

## 5月の瞑想

5月の人類を癒す瞑想です。いつものように意識的な想像力を用います。意識は、強く想像される現実と物質的に起きる現実との違いを知りません。ですから、あなたが想像しているとき、あなたは創造しているのです。

ほとんどの想像は、潜在意識的であり気づいていません。より高い意識で想像力を用いるとき、それはとてもパワフルな道具となります。それを用いましょう。

ようこそ、皆さんを歓迎します。これは一体感についてです。一体になると、私たちは違いをもたらすことができます。力を合わせると私たちはパワフルです。私たちは、別々の国にいますが、私たちは一つの人類です。私はいつも感じます。違う国の人たちが参加していますが、私はそれぞれの人とその国のより高い意識を表している感じるのです。だから、共に世界を巻き込み、共に世界を変えらるのです。共にいて私たちはパワフルです。素晴らしいことです。さらに取り組みましょう。

私たちはこのことに勝利します、あるいは、勝利しました。ただこの勝利を地球上にもたらす必要があるだけです。勝利を、人類のハートで確かなものにする必要があります。

では深く息を吸いましょう。美しい目を閉じます。息を吐きながらリラックスしましょう。呼吸に焦点をあてるのです。

意識して想像しましょう。ピンクの癒しのエネルギーを吸って体中にめぐらせましょう。ピンクのエネルギーを吸い、左脳へと入れます。左脳は穏やかに、静かに、リラックスします。思考が静かになります。穏やかに静かになります。何もすることはありません。ただいまここにあるだけです。

ピンクのエネルギーを吸い、右脳へと入れていきます。右脳は元気づけられ、刺激を受け、活性化します。左脳はリラックスし、右脳は活性化します。

左脳と右脳を小さなふわふわの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。それは、私たちが生きていくために必要です。全脳です。左脳と右脳が融合した全脳で、私たちは知性と直感を用いることができます。完璧な生き方です。偏りが良いとか悪いではありません。バランスのあるほうが効果的です。

二つの脳の間には松果体があります。意識して、ピンクの癒しのエネルギーを松果体にいれましょう。元気を、刺激を与え、活性化し、新しい成長をもたらしましょう。多くの人の松果体は石灰化し、小さくなりすぎています。米粒から豆粒ほどの大きさにする必要があります。

す。とても重要です。このことを、毎朝、目覚めた時、毎晩、寝る前にしてください。脳にバランスをもたらす、松果体を活性化し成長させるのです。松果体が重要なのは、それが第三の眼だからです。

ピンクのエネルギーで体中を満たしましょう。するとリラックスします。それはインナーエクササイズの間も続きます。

ではさらに深くメタフィジカルに入っていきます。

あなたの焦点をアーススターチャクラにあてましょう。ゼロチャクラとしても知られています。それはあなたの足の下にあります。回転する深みのある茶色、また暗い赤紫色のエネルギーです。あなたを惑星の地球とつなげます。アース・スターチャクラはこれからも用います。さらに深く入る必要があるからです。馴染みのない人のために繰り返します。両足の間、地表よりも下にあって回転する深みのある茶色、また暗い赤紫色のエネルギーは、あなたを惑星の地球とつなげます。

焦点を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背骨の一番下にあります。このチャクラはあなたの肉体のエネルギーをグラウンディングさせます。地に足をつける、です。必要なことです。私たちは、グラウンディングするように設計されています。現代の靴は、私たちからグラウンディングを奪っています。意識的であるとグラウンディングできますが、多くの人は潜在意識的に生きています。

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地球上のすべての水とつなげます。

みぞおちにある太陽神経叢に焦点をあてます。おへその上にあります。回転する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。ここは、感情のチャクラです。感情にバランスをもたらすのはよいことです。気持ちが乱れる、動揺するとき、意識的な想像の目をおして、このチャクラを見るのです。その色が、灰色や、赤色また、他の色なら、純粋な黄色に戻しましょう。金色でもかまいません。このチャクラが、大きすぎるならまとめ、きつすぎるなら、緩めてください。こうしてチャクラにバランスをもたらすのです。あなたの直感を信頼しましょう。

ハートチャクラに焦点をあてましょう。回転する生き生きした緑色のエネルギーです。いつも生き生きしています。このチャクラはあなたを空気とつなげます。これは鍵となるチャクラです。メタフィジカルなハートは、魂の座する場だからです。無条件の愛、無条件の信頼の、意識の叡智の座する場です。これらの質は魂にあって、魂が成長させるものです。だか

