回転する強く燃えるミニチュアの太陽のエネルギーです。あなたがこのチャクラに関わるとき、あなたは太陽に関わります。

ミニチュアの太陽は、何十億と宇宙中に散在するすべての太陽とよく似ています。ことなるスケールです。小さかったり、大きかったり、サイズは重要ではありません。強さについてです。

ミニチュアの太陽、ここに達すると、あなたの人生に二元性はなくなります。バランスの取れたスピリチュアルなスキルをもつことになります。ミニチュアの太陽は、あなたにとって宇宙への鍵となります。あなたは宇宙の存在です。あなたはこの地球の存在ではありません。

あなたのメタフィジカルな手で、・・・

その前に・・・あなたは素晴らしいメタフィジカルな多次元の永遠なる愛と光の存在です。肉体よりも 3 倍ほどの大きさがあります。メタフィジカルな体で、12 番目のチャクラであるミニチュアサンを両手に抱えましょう。

その太陽を 11 番目のチャクラまでおろします。太陽のエネルギーが、11 番目のチャクラのパワーを強めます。11 番目のチャクラを抱えるのです。すると美しいローズ色のエネルギーと一つになります。

さらに太陽を 10 番目のチャクラまでおろします。純粋な光のエネルギーです。チャクラが、太陽のエネルギーと一つになります。あなたの太陽のエネルギーです。とても高い周波数です。

さらに 9 番目のチャクラまでおろします。回転する虹色のエネルギーです。太陽のエネルギーが虹色のエネルギーととけあい、虹色のエネルギーにパワーを与えます。

あなたがあなたのチャクラのパワーを強めているので、あなたは、人類のチャクラのパワーを強めています。分離はありません。分離は、私たちがもつ最大の幻想の一つです。すべての生命はひとつです。

手のひらにあるミニチュアの太陽を、8 番目のチャクラまでおろします。回転するウルトラバイオレット色のエネルギーです。

あなたは太陽に触れているので、太陽を魂の深いところで感じます。ハートチャクラ深くで、感じます。

このようにして、あなたはより高いところのチャクラ一つ一つのパワーを強めています。あるいみ、あなたは太陽にアクセスしやすくなります。それはあなたの太陽だから。

いま、まったく新しいエネルギーに向かっています。アクエリアスの時代の新しいエネルギーへと。ミニチュアの太陽が、あなたの他のチャクラをもっともっと知る、あなたという存在を、あなたの物質的体を、あなたの体のすべての細胞をもっと知ることが大切です。

最後に、ミニチュアの太陽をクラウンチャクラへと。太陽のエネルギーは、いまパワフルに肉体に影響を与えます。

もし深いところからの痛みや、奥深くから気持ちがざわざわするなら、やめるほうがいいかもしれません。そうでないなら、続けましょう、安全です。

熱く感じたり、寒く感じたり、小さな痛みがあるとき、長い間、ブロックされていたエネルギーが動いているのです。太陽が、クラウンチャクラにパワーをあたえています。

(少し間があります)

太陽をブラウチャクラへとおろします。回転する藍色のエネルギーです。太陽は、あなたの個人的な知恵とつながりました。チャクラのエネルギーを高めます。そのため普遍的知恵と一つになります。

太陽を喉のチャクラへと下ろします。青色のエネルギーと一つになります。このチャクラはコミュニケーションのエネルギーです。太陽が、より高いコミュニケーションをもたらします。ですが、あなたは本当に聞くことを学ばなければなりません。

チャクラは次第にパワーを強めます。一つ、一つ。

ミニチュアの太陽を、ハートチャクラにおろします。回転するパワフルな緑色のエネルギーです。ハートチャクラは、炎をとらえそうです。ですが、それは、エレメントの炎ではありません。それは、情熱、熱意の炎、純粋なエネルギーです。成長を刺激するエネルギーです。そして、もちろん、愛のエネルギーです。

ハートのエネルギーが強く、強くなるのを感じてください。

意識して、ハートのチャクラが成長しているを感じるのです。

緑色がパワフルになり、より大きく、さらに大きくなります。あなたの魂はこのチャクラに、座しています。無条件の愛と無条件の信頼が見出せるところです。意識の叡智の座です。

意識して、愛をあなたに向けるのです。今のあなた、あるがままのあなたを愛するのです。もっとよくなれば、ではなく。もっとよくはありません。あなたを、いつのあなたであれ、あるがままのあなたを、あなたは完全です。

あなたの太陽を太陽神経叢におろします。回転する黄金色のエネルギーです。バランスがもたらされるのを感じてください。炎が静まり、バランスが成長します。今、私たちに必要なことです。感情面のさらなるバランスが必要です。

