

チャクラ クリアリング

天使のやすらぎ

ドリーン・バーチュ



株式会社 メディアアート出版

DOREEN VIRTUE, Ph.D.
Chakra Clearing Book Included CD

目 次

Introduction…あなたは光 7

CHAPTER 1…チャクラの機能 13

ルート・チャクラ=根のチャクラ 16

サクラル・チャクラ=仙骨のチャクラ 18

ソーラー・プレクサス・チャクラ=太陽神経叢のチャクラ 20

ハート・チャクラ=心臓のチャクラ 21

スロート・チャクラ=喉のチャクラ 25

イヤー・チャクラ=耳のチャクラ 26

サード・アイ=第3の眼 28

クラウン・チャクラ=王冠のチャクラ 30

主要なチャクラの場所・機能・色 34

CHAPTER 2…チャクラを浄化する瞑想 37

瞑想の基本 42

明けの瞑想 45

宵の瞑想 55

装丁・扉デザイン ———— 塚原 愛子

装丁・扉画 ————— Marius Michael-George

ハート・チャクラを開く 65

ハート・チャクラの瞑想 69

CHAPTER 3…内なる眼でチャクラを見る 75

癒しの神殿 83

サード・アイを開く 87

CHAPTER 4…チャクラのエンジェル・セラピー 89

“天使のバケツ”の瞑想 91

エーテル・コード 94

エーテル・コードを切る 99

大天使ラファエルの助けを借りる 101

CHAPTER 5…その他の瞑想方法 103

音唱と詠唱 106

許しの心を持つ 108

許しの心で自分を解放する 110

サード・アイで前世を浄化する 113

食べ物と食生活の役割 115

チャクラに悪影響をもたらす食べ物および物質 117

エクササイズ 119

石を使う 120

マツサージ 122

フラワー・エッセンスとアロマテラピー 124

海塩のお風呂 124

CHAPTER 6…チャクラとオーラのスキャニング 127

他人のチャクラを見る 129

オーラを見る 134

オーラの色が表す基本的な意味 137

CHAPTER 7…チャクラを浄化し、行くべき道を見極める 141

チャクラ・クリアリングC Dについて 149

チャクラ・クリアリングC D ユーザーの感想 154

INTRODUCTION



あなたは光

INTRODUCTION

あなたは光

あなたという存在。それは光と愛、そして知性の集合体です。この3つの要素は、純粋なエネルギーの本質でもあります。つまり、あなたという存在はエネルギー体なのです。しかし、自分の本質を忘れてしまうこともあるでしょう。エネルギーという言葉のイメージからは程遠い、ネガティブな気持ちにとらわれてしまうこともあるかもしれません。そういうときこそ、思い出して欲

しい事実があります。いついかなる瞬間でも、あなたの体内は、すべてを可能にするエネルギーで満たされているのです。

エネルギーの流れは、考え方ひとつでどのようにも変化します。言い方を変えましょう。あなたが考えること、それが心で感じることと体で経験することを決めるのです。人体の内外には、いくつものエネルギー・ポイントがあります。あなた自身の考え方が、ひとつひとつのエネルギー・ポイントにさまざまな作用をもたらします。あなたが考えること（お金・スピリチュアリティ・人間関係など）が、善くも悪くもエネルギー・ポイントに影響を与えるのです。エネルギー・ポイントは、プロペラののような形をしています。これらがチャクラと呼ばれるもので、サンスクリット語では「車輪」を意味します。

人体にはいくつもチャクラがありますが、霊能者やヒーラーは、主要なチャクラにのみ焦点を当てます。主要なチャクラは、ホルモン分泌腺に沿って位置しています。その役割は、生体エネルギー（「気」あるいは「チー」、そして「プラーナ」と呼ばれる

こともあります)を送り出し、体中に循環させ、活力を保つようにすることです。ピンボールマシーンを想像してみてください。一番下の部分には、転がるボールが落ちないようにするためのフリッパーがついています。チャクラは、ボールのかわりにエネルギーを送り出す役割を果たすものなのです。わたしたちひとりひとりに神から与えられた生体エネルギーは、英知とインスピレーションへのパスポートなのです。

チャクラは、常にエネルギーのやりとりをしています。後ろ向きな考えが脳裏をよぎった瞬間、チャクラはどす黒く重い負のエネルギーで覆われてしまいます。このような状態では、エネルギーを送り出すことはまなりません。その結果、なんとなく体がだるく感じたり、気分が落ち込んだりして、心身のバランスが悪くなってしまうのです。また、こうした状態では、すべての人が生まれながらにして宿している靈感も鈍くなってしまいます。

チャクラには、それぞれの役割があります。仕事やお金に関する思考を司るもの、人間関係を司るもの、将来の計画を司るもの、

食欲やライフスタイルを司るもの、そして目的や願望を司るものといろいろです。愛と信頼を考え方の根本に置いている限り、チャクラの働きが鈍ることはありません。エネルギーの流れがよければ、人生も望む形で流れ、協調と幸福を体感することができますでしょう。

しかし、現実はどうでしょうか？ 心配や不安がまったくない人などいるわけがありません。何かを恐れる気持ちは、チャクラに甚大な悪影響をもたらします。お金のことで心配があるのなら、お金を司るチャクラに影響が出るでしょう。人間関係で悩んでいるなら、それを司るチャクラの働きが落ち、負のエネルギーによって汚れ、萎縮させられ、最悪の場合にはまったく機能なくなってしまうのです。こうなると、自分でも理由がわからないまま常に疲れを感じたり、何をやっても楽しめなくなったりします。

チャクラは、直感と呼ばれる感覚とも密接に関係しています。チャクラが浄化された状態で、バランスよく働いていれば、自分の将来や他者との関係において、知るべきことのみが明らかにな

り、神や天使の声が聞こえるようになります。

この本で、チャクラの正しい働かせ方、そして浄化の秘儀を学んでください。エネルギーに満ちあふれ、直感が研ぎ澄まされ、創造力に富む。それがあなたの本来の姿です。新しいものを身につける必要はまったくありません。あなたはすでに、すべてを体内に宿しているからです。彫刻を創るには、要らない部位を削り落とさなければなりません。それとまったく同じように、恐れや心配を削り落とし、持って生まれた資質に磨きをかけるよう努力すればいいのです。