

人類を癒すライブ瞑想2022年12月

目を閉じて深い呼吸を数回しましょう。愛と光を吸い込みながら体をリラックスさせましょう。想像してください。ピュアなクリスタルの光が滝のようになって、あなたのメンタル体、感情体へ、肉体へと降り注がれています。その光が頭へと流れこみ、松果体を刺激し、完全にバランスのとれた全脳の周波数を作り出してくれます。

肩から胸をとおり、すべての臓器や器官へと流れ、血液の流れに乗って体の隅々までいきわたります。感じてください。足へ、足の裏から大地深くへと流れていきます。

クリスタルの光あふれる滝が、マインドのおしゃべりや緊張、不安や心配などをすべて地球に流してくれます。地球は大地深くに流れ込んだどんな不調和なエネルギーも本来の完全なエネルギーに戻します。

地球は、またきれいになったエネルギーを足下にある赤茶色のアーススターチャクラを通してあなたへと戻してくれます。あなたはグラウンディングし、地球とのつながりを感じます。

つながりのエネルギーは今、尾てい骨にある赤色の第一チャクラまで上昇します。このチャクラはあなたを地球とつなげ、食べ物、水、住まいなどの基本的な必要性をみだし、あなたに安全、安心を与えてくれます。

守られ、安全を感じるあなたは、焦点をへそ下にある仙骨のチャクラに向けましょう。オレンジ色です。あなたのこちよさと創造的なエネルギーを刺激し、あなたの人生に喜びをもたらします。

この広がりゆく創造的なエネルギーは、いま、みぞおちにある太陽神経叢のチャクラへと流れます。黄色です。あなたの勇気と自信に火をつけて、自分を信じることを妨げるあらゆる障壁、ブロックを終わらせます。美しく回転する光の波動は、今、あなたにパワーを与え、自信を与えています。

第四番目のハートチャクラ、緑色の美しい、完璧なハートに向かいます。あなた自身への圧倒的な愛を、あなたであるユニークで素晴らしい存在への愛を感じましょう。

この愛の波が、青色の喉のチャクラまであなたを運び、あなたの言葉のパワーと、あなたが真実を表現することの重要性について深い洞察を与えてくれます。私たちは真実しか語れない時代に突入していることを知っているでしょう。真実でないものは、存在することができなくなります。

第三の眼へ向かいます。額の中央にある藍色の第 6 チャクラは、あなたの直感と知恵に活力を与えてくれます。

頭頂部にある第 7 のクラウンチャクラへ向かいます。バイオレット色をしています。より高いスピリチュアルチャクラへのポータルであり、高次のパワーへ、あなたの神性へ目覚めさせてくれます。

つぎにウルトラバイオレット色の第 8 チャクラに向かいましょう。あなたの最初のスピリチュアルチャクラであり、光輪のチャクラです。より高い周波数をあなたの肉体に流し込みます。

さらなる上、あなたの第 9 チャクラのエネルギーは、渦巻く虹色で、あなたがいくつもの人生を通じて獲得してきた魂のスキルと能力、つまり、創造主、ヒーラー、先生の能力にあなたを目覚めさせます。

つぎに、10 番目のパールホワイトのチャクラを感じましょう。あなたの男性的エネルギーと女性的エネルギーを融合し、完全なバランス、完璧な調和をもたらします。

つぎなる第 11 番目のチャクラは、ゴールドとシルバーを帯びた柔らかなピンク色です。このチャクラは、あなたに宇宙の叡智をもたらします。

最後に、第 12 番目のチャクラです。頭の上 12 メートルほどにあります。このチャクラは本当に大きく、聖なる無限の光で輝く黄金の太陽であり、あなたの輝きを宇宙中に放射し、あなたの物質的な体にもその輝きは尽きることなく流れこませています。これがあなたです。あなたは光り輝く愛と光の大いなる存在です。あなたの素晴らしさを感じましょう。私たちは自分自身を安易にジャッジし、小さくしてしまいます。だから、この瞬間だけでも、自分を改める、変える必要性を手放し、すでにあるあなたにある完全性に目を向けてください。きっと、ハート深くで、この真実を感じる事ができるでしょう。

