

人類を癒す瞑想3月

人類を癒す瞑想にようこそ。いつも意識的な想像をします。これが大切です。意識的な想像をするには肺へと深く吸い込み、体をリラックスさせましょう。肩も、です。私たちの肩はよく緊張しています。横になるしかない場合は、寝そべっても構いませんが、できれば座ってほしいと思います。ピンクのエネルギーを吸い込みましょう。

意識して想像するのは、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。

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。

では、無限大のシンボルが、左脳、右脳の半球を一周し、松果体のところで交差するのをイメージしましょう。

落ち着きとリラックス、そして活力と刺激、活性化、これらすべてが1つの流れとなるようにイメージしてください。この流れがバランスをもたらしているのです。

右脳優位のかたもいらっしゃるでしょう。その場合は、私の説明の逆をしてください。あなたはバランスをもたらしています。

美しい無限大のシンボルがうまく流れるようにしましょう。静めるエネルギー、リラックスするエネルギー、活力を与えるエネルギー、活性化する、刺激を与える、すべてがいりまじり、バランスをもたらす、松果体を刺激し、活性化させます。

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。

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。

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。水蒸気、雪、水、雨などあらゆる種類の水があり、すべてのエネルギーがあなたの焦点である太陽神経叢のチャクラに向かって流れ出します。

このへそ上にあるチャクラは、回転する黄色のエネルギーです。これはあなたを炎とつなげます。ここは感情にバランスをもたらす場であることを忘れないでください。一つの方法ですが、チャクラの黄色を見て、もし赤やグレーや黒など、そこにあるべきでない色があれば、それをきれいな黄色に戻し、黄色に金色を、黄金色のようにします。

そして、チャクラが大きすぎるなら小さくし、小さすぎるなら緩めるのです。このようにして感情のチャクラのバランスをとるのです。自分の感情をコントロールすることは決してできません。コントロールしようとする人たちは一日中、自分の感情をコントロールしながら過ごすこととなります。バランスをもたらす、それが唯一の方法です。

ハートチャクラに焦点をあてましょう。ここは、回転する鮮やかな緑色のエネルギーです。これは、あなたが呼吸する空気、大気とつなげます。ここには魂の座があり、この魂が本来のあなたです。そして、意識の叡智の座する場です。本来のあなたのパワー、パワーの座する場です。

喉のチャクラへ向かいましょう。回転する青い色のエネルギーで、エーテル界とつなげます。また、このチャクラは、あなたが言葉を発する場でもあります。より意識的に話し、言葉にエネルギーを与えるのです。あなたが他の人に何を話しているのかを意識するのです。それがあなたの人生を創るからです。多くの人が自分の会話を聞いていると、しばらくは話す気がなくなるでしょう。あなたはあなたの会話を生きるのです。

眉間のチャクラに焦点を合わせます。回転する藍色のエネルギーです。このチャクラはあなたを普遍的な叡智とつなげてくれます。これはまた、第三の目として知られており、第三の目とはあなたの松果体です。

ですから、この松果体は今、パワーを得ています。もし、無意識のうちに、あるいは意識の一部で、無限大のシンボルを維持できるのであれば、そうしてください、もしできなくても、大丈夫です。松果体の発達がとても重要です。チャクラと脳のバランスを整え、松果体を刺激することを、毎朝毎晩行ってください。

続けて、クラウンチャクラに焦点をあわせましょう。回転するバイオレット色のエネルギーで、あなたをより広大なメタフィジカルな現実とつなげてくれます。あなたはメタフィジカルな存在であり、ここはあなたのホーム、広大なメタフィジカルな現実です。ですから、私たちが現実と思っていることの多くは幻想です。これはとても議論の多い分野なので、ここでは触れません。

ここまでのチャクラすべては、あなたと自然界をつなぐものです。

これからスピリチュアル体、メタフィジカル体のチャクラに進みますが、これらは私たちが生きているスピリチュアルな宇宙とつながっています。ですから、すべてのチャクラを発達させる必要があるのです。時間がないからといって、決して迂回してはいけません、どこへも行けなくなります。

頭頂部から 0.5 メートルほど上にある第 8 チャクラに焦点を合わせましょう。回転するウルトラバイオレット色のエネルギーです。このチャクラには高いスピリチュアルな可能性が秘められています。