らいつも愛を選びましょうと言いつけるのです。愛の選択は、あなたをあなたである魂とつなげます。あなたをふさわしいエネルギーで、ふさわしい場においてくれます。

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。物質界と多次元界の間の薄い膜のようなものです。

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。ですが、石灰化されほとんど休眠中です。ですから松果体への刺激が必要です。なぜなら、これは第三の眼だからです。第三の眼を活性化し、普遍的知恵とつながるときです。普遍的知恵は人間の知恵を完全に超えるものです。

焦点を頭頂部にある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。このチャクラはあなたをより広大なメタフィジカルな現実とつなげます。ここまでのチャクラはあなたを大いなる自然界とつなげます。自然と、自然のエレメント、エレメンタルとつなげます。

次のさらなる 5 つのチャクラはあなたを、私たちのいるより広大なスピリチュアル、あるいはメタフィジカルな世界とつなげます。あなたを、もっと広大な宇宙的レベル、銀河的なレベルとつなげます。私たちは、広大な宇宙の存在だからです。

あなたの頭頂から 50 cm ほど上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。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す。9 番目のチャクラです。回転する虹色のエネルギーです。このチャクラにはこの瞬間の魂であるあなたのブループリントがあります。

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。このチャクラは、あなたの聖なる創造の可能性があります。あなた聖なるの創造性は、あなたが意識的に自分を成長させているときに、この瞬間、瞬間に愛をもって意識的に応えているとき発揮されるものです。それが聖なる創造です。

頭頂より 4 から 5 メートル上に焦点をあてます。11 番目のチャクラです。とても美しく輝くローズピンク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可能性があります。他の次元、他の現実のあなた・セルフと会うといった能力です。あなたはあな

たが思っているよりもはるかに偉大です。

頭頂より 8m から 10m 上に焦点を当てましょう。12 番目のチャクラです。強く輝くミニチュアの太陽を内包する回転するエネルギーです。あなたはリラックスし、準備が整ったあなたの体に気づいています。あなたの肉体、アイデンティティへの焦点を、あなたの愛と光の体、メタフィジカルな体へとあなたの焦点を向けましょう。

メタフィジカルな体は、いつも肉体の 3 倍から 5 倍あります。

あなたは意識します。あなたは素晴らしい愛と光のメタフィジカルな多次元の不死で永遠の存在であることを。愛は創造のパワーであり、光は永遠の輝きです。これが、本当のあなたの真実です。あなたが何か間違ったことをしても、あなたが何をしても、この真実があなたから離れることはありません。私たちが離れるのです。

私たちは、今、12 番目のチャクラに立っています。回転するミニチュアの輝く太陽を見えています。素晴らしいメタフィジカルな存在として、ミニチュアの太陽を取って手に持って下さい。テニスボールほどの大きさです。この太陽をいつも、敬いを、敬愛をもって接することです。この太陽はずっと長い間、あなたとともにいました。それは純粋なエネルギーであり、あなたを宇宙とつなげます。私たちの太陽系の太陽と。他にも数えきれないほどたくさんある太陽と。そして、全宇宙の中心にあるユニバーサルサンとつなげます。

ミニチュアの太陽をハートのところで優しく抱えてください。

あなたは気づきます。白く光り輝く道があることに。すべてのチャクラにつながる道があることに。アース・スターチャクラまでものびています。

あなたは太陽を手にもってこの道を歩いて 11 番目のチャクラへと降りて行きます。10 番目のチャクラへ。9 番目のチャクラへ。8 番目のチャクラへ。クラウンチャクラへ。6 番目のブラウチャクラに達します。

ブラウンチャクラ、これは第三の眼です。そこで、第三の眼を片方の手に取り、ミニチュアサンの隣にもって、ハートの前で抱えます。そうしてつながります。白く輝く道を通して喉のチャクラを通りハートのチャクラへ。

ここでとまります。分かれ道があつてハートチャクラへとつながっています。

(ハートを癒すハートハウス自体のインナーエクササイズがあります。まだされていないならそのエクササイズをお勧めします)