信じられないくらい素晴らしいあなたの輝きを感じ、受け入れるのです。あなたのうちなる愛と光の深い脈動を感じるのです。感じましょう。

今、あなたの体は、ある周波数を脈打っています。その周波数で、すべてのタイムラインを超えてばらばらになっているあなたの断片が引き寄せられ、集まり一つになるのです。この愛と光の脈動は、チャイムのように、あなたの潜在意識の奥深くにあるシャドウセルフ（影

の自分)の側面を呼び戻します。あなたのいくつもの人生の様々な時に経験したトラウマや恐れに対処できなかったあなたの部分です。その部分を一つにまとめましょう。

あなたの聖なる腕を大きく開いて、シャドウセルフをととても優しく愛をこめて抱きしめましょう。そうすると、あなたがこれまで感じたことがないようなさらなる深い愛と慈しみを感ずります。生まれたばかりの大切な赤ちゃんを抱くように、あなたのハートで優しく優しく抱きしめてあげましょう。

そして、シャドウセルフに感謝しましょう。あなたと共にここにいてくれることに、あなたを信頼してくれていることに。シャドウセルフが経験してきたことをすべて認め、怖くても、対処できなくても、いまはもう安全であることを伝えるのです。そうすれば、その感情を処理し、癒すべきことに向き合えるのです。愛の癒しのパワーで、ともに癒しましょう。すべて愛にまかせるのです。愛はどうすればよいかを正確に知っています。

よくある激しい浄化に向き合うだけの強さと十分な成長、進化があなたになかったら、この時ここにいることはなかったでしょう。それは、地球の高くなる周波数に同調するために必要です。あなたが歩んできたすべての嵐はあなたに知恵をもたらし、あなたの真実に目覚めさせました。だから、あなたは今ここにいて、この言葉を聞いているのです。星や惑星を動かすエネルギーが、あなたを動かしているのです。あなたの体のすべての細胞は、世界を創造するパワーと直接つながっています。

神性はあなたの中に、すべての人のなかであって、数千回以上の人生を待ってでも、一人ひとりが目覚めるのを待っています。そして、この探求において最も重要なのは、自分への愛です。それは、あなたへの最高の贈り物であり、最高の宝物です。人生は、あなたが自分自身を無条件に愛し始めたとき本当に始まるのです。

あなたが本当にあなたを愛するなら、あなたは全世界と世界にあるすべてのものを愛します。あなたは愛の奇跡です。あなたは光です。あなたは世界です。

あなたは世界であり、世界はあなたです。一つのエネルギーであり、一つの意識であり、一つの創造です。真実のあなたであるセルフ (Self) を感じ、愛と光を広げてください。あなたの物質的体とメタフィジカルな体のすべての細胞が、お互いから離れ、次第に遠くへ遠くへと浮かんでいきます。徐々に、すべての細胞であるあなたは私たちの母なる地球全体に広がります。

そうしているうちに、あなたは驚くべきことに気づきます。地球には二つのバージョンがあつて、ふたつとも同じ空間を占めているように見えます。一つはより高い周波数、より高い響きです。ですが二つとも互いに両立しています。そして、あなたは心の奥底で、これから

私たちもそうになっていくことがわかります。新しい地球へ向かう人たちがいます。古い地球で彼らの物語を続ける人たちがいます。

そこには、上も下も、成功も失敗も、すべきもすべきでないもありません。意識がすべてを決めるのです。

あなたは愛が広がりゆくを感じます。それぞれの細胞はあなたのバージョンの一つです。50兆のあなたのバージョンが、世界中に広がっていきます。そうしているうちに、あなたが地球の人類であることに気づきます。彼らは他人や見知らぬ人たちではありません。それは私たちが生きている幻想の一部に過ぎません。これは、私たちの知性が理解できるまで小さくした知的解釈に過ぎません。知性は日常生活には役立ちますが、真実のあなたとは？という広大なスケールになると、無力です。真実、あなたは人類です。

50兆のあなたのバージョンがいて、あなたが世界中に広がるにつれて、あなたがつながる、あなたが出会うすべての人の中に、別のバージョンの、別の表現のあなたがいる、あなたであることがわかります。

とても感情的な人たち。ひどい怒りの人たち。コントロールしようとする人たち。また、家すら持たずに自由に生きている人たち。生きていることがやっとの貧しさにいる人たちもいます。