チャクラに入るほど、より意識的になり、事実、自分の可能性を高めていることとなります。

あなたの焦点を頭頂部より 1,5 メートル上にある 9 番目のチャクラに向けましょう。回転する虹色のエネルギーです。そして、ここにはあなたの魂のブループリントがあります。教師、創造主、ヒーラーというユニークな創造性があり、ほかの人に取り掛かる前に、自分自身を教え、自分自身を創造し、自分自身を癒すのです。そうすることが大切です。

ブループリントとは、今この瞬間のあなた自身であることを忘れないでください。ブループリントはいつも創造されています。

頭頂部からおよそ 3 メートル上の第 10 チャクラに焦点をあてましょう。ここは回転している純粋な光のエネルギーです。真珠のような白に見えるでしょう。そうです。ここにはあなたの聖なる創造の可能性があります。男性性と女性性が融合したシンクロニシティをあなたに差し出します。あなたが意識的に愛を選択し、自分の中で見る必要があると感じる何かを修正しようとする。それを愛から行うとき、それはこの第 10 チャクラを刺激しているのです。

あなたの頭頂より 5 メートル上の 11 番目のチャクラに焦点をむけましょう。このチャクラは、回転する美しいローズピンク色のエネルギーで、あなたのメタフィジカルな能力、高次のメタフィジカルな能力を保持しています。

チャクラの活性化を強いるのではなく、意識的にチャクラをみていく、日々、チャクラをとおっていくなら、これらのチャクラはより複雑になり、あなたは成長します。チャクラから自分を切り離すことはできません。

最後に、頭頂部より約 9~11 メートル上の 12 チャクラに焦点をあてましょう。このチャクラには、燃えるような強烈なミニチュアの太陽があり、これはあなたのパワーハウスの一部です。ミニチュアの太陽を認め受け入れると、あなたは太陽を暮らしの中で用い始めることができます。これは、私たちの太陽系の太陽とあなたを結びつけます。この太陽は、私が普遍的な太陽と呼んでいるものともつながっています。そして多くの点で、それは私たちの普遍的・宇宙的なつながりでもあるのです。なぜなら、私たちは普遍的・宇宙的な存在だからです。肉体のアイデンティティーから、肉体のアイデンティティーを含む愛と光の美しい体に焦点を移しましょう。これがあなたの本当の姿です。

あなたは、すばらしいメタフィジカルな多次元で、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です。これがあなたの真実です。信じられないほど広大な可能性、それが決して減じることはありません。私たちは、私たちの真実と、広大な可能性と、ただつながっていないだけです。私たちはそのつながりを失うことで自分自身を無力にしているのです。「本当のあなた」は永遠です。それは完全に私たちの選択です。だから、今、あなたの焦点をこのメタフィジカルな身体に移し、肉体から離れましょう。歩き出すと、あなたはチャクラを歩いています。それは銀色の道です。銀色の道を歩いていきます。

今回は、ハートチャクラに到達するまでさらに歩を進めます。そう、あなたは以前に同じことをしています。繰り返すのは良いことです。

あなたのハートハウスにいきましょう。あなたは、勝利の子ども時代である第1室をとおり、あなたの主権の座がある第2室へ、そして豊かさの第3室へ向かいます。そして、第4室は、あなたのスピリチュアルな叡智や本当のあなたであるセルフの部屋です。

もしあなたにとって初めてなら、「ハートハウス」というエクササイズをしてください。この第4室で、あなたは木製の扉を見つけ、その扉を開けると通路に出ます。通路を歩くと、急ぐ必要はありません。

通路の奥に扉が見えます。扉から輝きがあふれています。扉の向こうにあるのは第5室です。物質的にはとても小さいけれど、メタフィジカルには広大です。文字通り、生きています。ここは様々な意味で私たちの聖域です。避難所ではなく、聖域です。あなたは通路を歩いていきます。あなたは大きいなる存在であり、あなたは愛のパワーであり、それはパワフルです。あなたは永遠の輝きです。その輝きは信じられないほどパワフルです。そして、あなたがドアを開けると、愛のパワーが熱となって永遠の輝きを放ち、あなたはそこで快適です。

