

スピリチュアルマスタークレジット

超神仏編part9



松果体活性化

- 松果体の活性化が霊力向上に大きく寄与している
- 松果体とは？光を感じる器官
- ホルモン（メラトニンなど）の分泌
- 「第三の目（第6チャクラ）」だと言われている
- 見えない世界の波動をキャッチするアンテナ

松果体活性化

- 松果体は食生活や普段の生活習慣により石灰化（石灰がこびりつく）し、その本来のパワーを発揮できずにいるケースが多い
- 石灰化の原因：ハロゲン化物（合成フッ化物、塩素、臭化物）合成カルシウム、
- 水道水（塩素入り）、残留農薬
- 砂糖、カフェイン、アルコール、タバコ（SCAT）も石灰化に関連の疑い
- 活性化するよりも前にまずは脱灰する
- 石灰化するものを摂取しない
- 脱灰アプローチを紹介

スーパーレモン水

- キンキンに冷えた水
- しぼりたてレモン汁
- ヒマラヤ岩塩／天然海塩
- リンゴ酢
- 松果体だけでなく腎臓にも効く

松果体活性化

- 食べ物アプローチ
- ムクナ豆、霊芝（れいし）、藻、時計草、ミルクシスル、ネムノキ、銀杏、ブルーロータス、ゴツコラ(ツボクサ)、ノニ(ヤエヤマアオキ)、シザンドラ(五味子)、モリンガ、アロエ、ターメリック、ケイ素
- オーガニックブルーアイススケートフィッシュオイル、MSM3、生チョコレート、クエン酸、ニンニク、オーガニックリンゴ酢、オレガノオイル、ニームエキス、ビタミンK1 / K2、ボロン、メラトニン（摂取しすぎ注意）、ヨウ素、タマリンド、蒸留水、ニゲラサティバ（黒い種子）、ゼオライト、チャガマッシュルーム

松果体活性化アプローチ

- 1, 瞑想（光明想、その他一般的な瞑想）
- 2, 加工食品を避け、有機食品を食べる。肉、卵、砂糖、精製された炭水化物、乳製品、穀物は酸性であり、食べすぎると体の緩衝システムが壊れて血液のpHも酸性に偏る
- 3, フッ素フリーの歯磨き粉を使用するか、歯磨き粉を使用しない方が良いでしょう。
- 4, サプリメントなどのカルシウム補給剤や合成カルシウムの摂取を中止します。
- 5, 焦げ付き防止（フッ素コート・PFOA）の調理器具の使用をやめましょう。
- 6, サンゲイジング（日の出&日没前1時間以内の太陽を直視して眺める）
- 7, 真言を唱える（唱えていると松果体に反応を感じるようになる）

靈力を高める方法1

- 真言、お経、祝詞を唱える
- 光明想する
- 写経する
- 神仏に祈る
- 掃除をする
- 身体を清める
- 身体を鍛える

霊力を高める方法2

- 寺社仏閣を回る
- お寺で納経する
- 神仏にお供えする
- 自然素材の服を着る（綿・絹・麻）
- お守りを持つ
- 金剛杵を持つ
- 禁欲する

靈力を高める方法3

- 粗食にする
- 肉食を断つ
- 断食をする
- 山に登る
- 海に入る
- 森に入る
- 早寝早起きする

靈性を高める方法

- 日々の生き方や心構えを気をつける
- 八正道
- 六波羅蜜

生き方の指針

- 「八正道」「六波羅蜜」「八大人覺」
- 仏教はものすごくシステマティックな人生哲学
- 「善く生きる」ために必要な心がけが満載

八正道

- 八正道法（はっしょうどうほう）：理想の境地に達するための八つの道
- 正見：正しい見解
- 正思惟：正しい考え
- 正語：正しい言葉
- 正業：正しい行為
- 正命：正しい生業
- 正精進：正しい努力
- 正念：正しい念慮、気づき
- 正定：正しい集中

六波羅蜜

- 1, 布施波羅蜜 - 分け与えること。具体的には、財施（喜捨を行なう）・無畏施法施（仏法について教える）などの布施である。檀と略す場合もある。
- 2, 持戒波羅蜜 - 戒律を守ること。在家の場合は五戒（もしくは八戒）を、出家の場合は律に規定された禁戒を守ることが指す。
- 3, 忍辱波羅蜜 - 耐え忍ぶこと、我慢すること。
- 4, 精進波羅蜜 - 努力すること。
- 5, 禅定波羅蜜 - 特定の対象に心を集中して、散乱する心を安定させること。フォーカス。
- 6, 般若波羅蜜 - 真理を見抜く深い智慧のこと。

八大人覺

- 少欲：欲を減らす、承認欲求を抑える
- 知足：足るを知る、他人と比べない
- 遠離／静寂：喧騒から離れ穏やかに過ごす、自分の時間を持つ
- 精進：一生懸命努力する、一日一善
- 不忘念：正しい教えを心に念ずる、大事なことを忘れない
- 禅定：座禅して心を鎮める、静かに坐る
- 智慧：真理を認識する智慧を身につける、悩みの原因に気づく
- 不戯論：無駄口をたたかない、無駄な議論をしない、平等に見る

ライトワーカーの道

- 闇を祓い、光を増やす存在になる
- 名誉や承認を求めめるのではなく陰徳を積む
- 自分がやったことは自分が一番わかっている
- 自分 = 神であり宇宙の全て
- 自分がやったことが自分の世界／宇宙に反映される
- 僕ら一人ひとりの日々の意識と行動が世界の光と闇を決める

