

虹の橋の瞑想



虹の橋の瞑想の前に、浮かんでくる思考に「考え」のラベルを貼りながら、少し時間をかけて頭の雑念をきれいにしておくといよいでしょう。地球の水晶核にグラウンドし、ハートに愛が生まれるのを感じることに注意を向けます。あなたの頭がクリアだと感じたら、ビジュアライゼーションを始めます。

あなた自身を地球の八面体クリスタルの中に視覚化します。燃え上がるような白い光を発しているこのクリスタルコアの中心にあなたのハートを感じてください。

あなたのハートの中心から発するこの光は、燃え上がる中心から八面体の先端、北と南の両極まで伸びるエーテル柱を作り出します。

ハートの中心から発した光が、中心軸に沿って地球の両方の極に向かって流れ、180度離れた2つの虹の帯になる、多色のプラズマで満たされた光の大きな流れを視覚化します。

地球が地軸を中心に回転しても、この虹の橋は動かずに安定しています。あなたの身体の周りに虹の橋を作るために、あなたの中心の柱を通して、あなたの頭の上とあなたの足の下へと飛び出す2本の虹の光を感じます。

今、あなたと虹の橋は一つです。世界平和の虹の橋はリアルなものです。愛のテレパシー波の中で十分な人々によってビジュアライズされた虹の橋は現実のものとなるでしょう。

「わたしのオーラフィールドを今、ハイアーセルフの自動調節に預け、調和の大きさにする。ハイ」（瞑想を終える際のタツさんからのアドバイス）

原文：<http://lawoftime.org/rainbow-bridge/rainbow-bridge-meditation.html>

（翻訳： google 翻訳 + Y.Ryuo）