

ライブ瞑想 2022年1月3日

人類を癒すライブ瞑想を始めます。始める前に、この新しい年に、格別な質である癒しと、スピリチュアルな成長と、意識の進化がもたらされますように。

私たちがいるこの時代には、とても大切な質です。

そして思い出してほしいこと、それは、あなたがあなたを癒すとき、あなたは人類をいやすこととなります。どれほど分離しているように見えても、わたしたちはつながっています。私たちは広大なウェブでつながっています。あなた自身を癒すことが自然を癒すことにさえなるのです。あなたを癒すことは、鳥類を、大洋を、クジラを癒します。全ては意識でつながっているので、一つの意識です。

ですから、私がある人たちにとっても素晴らしい新年を願うことは、自然のあらゆるものに、地球上のすべての生命に、私たちの銀河系の生命すべてに素晴らしい新年を願うことになるのです。なぜならいまこそ、エネルギーを高め、意識を成長させるときだからです。そのためわたしたちは、ここにいます。ですから、新年に、特別な質がもたらされますように。

まずチャクラをとおっていきますが、この瞬間にあればいれるほど、この瞬間からの言葉を私は発します。原稿を読んでいるわけでもなく、この瞬間からの瞑想です。これから意識的な想像・イメージーションをしていきます。

知っていてほしいこと、それはあなたが想像力を持ちいてイメージすることが、リアルであるということです。皆と楽しむファンタジーではありません。これはリアルなことです。

深く息を吸って、美しい目を閉じ、息を吐き、リラックスしましょう。リラックスしながら呼吸に焦点をあてましょう。

覚えておいてください。あなたが呼吸をするたびに、あなたは新しい空気を吸っていることを。そうではない状況もありえますが、私たちはいつも新しい空気を吸っています。

新しさ、これが癒しの瞑想のテーマです。なぜなら古い私たちは、健康の問題を抱える傾向が強いからです。この瞬間には新しさがあります。ですが、私たちはなかなかこの瞬間にいたることができません。いつも過去へ思考が向かいます・・・だから必要以上に長く病気を抱えてしまうのです。

意識してピンクのエネルギーを吸い込み、左脳に入れましょう。左脳は、静かに、平安に、リラックスします。静かに、平安に、穏やかに・・・思考を手放しましょう。手放すのです。穏やかにリラックスしたエネルギーが脳全体に広がります。埃まみれの古い思考は消えていきます。

意識してピンクのエネルギーを右脳に入れます。右脳は刺激を受けて活性化します。左脳に

偏りすぎはあまりよくありません。ですが、80%を超える人が左脳に偏っています。

左脳は静かになり、右脳は活発になります。小さな雲と雲が近づいて融合し一つの雲になるように。左脳と右脳が近づき、融合し、バランスある一つの全脳になります。全脳であること、それはとても大切です。恐れは左脳からきます。クリアな全脳から恐れがくることはありません。右脳からはやってきません。ですから、毎日、脳にバランスをもたらすことがとても大切です。

左脳と右脳の間、松果体があります。残念ながらとても小さくなっています。もともと小さいものですが、本来の大きさよりも小さくなっています。小指の最後の関節ほどのおおきさですが、いまでは、とても小さく米粒ほどの大きさになっています。本来の大きさではなく、十分に活発ではありません。手助けが必要です。

意識してピンクの癒しのエネルギーを左脳と右脳の間にある松果体にいれましょう。そうすると、小さな松果体にエネルギーを与え、刺激し、新しい成長をもたらします。毎日、2回、脳にバランスをもたらし、松果体を活性化してください。そうすることが必要です。特に、今この時代に。これは、意識が長い間、私たちに願っていたことです。真実の翼を使って私たち自身を高めることを。

松果体を刺激し活性化する、脳にバランスをもたらすことが必要です。そうすることで、健康をもたらし、人生・生命への全脳的な見方をすることができます。

あなたの焦点を背骨の一番下、ベースチャクラにあてましょう。回転する赤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。私たちが自分を癒すとき、私たちは地球も癒しています。私たちはつながっています。私たちが意識していない時も、つながりはいつもそこにあります。私たちはエイリアンのように生きていますが、つながりはそこにあります。つながりとともあることです。このつながりは、人類の癒しの一部です。自然との繋がりを知って、実際につながることです。

へそ下のチャクラに焦点をあてましょう。回転するオレンジ色のエネルギーです。このチャクラはあなたを水とつなげます。あなたを、海と、湖と、池と、雨、霧、雪と、水たまりと、地球上のすべての水とつなげます。あなたの体の水分とつなげます。すべての人類の体の水分と。ですから、これも私たちの癒しとつながります。私たち自身を癒します。私たちは、孤立しているわけではありません。一人で癒そうとする、それは、分離の幻想です。私たちはつながっています。私たちが癒しましょう。水とのつながりを再生することで、癒しましょう。