私たちは、簡単に恐れに飛び込んでしまいます。恐れを、私の恐れと、自分のものにします。ですが、恐れは存在しません。あなたが恐れを現実のものにするまでは。そうするには、あなたが恐れを作り出さねばなりません。自然に恐れはありません。

恐れを作り出す・・・を手放すときです。作り出すのをやめましょう。愛を創り出しましょう。とてもバランスの取れた感情になると、愛を創り出すのが簡単になります。

太陽がこのチャクラにパワーを与えています。

ミニチュアの太陽を、臍下のチャクラとつながるまでおろします。回転するオレンジ色のエネルギーです。これは創造のチャクラです。

あなたはあなたの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り出しています。創造を止めることは決してありません。

太陽に、もう必要ないものをすべて、怒り、欲望、私たちの人生を駄目にするすべてを燃やし尽くしてもらいましょう。

するとあなたの創造は、浄化され、パワーを強めます。あなたは人類なので、これはあなたのためだけにしているのではありません。人類のためにしているのです。これは、すべての人に影響を与えます。

たとえ、もっとも低いエネルギーの人であっても、人は、あなたの影響を受けます。あなたが意識してこのことをしているときに。

あなたの太陽をベースチャクラへとおろします。ここは地球とつながる赤い色のエネルギーです。このチャクラはあなたと地球をつなげます。他の惑星ともつなげます。ここはベースのエネルギーです。

太陽に、ベースのエネルギーを清めてもらいましょう。すると、エネルギーは高められ、強められ、浄化されます。

ベースのエネルギーが高ければ高いほど、日々のための、さらなるエネルギーをもつことになります。

あなたが一日の半ばで疲れる、一日の終わりに疲れている、それは私たちにとって自然なことではありません。エネルギーに満ちている、それが、私たちの自然です。

私たちは眠たくなると、眠ります。無気力や倦怠感から眠るのではなく、です。

不安や心配が、無気力を作り出します。

では、太陽を足へとおろしましょう。足の裏のチャクラに。今、太陽は、あなたと地球のつ

ながりを強めています。日々、あなたは、地球とつながる必要があります。
太陽が足裏のチャクラとつながると、つぎは、あなたの両手を合わせましょう。あなたは、太陽のエネルギーを足裏だけでなく、手のチャクラでも感じます。
両手のチャクラは、あなたを自然とつなげます。ですから、毎日、意識して地球と自然とつながるのです。私たちはつながるようデザインされています。潜在意識から生きると、そのつながりはなくなります。

太陽のエネルギーを地球のなかへと連れて行きましょう。あなたの意識は、地球の中へとおりていきます。この太陽のエネルギーはあなたのエネルギーであり、いま、このことをしている何千人という人たちのエネルギーとひとつになります。

地球のなか深くへ、たくさんのミニチュアの太陽のエネルギーがともにあります。様々なところからですが、共になり、たくさんのミニチュアの太陽が一つの太陽のエネルギーになります。この一つのエネルギーが、地球の中深くへと向かいます。

表土から下層土、さらに深く、さらに深く、岩層、金層、石炭層、貴石の層、塩水のある洞穴へ。そこには大きなクリスタル、教会ほどのクリスタルがあります。

太陽のエネルギーはさらに深く、深くへと。大きな洞穴、湖、下へ、下へ、溶岩層へ、生命があるのではと思われるエリアへ来ました。私たちより進化した人々が、他の存在が。身体は見えませんが意識があります。その意識があなたを励ましています。太陽を、地球深く、深くへ連れて行くようにと・・・そして、あなたは、深く、深くへと・・・地球の核に達します。