この広大でパワフルな、光に満ちたエネルギーの中に入っていくと、ここはあなたの聖域であり安心します。ここは、あなたがいつでも来ることのできる場です。あなたが病気や怪我をしたとき、ここが癒しの場です。ここはあなたの素晴らしい癒しの場です。そして、私たちはすでに第三の眼とつながり、12番目の太陽のチャクラともつながっています。だから、松果体も太陽もあなたとともにあります。太陽と松果体と第5室、これが聖なる三位一体です。あなたの聖なるハートの第五室は、この3次元の現実の中でおそらく利用可能な最大のパワーに足を踏み入れる場所です。もちろん、これを行うときは三次元の現実にいるわけではありませんが、あなたの身体は依然として肉体です。それは魂の神殿であり、スピリチュアルな私たちは尊敬され、尊重されるべき存在です。だから、少しの間、このことを意識してください。あなたは自分の聖域で快適です。あなたは今、自分のパワーを発揮しています。まず、あなた自身から始めましょう。あなたに癒すことがあるなら、いまです。なぜなら、あなたは人類であり、人類はひとつであり、他のすべての人が代表しているように、あなたも人類を代表していますから。

そして、あなたが癒しを意識して行うとき、あなたはパワフルに人類を代表しているのです。ですから、このヒーリングエネルギーをあなたのメタフィジカルな身体に取り込みましょう。メタフィジカルから肉体に及ぶには、約12~15時間かかります。だから今は、すべてメタフィジカルです。このエネルギーが頭を満たし、脳を満たし、左脳を静め、右脳を刺激するのを感じます。悪いも間違いもありません。松果体を刺激してバランスを取り、目に向かい、視力を刺激します。体の神経系を通り抜け、アップグレードし、再調整します、より高いレベルへと。

ヒーリングのエネルギーがあなたのメタフィジカルな体の細胞すべてに向かいます。あなたは肉体以上の存在であり、すべての細胞がアップグレードされ、すべての細胞が力づけられます。肉体の細胞壁が柔らかくなり、あなたの体や思考に大きな柔軟性が生まれるでしょう。閉鎖的な考え方が少なくなります。これが絶対、あるべき姿だ、などといったものが少なくなります。

私は今、この瞬間にいる私です。この瞬間のあるがままの自分を愛しています。全身の器官をとおり、血液の流れとともにリンパ系に移動し、消化器系、排泄系を経て全身に、このすべてのヒーリングパワーがあなたの中を巡ります。あなたは人類です。

癒しましょう、吸収するのです。抱きしめましょう。

ヒーリングのパワーは影を追い払います。それは、あなたのメンタル体に、感情体に向かいます。メタフィジカルの一部です。意識して想像するのです。愛のパワーがこれらの体に触れるとき、永遠の輝きが触れるとき、それは触れるものすべてを癒し、浄化し、活性化し、再調整し、パワーアップします。

この癒しを信じられるようにするために、私たちはこの癒しを長いプロセスにすることを好む傾向があります。そんなふうにする必要はありません。即効で癒すことができます。私たちがすべきことは、このことを受け入れ、信じることです。

そうして今、周囲を見渡すと、第5室の広大な空間が見えます。そこに私たちの世界が見えています。私たちは今、その世界へと向かっています。地球が回転しています。だんだんと地球に近づき、あなたは地球を抱きしめます。子供や母親、恋人を抱くように。

あなたは地球を抱きしめ、あなたであり愛と光で地球を抱きしめます。あなたは人類を抱きしめているのです。抱きしめている腕の中には問題のある場があります。私はそのような場所がたくさんあると思っています。戦場になっている家庭が何十億とあるのです。特に都市部に行くと、戦場になっている地域が何十億とあることでしょう。間違いということではありません。あるがままです。

あなたのすることは、どこに行っても、ただ愛の目から見ることです。あなたはただ、すべてのものに愛のパワーを注ぎ込むのです。もし、あなたにとっての愛がピンクのヒーリン

グエネルギーだとしたら素晴らしいことです。ハートのエネルギーの緑色であっても、素晴らしいです。大切なのは、人類を受け入れ、人類を愛するという、あなたの意図だけです、すべてを、です。例外はありません。エリート、恐ろしい隣人、マフィア、まるごとすべてを。