みぞおちにある太陽神経叢に焦点をあてます。回転する美しい黄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。地球の中心にはいつも炎が、溶岩があります。地球上どこでも炎があります。野火、囲炉裏の炎、料理のための炎、世界中にあるローソクの炎、文字通り人間のお腹にある炎、異なるタイプの炎ですが。ですが、その炎は、情熱の炎です。私たちが人生に、生きることに情熱的であるとき、それ自身が癒しとなります。私たちがすべての水とつながるとき、その情熱が、私たちが着火する炎が、地球上のすべての生命に行き渡ります。水である液体のエレメントをとおして。

ハートチャクラに焦点をあてましょう。回転する美しい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。すべての大気と。もちろん、私たちは呼吸しなければなりません。地球上のほとんどが呼吸しています。科学は、木々や岩に意識があるとは考えていませんが、木々は意識があり呼吸します。岩も意識がありまったく違う方法で呼吸します。地球は呼吸します。山々は呼吸します。海は呼吸します。すべては呼吸しているのです。私たちが認識できる方法ではなく・・・ですが、すべてはメタフィジカルです。物質的とは、より広大な現実の反映にすぎません。これは惑星全体にあてはまります。

ですから、空気を吸い込んで、肺を満たすとき、地球も、自然も呼吸していることを知ってください。その気づきが、全てへの癒しの一部となります。私たちは、意識せず、かなり潜在意識的に生きています。意識することが癒しの一部となることを知ってください。

喉のチャクラに焦点をあてましょう。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。つなげます。夕方に良くみることのできるエネルギーです。自然のまわりにエネルギーの層、オーラを見ることができます。タイミングに、たまたま外にいるとき。私たちの癒しの一部であるこの膜のようなものを知っておくことです。膜のようなものが、私たちをエーテル界、メタフィジカル、そしてフィジカルとつなげます・・・このすべては、全体の一部であり、これは全体、ホリスティックな癒しとなります。個々、分離はその中にはありません。もし幻想を信じるなら、何もそれ以上はありません。

私たちは、ホリスティックな存在であり、魂を、地球を、人類全体をホリスティックに癒します。あなたがそうしているので、あなたは、何十億の人類を癒しています。彼らは気づかないかもしれませんが、あなたは気づいています。それが大切です。

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。あなたを普遍的な知恵とつなげます。私たちは、普遍的エネルギーとつながり、引き出すようデザインされています。長年の知恵、人間の知恵、私たちがいうところの非人間の知恵・・・すべてそこにあります。ですが、松果体、第三の眼が活発でないとその知恵にアクセ

スすることはできません。だから松果体を刺激し、活性化してほしいのです。それは第三の眼だからです。内なる眼です。内なる目で見るとき、あなたは新しい生き方がみえてきます。新しい洞察が、より広大な直感が湧いてきます。それはパワーであり、人類の意識の中に作り出した孤立、分離を取り去ります。

焦点を頭頂部のクラウンチャクラにあてましょう。回転するバイオレット色のエネルギーです。このチャクラは私たちをより広大な世界とつなげます。私たちは実際、より広大な現実にはいますが、気づいていません。私たちは孤立した、個人的な、人間世界に生きています。それは生命・人生についてではありません。生命・人生とは、より広大な現実について、です。私たちは自然と一つであり、人類と一つです。地球の生き物とひとつです。何が起きているのかと私たちを見下ろしているスターピープルと一つです。

これまでのチャクラは、私たちを自然の世界とつなげます。さらに私たちをメタフィジカルにつなげる5つのチャクラがあります。私たちをメタフィジカルな世界、あるいは、スピリチュアルな世界とつなげます。さらにさらに広大な現実です。5つのチャクラはより大きく、よりパワフルです。

あなたの頭頂から50cmほど上に焦点をあてます。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。あなたをより高いスピリチュアルな可能性とつなげます。この高いスピリチュアルな可能性に触れることなく、どうして癒すことができるでしょう。なぜなら、スピリチュアル・メタフィジカルなあなたが病気になることはありません。肉体が病気になるようには、です。動揺する、不安になる、不調和になることはありますが、スピリチュアル・メタフィジカルなあなたは永遠です。ホリスティックな癒しには、あなたがスピリチュアルな存在としてより高い可能性をもっていることを認識する必要があります。