ハートハウスまで行って扉をあけます。心臓の第一室にはいます。子ども時代の栄光の部屋です。扉を開けて第二室へ向かいます。ここは、今のあなたを、セルフを敬う部屋です。あなたの主権、王座がある部屋です。あなたの主権を認めるのです。あなたがあなたの人生の創造主であることを。事実、あなたはあなたの創造主です。このことを知的に理解することはできません。あなたがあなたの主権に意識的になると、人生は変わります。

心臓の第三室へ進みましょう。かつてこの部屋は恐れと欲望の部屋でした。ずっと前にあなたはこの部屋を豊かさ、賞賛、感謝の部屋にしました。感謝は豊かさへの鍵となります。あなたにあるものに感謝するとき、豊かさは増していきます。いつもそのように働きます。

第四室に進みます。ここは光で満たされています。あなたの人差し指をペンにして、この第四室の壁にあなたは真理を書きます。たとえば、「私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す」これはあなたの真実です。真実は、頭よりもハートにあります。そういった真理がたくさんあります。

この部屋を見回すと、左側にもう一つ大きな木製の扉がみえます。扉の周りからたくさんの光が射しこんでいます。通路につながる扉です。心臓の第五室への通路です。扉には何か書かれています。それは、あなたのためのものです。人によって違います。急いで読み解く必要はありません。ある日、ふさわしいときに、読むことができるでしょう。あなたに関わることです。

この通路の終点まで歩き次の扉の向こう、そこにある光は、誰もが物質的には直面できないほど強いということがわかります。その熱は肉体では誰も直面できません。ですがあなたはメタフィジカルな存在です。あなたは永遠の光です。扉の向こうにあるのは永遠の光です。あなたは愛です。愛は創造のパワーです。つまり、あなたは、あなたを創造しているのです。だから神経質になる必要はありません。通路を歩いていきます。すると蜘蛛の糸でできた扉があり、もちろん光がもれています。心の準備が出来たら扉をあけて第五室へ歩みいりましょう。とても広大です。まるで星の中へいるようです。中に入っていくと、6次元にいることに気づきます。メタフィジカルな存在であるあなたは、もはや3次元の存在ではないので、この空間に適応しています。その中へと。

いま、6次元の空間にいます。あなたは多次元の存在です。あなたの右手にはまだ12番目のチャクラの太陽が、もう片方の手には第三の眼があります。

二つをもって Y の字のように頭上に掲げると、あなたは聖なるセルフの三位一体を形づくります。この巨大なハートの第 5 室は、物質的にはとても小さく、メタフィジカルにはとても巨大です。

ここですることがあります。

心地よくなったらもっと中へ歩いていきましょう。星の真ん中へ。

あなたにとってここと、感じるまで歩いて行ってください。光は燃えていて、強烈です。

熱もとても強烈です。

ですがあなたのメタフィジカルな身体には完璧な場所です。

このエネルギーが愛と光のメタフィジカルなあなたの体へと、体の細胞すべてへと入ってきます。

あなたのメタフィジカルな体は、重たい密度の肉体よりも素晴らしく、複雑で、はるかに発達しています。

12 時間で、そのエネルギーはあなたの肉体に伝わりますが、エネルギーの強さは、あなたの肉体が耐えられる強さです。あなたが燃え尽きることはありません。

私たちは人類を癒しているのです。

あなたは 12 番目のチャクラの太陽のエネルギーを持っています。

私たちの太陽系の太陽のエネルギーを、あなたを通して、第五室の中心にもたらししてください。太陽系の太陽のエネルギーがあなたの中で燃え上がります。暖かいシャワーのようです。なぜなら、あなたは素晴らしいメタフィジカルな存在だからです。あなたは 6 次元の空間にいます。まるであなたのホームのようです。

今、あなたは純粋にメタフィジカルですが 肉体でも、エネルギーを感じるがあります。そのエネルギーが高まっているのを感じるがあります。あなたの体のどこかが熱かったり、寒かったり、痛かったりしても問題ありません。古いブロックを取り除いているだけですから。

アース・スターチャクラに焦点をあてましょう。

あなたの両足の下にある濃い茶色、赤紫色のチャクラです。そうすると、あなたは、内なる地球の太陽とつながります。そのエネルギーは地球の中をとおり、第五室へと上昇してきます。