そして、そのような人たちこそ、最も愛を必要とする人たちなのです。

自分に親切にしてくれる人にだけ親切にするのではなく、愛を広げましょう。自分に優しくない人たちにも愛と思いやりで返すのです。彼らは自分が嫌いなのです。そこに、さらに嫌な態度を加える必要はありません。あなたはただ、彼らに優しく接するだけでいいのです。素敵ない日を！一日がより良いものになることを願っていますと。これが愛を広げることなのです。素敵の人に優しくするのはとても簡単です。世の中には嫌な人がたくさんいます。彼らはあなたにとってチャレンジです。

あなたが全人類の良いところを見ると、あなたはあなたの中の良いところを見ます、あるいは、あなたは人類の悪いところばかりみると、あなたは自分の悪いところをみるのです。あなたは人類です。

愛とは、他人がありのままであることを許すことなのです。それが彼らの道であると知って。真実、大いなる真実には死がないことを常に覚えておくのです。

世界的な災害でたくさんの人が亡くなっても、彼らは移行しているだけです。死はありません。神は生命を作り出しました。私たちが、死と終わりという概念を作り出したのです。神は作り出していません。

自分の人生が嫌なら、あなたがそれを作り出しました。もしあなたが自分の嫌いなものを作り出したなら、それはあなたが自分のことを本当に好きではないからです。もしあなたが愛する人生を送っているなら、あなたは自分を愛しているからそのような人生を作り出したのです。一人一人すべてがこのことに関わっています。あなたはおそらくこのことを知っているほんの一部にはいます。そして、それはいつもこうなのです。だから、私たちが永遠に演じる愚かなゲームである非難は、そのゲームを終わらせなければならなりません。新しいゲームは、あなた自身に責任を持つことです。それゆえ、あなたは人類に責任があるのです。したがって、あなたは自分自身に責任があるのです。あなたは責任ある人間です。それはとてもシンプルです。パワフルです。

人類は分離しているという信念は手放すのです。人類はあなたであり、私です。人類に与えることのできる最大の贈り物は、あなたがあなたを無条件に愛することです。批判はありません。罪悪感もなければ、非難もありません。怒りも。誰かに向けて指差すこともありません。それは人類にとって信じられないほどの贈り物となるのです。そして、無条件の愛があなたにあるとき、あなたはそれを人間の意識に深く落とし込むことになるのです。自然の意

識にそれを取り入れることになるのです。意識を人間の脳と結びつけて考える人がいます。それはそれでいいんです。が、意識は生命です。岩に意識はない.....それは、岩に耳を傾けるほど私たちが目覚めていないだけです。

あなたは生命です。生命を失うことはありません。生命は外的な出来事ではありません。あなたは生命であり、すべてはあなたの意識の中で起きているのです。そして、あなたは人類です。

そして、世の中に悲劇が起きたとき。怒り、後悔、悲しみ、痛み、苦しみと、悲劇に意識が集中します。しかし、それは残念なことです。なぜなら、そのバランスをとるために、その日、人類は 100 万件、あるいは何千もの異なる美しい出来事を経験しているにもかかわらず、私たちがそういったことを目にするのではなく、報道されることもありません。だから、トルコとシリアのドラマに集中しすぎないように注意するのです。もし焦点をあてるのなら、それは愛にしましょう。愛にです。何事にもタイミングがあります。移行が起きるのもタイミングです。それは、誰であれふさわしいタイミングなのです。

2000 年以上前の老子の無知についての言葉は、暴力、不正、悲劇に対する我々の信念の深さを示します。人々が世界の終わりと言ふものを、老子は蝶と呼びます。世界の終わりを告げる毛虫になるのはやめましょう。ひどい話です。私たちはさなぎのように変態中です。神に感謝し、何百万人、何十億人がこの状態から抜け出し、完璧なタイムラインに戻る必要があるのです。そうなりますように。

これが、私があなたに意識してほしい全体像です。私が去った後、あなたに持っていてほしいものです。この全体像を世界中に広げてほしいのです。あなたの家族にも、知り合いにも。そして、人間の意識に広げてほしいのです。それは、とても必要とされている働きですが、これは真実に基づいたものでなければなりません。私たちが得意とする悲劇やドラマに基づいたものではありません

あなた方一人ひとりを心から「愛しています」。私は私を愛しているからです。私たちはひとつです。だから、私は私のエネルギーをあなたに残します。あなたに準備ができたなら、光の道を通してチャクラに戻ってください。どうかできる限りの方法で、愛の種を蒔いてください。