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番目のチャクラです。回転する虹色のエネルギーです。このチャクラはあなたをこの瞬間のあなたである魂のブループリントとつなげます。過去や未来とではありません。この瞬間にある本来のあなたと。ですから、この瞬間にあなたが自分を癒すなら、あなたのブループリントは変わります。ホリスティックな癒しが起きるのです。あなたがそうすることで、人類の全てに、程度は小さいけれども、同じことが起きるのです。あなたの寛大さ、偉大さ、素晴らしさ、あなたの能力のおかげで、です。寛大さというとき、私は、あなたが自ら進んでシェアすることを知っているからです。誰もがそうするわけではありません。自分のためだけの人もいます。ですからこのスピリット・魂の寛大さがあなたと同様に人類を癒します。

頭頂より3メートル上の10番目のチャクラに焦点をあてましょう。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性の現実化があります。聖なる創造とは、あなたが意識してあなたを、セルフを創造することです。あなたがうまくいく方法で、真実のあり方であな自身を創造するとき、あなたは、健康を、活力を、内なるパワーを、真実を作り出します。ドラマやトラウマの幻想からは離れます。あなたはそうすることで、不老のようになります。私たちは、今のような年の取り方をするようには定められていません。年をとるプロセスを緩やかにすることができます。真実、この瞬間、そして、より高い意識があなたのために働きます。

頭頂より4.5メートル上に焦点をあてましょう。11番目のチャクラです。美しく輝くバラ色のエネルギーです。とても大きいチャクラです。あなたのより高いメタフィジカルな能力が、あなたのスピリチュアルな、メタフィジカルな能力があります。他の次元、領域、周波数にいるあなた・セルフと会うことができます。あなたも、私も、自分で思っているよりもはるかに素晴らしい存在です。あなたがこのつながりに向かうとき、意識が成長し、あなたのより広大なメタフィジカルな能力をもちいることができるのです。そうすることで、あなたは人々が彼ら自身のより高い能力への扉を開けさせることになるのです。隠されていた彼らの一部を開ける、それは人類への素晴らしい贈り物です。何という癒しでしょう。

頭頂より8メートルから10メートル上に焦点を当てましょう。12番目の大きなチャクラです。回転する強いエネルギー、輝くミニチュアの強い太陽です。このミニチュアサンのサイズを、テニスボールほどにしてください。これから用いるために。大きすぎても小さすぎても扱いにくいし、サイズの違いをもたらすことはありません。この太陽は、長い間、ずっとあなたと共にありました。あなたも私も宇宙の一部です。ある意味、奇妙に聞こえるかもしれませんが、あなたが銀河系の存在について話すとき、文字通り彼ら自身の銀河系にいる存在であり、見えませんが、宇宙の中の銀河系の中のその銀河の……つまり、生命は、あなたが思っているよりもはるかに広大です。

ですから、最大に癒すことができる時代に私たちはいます。

右手にこの輝くミニチュアサンをもちます。そうするとあなたのメタフィジカルな体のエネルギーが高くなるのを感じます。ハートへとミニチュアサンをもっていきます。

意識してください。あなたは、素晴らしいメタフィジカルな多次元の不滅で永遠の愛と光の存在であることを、愛は創造のパワーであり、光は永遠の輝きであることを知りました。これが本当のあなたです。

では、11番目のチャクラに戻ります。10番目のチャクラに。9番目のチャクラ、8番目のチャクラ、頭頂部のクラウンチャクラをとおって、額の中央にあるブラウチャクラにきます。ここで、左手であなたの松果体を持ち上げます。すべてメタフィジカルであり、あなたにダ

メージを与えることはありません。

右手に12番目のチャクラのミニチュアサンを。左手には松果体があります。二つを合わせましょう。二つのエネルギーが混ざり合います。第三の眼である松果体の成長を感じるでしょう。では、喉のチャクラから、ハートのチャクラへと向かいましょう。

ハートのチャクラへくるとハートハウスがあります。ミニチュアサンと松果体をもったままハートハウスの第一室へと入ります。

子ども時代の勝利の部屋です。あなたが今抱えている癒しのパワーをあなたであるこどもに、感じさせてあげましょう。なぜなら、このことがあなたの子ども時代を癒すからです。この瞬間のみで癒すことはできません。この瞬間とは永遠です。あなたの子ども時代をいやしてください。癒しましょう。

では、ハートハウスの第二室へ入ります。この部屋は自分をサポートする部屋です。以前は、自分を攻撃する部屋でした。それはやめました。部屋の中、右手のミニチュアサン、左手の第三の眼の松果体を手に持ち、この瞬間にあなたを癒していると、あなたはあなたの永遠を癒しています。なぜなら、この瞬間とは永遠だからです。あなたは自己攻撃の過去を拭き去っています。

このようにして、あなたは聖なるセルフの玉座に座るのです。意識して玉座を想像し、そこに座りましょう。あなたは、あなたのパワーを取り戻します。あなたのために取り戻すのです。あなたに値するものです。そのパワーを人類への贈り物として使いましょう。人々を癒し、手助けすることに使いましょう。あなたを生きた祝福として用いるのです。