太陽系の太陽のエネルギーが第五室へと上から降りてきて、内なる地球の太陽のエネルギーは下から第五室へとあがってきています。

いつかこの内なる太陽の不思議は、明らかにされるでしょう。まだ人々には受け入れられま

せん。受けとめようとする人もいますが。

今、この信じられないような強烈な二つの太陽が、あなたの中で回転しています。

あなたの感覚はどんどん大きくなっています。

あなたが自分の感覚を失うことはありません。あなたであるスペース、あなたである存在がどんどん大きくなり、文字通りあなたが星の中心になり、その領域全体があなたになるのです。

今、あなたは地球と全人類を自分の中に引き寄せます。第 5 室の中心、この不思議の場所で、地球である惑星があなたの中に引き寄せられます。

ここであなたは、地球と人類、すべての自然に、この 2 つの太陽とあなたの強烈なパワーを感じさせてあげてください。あなたは輝くパワフルな存在です。だから、共にいてください。ここでしばらく私はだまります（数分）。感じてください。

あなたの中で、地球が回転しているのを感じます。

あなたは、自分であると思う境界線を手放しました。

もし、あなたがどこかの国に、特に焦点を当てたいと思うのであれば、どうぞそうしてください。

もし、あなたが誰か、家族や、友達などで特に焦点をあてたいと思う人がいればそうしてください。

山々や溪谷、農場に、自然に焦点を当てたいのであれば、そうしてください。

太陽の中心にあって第五室にいる一人ひとりを意識しましょう。

すべての太陽が一つの太陽になることを意識しましょう。すべてが一つなのですから。

すると、信じられないようなパワーのエネルギーが突然成長し大きくなり、あなたは一体感を感じます。共にエクササイズをしている何百人もの人々がワンネスと一体感へむかいます。

これはとても貴重な経験です。

準備ができれば、地球に知らせてください。愛されていることを。

その美しさ、豊かさに感謝しましょう。そして、地球を元の位置に戻します。

つぎに、人類すべてに伝えましょう。魂のレベルではすべての人類が愛されていることを。そして、地球の変容の時にここに生まれる選択をした勇氣に感謝を伝えましょう。

あなたに馴染みがあってもなくても、内なる太陽のエネルギーに感謝し、そのつながりに感謝しましょう。私たちには、科学ではわからない、わたしたちに未知のことがたくさんあります。

その美しいエネルギーに感謝しましょう。内なる太陽は愛されていることを伝えるのです。

地球の中で暮らす人々にも、彼らのエネルギーと愛に感謝しましょう。

最後に、太陽系の太陽に感謝を伝えましょう。エネルギーを無限に注いでくれています。愛と感謝を伝えましょう。

太陽は、太陽と意識してつながり、太陽を意識して愛する人々を焼くことはありません。

最終的に、巨大な星の中にある第 5 室の中心にはあなただけがいます。もしあなたにとって大切な誰かが、家族、親戚、友人で困っている人がいたら、愛と光を送ってあげましょう。今がその時です。

彼らを生き続けさせようとする必要はありません。彼らである魂にとって愛と光こそが最高の手助けです。そうすると、彼らである魂は、魂のとおりにすることができるのです。

最後に、ここでもう一度意識しましょう。

あなたは、素晴らしくメタフィジカルな、多次元で不滅で永遠の愛と光の存在であることを。

あなたは、それぞれの手に、第三の眼と、12 番目のチャクラの太陽をもっています。

では、ハートの第五室から出ましょう。

そして、ハートハウスの外へ出ていきます。そこには光の道があります。

光の道を歩いて、喉のチャクラをとおり、ブラウチャクラへ、第三の眼である松果体をブラウチャクラにおいてエネルギーを戻します。

毎日 2 回、このチャクラを刺激し活性化させましょう。

頭頂部のクラウンチャクラへ、8 番目のチャクラへ、9 番目のチャクラへ、10 番目のチャクラへ、11 番目のチャクラへ、最後に 12 番目のチャクラへ。

12 番目のチャクラに強く輝くテニスボールの大きさのミニチュアの太陽を戻します。

焦点をあなたの体に戻しましょう。

ここで終わります。

そのまましばらくじっとしていてもかまわないし、終えてもかまいません。

最後にもう一言です。

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す。愛は創造のパワーであり、光は、永遠の輝きです。

あなたがこの真実を、真実の本質をあなたの人生で生きるなら、その真実があなたを自由にするでしょう。そうでありますように。

あなたを愛しています。