これらすべてはあなたのバージョンです。最も深い基本的なレベルでは、すべてひとつの意識であり、すべてひとつのエネルギーです。すべては、私たち一人一人の中にあるより広大な真実、より広大な聖なる表現に向かってもがいているのです。私たち一人ひとりが私たちすべてであるという事実を受け入れるのは、とても難しいことです。私たちはずっと以前から、分離の壁というものを信じてきました。そしてそれは偽りであり、欺瞞だったのです。

司祭があなたと神との間にいるように 私たちの教育も、あなたたちと私と神の間にはいりこんでいます。ですが、私たちは大いなる存在です。セルフのほかには何もありません。セルフ (Self) がこの宇宙やほかの宇宙を創造したのです。私たちは自分の価値を下げ、小さくし、教えられた台本の筋書きに合うよう自分をおとしめてきました。その小さなストーリーにとらわれ、その台本通りを続ける人たちがいます、その欺瞞を見抜く日がくるまで。また、自虐的な脚本からぬけでて、自分らしい自分を、本来の自分を表し始める人たちもいます。

それはすべての存在とひとつであるという自分です。それはセルフの主権、自然界の主権を尊重して生きることです。私たちが他の人々と呼ぶこれらすべてのあなたのバージョンは、地球上のいたるところに広がっています。気づいていませんが彼らは愛です。すべてあなた自身の側面です。どんな人種のあなたも、どんな国籍のあなたも、どんな言語を話すあなた

も、すべてにとって愛が言語となります。愛はすべての障壁を、境界を超えます。愛はハートの言語です。すべての人類とはあなたであることを知って、セルフ (Self) のなかに抱きましょう。

セルフ (Self) の他の表現であるあなたに愛を感じましょう、あなたが想像できる最高の愛を。あなたが天使であるように、地球上のすべての人間、一人ひとりを抱きしめています。一人残らず。あなたは愛であり、愛を抱きしめているのです。あなたは愛を表している愛です。

さらに、さらにあなたを広げていきましょう。あなたは、すべての木はすべての森であることがわかります。すべて、セルフのひとつの意識の中にあるのです。物質的な木は切り倒すことができ、大地にかなりな損傷を与えることはできますが、それがメタフィジカルに起きることはありません。メタフィジカルがフィジカルに先行します。幻想が終わるとき、私たちは真実を見るでしょう・・・すべての森は物質的に戻る、そこに在ることがわかるでしょう。

完全であることが再び示されるでしょう。私たちは幻想の映画を作り上げ、それを信じています。それを人生の映画と呼んでいます。しかし、間違いです。それは偽りの映画です。私たちは今、本当の人生の映画に向かって進んでいるのです。真実は常にあなたの奥深くにあり、光へと現れ、新生さが始まる瞬間を待っています。あなたがそう選ぶなら。

ですから 50 兆ほどあるあなたの側面が、農地をとおり、森やサバンナをぬけ、すべての砂漠、すべての雪原をとって世界中へ広がっています。そのすべてが愛されています。愛のパワーと愛の変容にまさるものはありません。ただともにいてください。あなたは世界です。

あなたは古い世界と新しい世界を受け入れ、抱きしめています。あなたは創造主です。私たちは幻想を創造しているか、真実を創造しています。私たちが自分の創造を聖なるものと結びつけるとき、私たちは真実を創造し、また真実が私たちを創造しているのです。

次第に、私たちの細胞である私たちの側面すべての雪のかけらが旋回しながら、中心に向かって渦を巻いています。そして、中心にくるとまとまり始め・・・そこには素晴らしいメタフィジカルな存在が姿をあらわします。あなたです。

あなたは一人の人間であり、あなたはすべての人類です。あなたは存在するすべてです。すべてはひとつです。あなたはあなたの周波数にふさわしいことに向き合います。あなたが制限の箱から出て驚きと畏敬の念を抱くような経験をすればするほど、あなたの意識はさらに広がります。

あなたを素晴らしいメタフィジカルな多次元の不滅で永遠の創造のパワーである愛と永遠の輝きである光の存在として意識しましょう。

これがあなたです。これがあなたの真実です。

あなたがこの真実を生きるなら、真実はあなたを自由にするでしょう。これは、私たち一人ひとりが生まれながらに持っている権利です。あなたのハートと魂は、このことを知っています。そうでありますように。