地球の中心に達すると、太陽が爆発するように、太陽のエネルギーが爆発します。そのエネルギーが地球中、すべての人類に達します。だれも逃れることはできません。

あなた、あなたと共にいる人々の太陽エネルギーが爆発し、すべての人類を爆発させます。

すべての人類のチャクラを活性化し、浄化し、高いレベルへともちあげ、

全ての森、すべての木、すべての草へ、

太陽エネルギーが、地球上のすべての生命へと達します。

若い湖、池、水たまりへ、人類の身体の水分へ

全ての鳥、すべてのいきもの、すべての農場、すべての都市、町へ、

すべてがあなたたちの太陽エネルギーで満たされます。

全ての政府、すべてのカバル、すべての建物、全てが満たされます。

太陽のエネルギーから隠れるところはどこにも残っていません。

太陽のエネルギーが、すべてのエネルギーをとらえ、高めます。高い周波数へと。

なぜなら、今、地球のエネルギーは動いています、日々、より高いエネルギーへと。

エネルギーが高くなればなるほど、さらに高まります。人類もです。

このことに苦しむ人たちもいます。彼らは彼ら自身に適う場・人生を見出します。

この瞬間に、突然、高い周波数へと喜んで向かう人たちもいます。彼らは、新しさに目覚めたのです。

大洋を、北極を、南極を、全てをつらぬいて、太陽が昇るように、太陽エネルギーは、銀河へ広がり、月に触れ、太陽に達します。

太陽系の太陽と、あなた自身の太陽はエネルギーでつながります。あなたの太陽エネルギーが、太陽系の太陽のエネルギーへと向かって入るように、太陽系の太陽のエネルギーが、あなたの太陽エネルギーへと向かって入ってきます。あなたはそのつながりを感じます。あなたは、自分が宇宙の存在であることを認識します。ここに私は属している。これが私の場。何も私たちを、抑圧できない。

地球に今日ある狂気も、エネルギーが持ち上げられ、人類に現れている狂気に変容するでしょう・・・純粋な愛へと。愛がいつも優ります。愛はすでに勝利しています。

私たちがしなければならないことは、愛を地球にもたらすことです。

太陽系の太陽のエネルギーは広がり広がり、私たちの銀河系と、私たちの太陽系とつながります。私たちは創造主です。私たちはパワーです。創造的なパワーです。愛のパワーを用いるのです。愛よりもパワフルなものは何もありません。

他の全てのパワー、いわゆるパワーは、愛よりも劣ります。だから、愛が勝利します。

愛は決定的なポイントまで達します。すべての人類に。それぞれが、それぞれにとって完全な場・人生を見出します。

いまこのときを、私たちが作り出したのです。

この太陽はあなたの太陽です。これから数分間、あなたの太陽を創造的に使ってください。あなたの手にあるミニチュアの太陽はあなたとつながっています。あなたがガイドしています。そのつながりを失うことは決してありません。永遠にあなたとともにあります。太陽をガイドしてください。エネルギーを高めるために純粋な創造をしましょう。あなたの直感と意識的な想像をもちいて。あなたの内なる「知」をもちいて。

(3分ほど間があります)

次第に、あなた自身の太陽に、あなた自身に戻りましょう。何千ものミニチュアの太陽が、それぞれのチャクラに、自身のチャクラに戻り始めます。

チャクラを地面に戻します。地面に、あなたの足の裏に。太陽のエネルギーを燃え立たせ、足裏のチャクラと地球を、両手のチャクラと自然をつなげましょう。

あなたの太陽をベースチャクラに戻し、臍下のチャクラをとおり、太陽神経叢のチャクラ
ハートチャクラ、喉のチャクラ、ブラウチャクラ、クラウンチャクラ、8番目のチャクラ、
9番目のチャクラ、10番目のチャクラ、11番目のチャクラ、そして、12番目のチャクラへ。
メタフィジカルな存在として、太陽のエネルギーを12番目のチャクラに戻します。そこで
チャクラは回転を続けます。

何千もの太陽のチャクラが、集まり一つになりました。

何千ものチャクラは、素晴らしい創造的なエネルギーです。愛は、すでにワンネスです。わ
たしたちには、こういったことをする必要はただけです。

愛を地球にもたらしましょう。

私たちがいる状況は、人類が作り出したものです。人類は、今の状況を終わらせる周波数
を見出す必要があります。

私たちは、その周波数を表現する、体現する必要があります。今回のような方法で、私
たちはそうすることができます。

こういったことをする人々は、北半球に多くいます。北半球に92%の人が暮らし、8%が南
半球です。ですから、それはよいことです。

この瞑想に加わってくださり感謝します。思いやりに感謝します。あなたの焦点、エネルギ
ー、愛に感謝します。人類と地球への思いやりに感謝します。ともにあることで、私たちは
勝利します。そうなります。だから、決して、絶望したり、圧倒されたりしないことです。

メタフィジカルには、終わりに達していますが、物質的にはまだしばらく続きます。

確実なこと、メタフィジカルには勝利に達していることです。ありがとうございます。

あなたはメタフィジカルな存在であることを認識していると思いますが・・・

あなたは素晴らしくメタフィジカルな多次元の愛（創造のパワー）と光（創造の光）の存在
であり、永遠です。これがあなたです。あなたがこの真実を生きるなら、あなたは自由にな
ります。物質的現実、物質的体にあっても、幻想に囚われないでいきましょう。

あなたは、素晴らしい愛と光の存在です。そうありますように。