では次の部屋へ向かいます。ハートハウスの第三室、豊かさの部屋です。豊かさをもたらす滝の下に立ちます。滝は流れ、外へと向かいます。滝の下で立っていると、豊かさがあなたの中を、周りを流れ続けます。メタフィジカルな存在の中を、周りを。

この豊かさとは、健康、愛、思いやり、あらゆるかたちの豊かさです。その豊かさがあなたの中を流れます。流れて、人類へと向かいます。

第四室へと向かいます。ここは純粹できれいな部屋です。ここにはあなたの真実・真理があります。壁にはあなたが日々生きるために素晴らしい真理が書かれています。

部屋を見回すと、もう一つの扉が見えます。木製です。光が扉のまわりからやってきます。扉は閉っています。扉には、何かが描かれていますがわかりません。扉を開けて通路へと向かいます。そこは光で輝いています。歩き続けるともう一つの扉があります。その扉は蛛の糸で作られているように見えます。その扉を開けると、光輝いていますが、光の光源はありません。

この光は、永遠の光、永遠の輝きです。それはあなたとともにあります。あなたもまた、永遠の光、輝きです。あなたは、歩いていきます。部屋ではありません。

あなたは宇宙の真ん中に立っています。光の輝きは、信じられないほどです。これは、セルフの光です。これはあなたの神性です。右手にミニチュアの太陽を、左手に第三の眼である松果体をもっています。あなたはハートの第五室に立っています。これは、聖なる三位一体です。今回、太陽系の太陽とつながる必要はありません。

内なる宇宙のすべてのエネルギーがあなたの中へと流れ込むままにします。そのエネルギーはメタフィジカルなあなたの体から直接、あなたの肉体へと流れます。あなたに対処できる流れです。あなたの肉体を圧倒することはありません。

メタフィジカルな体、肉体にある、あなたの役に立たないものすべては体から消え去ります。ワクチンのすべては燃え尽きます。フィジカルにも、メタフィジカルにも消え去ります。私たちにできないことはありません。私たちは、不滅の永遠の存在です。

私たちの体を取り戻すとき、体への自己管理を取り戻します。

あなたは、愛が体に注ぎ込まれるのを感じます。動脈をとおって、静脈を通して。すべての筋肉じゅうに、神経系に、リンパ系に、内分泌系に、ホルモン系に、生殖系に、呼吸器系に、免疫系に、免疫系をパワフルにしています。今まで一度もなかったほどに。そのままいてください。そのままに。

永遠の光が体をきれいにし、すべてを燃やし尽くします。燃やし尽くします。

(約1分ほど沈黙)

あなたはヒーラーです。ずっとヒーラーでした。ウィルスはありません。伝染病もありません。あなたが意識して、愛に焦点をあて、聖なる三位一体でみたされるとき、あなたを打ちのめすようなものは何もありません。

あなたは神と一つです。引き離され、玉座から放り出されてはいません。

あなたの偉大さを取り戻すときです。

あなたが、スピリチャルに、メタフィジカルに、感情的に、メンタルに、フィジカルにあなたを癒すとき、あなたは人類を癒しています。癒しの程度に差はありますが。

閉じている人には、それほどではなくなり、オープンな人には、かなりの程度に癒します。

全く意識していなくても誰もが自分で選択します。それぞれの意識が、どこを、どの程度かを、この人類の癒しの経験を選びます。

この瞑想、インナーエクササイズをしようと思うなら、日々、してみてください。
人類へのあなたの贈り物に匹敵するものはありません。測ることはできません。
なぜなら、日々、あなたが与える影響は増していきますから。メディアで用いるインフルエンサーという言葉がありますが、あなたにある宇宙のネットワーク、私たちが言う愛と光のネットワークとは比べるに値しません。
あなたがグループを作り、このエクササイズをするなら、その贈り物は計り知れません。
決して、あなたが人類に与える影響に判断をくださないことです。
あなたの素晴らしさを認識するときです。私たちはとても長い間、自分を小さく見てきました。
私たち一人ひとりに人類への神の贈り物となる能力が、可能性が、スピリチュアリティがあります。そうなる時です。

あなたをこのままにします。
戻るときは、第五室から出て、チャクラを戻り、松果体をブラウチャクラに、ミニチュアサンを12番目のチャクラに戻してください。
このつながりを保ってください。
ミニチュアの太陽からの愛と光のリンクを松果体へ、そしてハートの第五室へ、このつながりを保つのです。
すると、この聖なる三位一体は、いつもあなたのなかで生き生きと活発になります。
あまり意識的でなくなると、活発ではなくなり、この瞬間にあって、意識して愛と光を広げるなら、あなたは、世界のパワーになります。
心から感謝します。
あなたを愛しています。