

Hola a todos. El sábado 21 de febrero, estamos comenzando la sesión de estudio. Primero, realizaremos Meditación Touitsu durante aproximadamente 10 minutos.

<Oración por la Paz Mundial (varios minutos)>

Disculpen. Parece que el intercambio de pantalla fue interrumpido hoy. Eso es todo por ahora. Volveremos a hacer esto más tarde.

En nuestras vidas diarias, la cosa más importante es mantener una mente y un corazón estables sin fluctuar, a lo largo de nuestras experiencias cotidianas.

Por ejemplo, no fluctuar entre buenos espíritus y malos espíritus. Siempre estar de buen humor. O ser capaz de pensar "gracias" acerca de todo, en cualquier momento y lugar.

En lugar de experimentar "es divertido", "es maravilloso", "estoy agradecido" como una emoción elevada, lo que es verdaderamente esencial es permanecer en un estado donde estos sentimientos surgen naturalmente y continuamente.

Hay varias formas de convertirse en tal persona, pero cuando nos observamos cuidadosamente, cuando las emociones se alteran, notamos que la respiración se vuelve superficial. Debajo de un estado de mente sin espaciosidad o facilidad, hay una condición común, respiración superficial, que podemos observar en cada situación.

Hemos hablado de la importancia de mantener un estado de respiración relajada. Sin embargo, incluso así, cuando la mente carece de espaciosidad y facilidad, las personas tienden a volverse desagradables.

Por ejemplo, cuando recibimos las mismas palabras de otra persona, si las interpretamos favorablemente o como acusaciones depende de nuestro propio estado interno.

La otra persona no es ni buena ni mala. Dependiendo de si nuestro estado interior está armonizado o no, las mismas palabras casuales de otro pueden o bien perturbar nuestras emociones o ser recibidas ordinariamente sin perturbación.

La forma más rápida para que superemos un estado de mente sin facilidad es practicar vivir una vida de gratitud hacia todas las cosas.

Digo "practicar" porque nadie puede hacer esto inmediatamente.

Incluso cuando se nos dice "intenta decir 'gracias', 'gracias', 'gracias' en todas las situaciones y a todas las personas", muy pocas personas pueden hacer esto de inmediato.

Así que naturalmente, comenzamos con la práctica.

Lo que las Deidades Guardianas me dijeron fue: "Sin importar lo que pienses en tu corazón, mantén tu cara sonriendo y tu voz gentil".

Mirando hacia atrás por qué yo, que era aún tercamente en ese momento, acepté esas palabras tan directamente y las puse en práctica, fue porque me dijeron "puedes pensar lo que quieras en tu corazón, solo hazlo en la superficie", y pensé: "¡Puedo hacer eso!"

Así que desde ese punto en otoño de 2010, continué durante aproximadamente tres años viviendo en un estado de gratitud, por así decirlo, tontamente diciendo "gracias", "gracias".

Luego, comenzando en 2013, experimenté que "no hay más personas que me desagradar" y "no hay más personas que me sientan incómodo". Después de eso, entré en una etapa de práctica en gratitud no solo hacia las personas sino hacia todas las cosas.

Mientras continuamos practicando gratitud, nuestro corazón se vuelve más amplio y más grande sin que nos demos cuenta. La "amplitud del corazón" o "magnitud del corazón" se expande.

Algunos de ustedes escucharon la charla en la Sala Kurea en Ooimachi el 11 de febrero, y algunos no. Lo que compartí en ese momento fue: "Es bueno hacer que sea nuestro objetivo expandir nuestra conciencia al tamaño de la Tierra durante nuestra vida en este Cuerpo Físico". En ese lugar, no dije "expandir el cuerpo espiritual" sino "expandir la conciencia". Sin embargo, cuando continuamos una vida diaria de gratitud, nuestro cuerpo espiritual crece más grande. (Esta es la verdad.)

Cuando el cuerpo espiritual crece más grande, por ejemplo, si tu cuerpo espiritual se expande al tamaño de un barrio, entonces todas las personas que viven en ese barrio se convierten en habitantes dentro de ti.

Cuando te vuelves un cuerpo espiritual lo suficientemente grande como para abarcar Japón, entonces todas las personas que viven en Japón se convierten en habitantes dentro de ti.

De esta manera, comenzamos desde "este cuerpo de varios cientos de centímetros de altura y decenas de kilogramos de peso es mi mismo", y gradualmente expandimos el rango que pensamos que es "esto soy yo mismo".

Por ejemplo, si estás en tu sala de estar ahora mismo, practica pensando "esta sala de estar completa soy yo". Tu casa completa eres tú. El barrio completo eres tú. Toda esta prefectura eres tú. Japón eres tú. Cuando practicas de esta manera, Asia se convierte en ti, la Tierra se convierte en ti, toda la esfera vibracional de la Tierra incluyendo la Luna se convierte en ti, el rango que tu conciencia alcanza, en otras palabras, el rango abarcado por tu cuerpo espiritual se expande.

Cuando eso sucede, gradualmente nos convertimos en seres que no pueden ser violados por nada.

De esta manera, "expandir la conciencia" y "ampliar el cuerpo espiritual" no deberían ser pensados en términos de "orientación de expansión" con la idea de expandir, expandir, y expandir.

Como Akiko Moriya, quien estuvo con nosotros el 11 de febrero, dijo: "de micro a macro" y "de macro a micro". En la vida diaria, es efectivo alternar entre ampliar y contraer la conciencia.

Así que en lugar de "una vez que crece grande, permanece grande", aunque fueras del tamaño de la Tierra, de repente puedes volver a ser del tamaño de tu Cuerpo Físico y permanecer normal. Luego de repente te expandes para abarcar todo Japón y permaneces normal. Cuando practicas en la vida diaria alternando el rango de tu conciencia de micro a macro y macro a micro, tu corazón no vacilará ni se moverá en ninguna situación.

Esto es entrar en un estado de conciencia expresado como "mente inmóvil". Cuando alcanzas ese estado, todo se convierte en ti. Todo dentro del rango expandido se convierte en ti.

Cuando eso sucede, en el mundo donde vives, no hay personas superiores e inferiores. No hay distinción entre personas sabias e insensatas. Todo es ti mismo, así que no hay necesidad de dividir las cosas de esa manera.

Sin embargo, regresando a nuestra conciencia presente, muchos de nosotros experimentamos que nuestras emociones se perturban de repente por palabras que dice otro.

Solo una minoría muy pequeña entre aquellos aquí ya se han graduado de ese tipo de experiencia.

Pero la mayoría de las personas, cuando alguien dice algo desagradable, se han vuelto desagradables, se sintieron molestos, y hablaron en la vida diaria.

Esa ha sido nuestra forma de vivir hasta ahora, pero nos estamos aproximando al momento de graduarnos de esa forma de vivir.

Muy pronto, si continuamos viviendo como hemos estado, llegaremos a un mundo donde ya no podemos sobrevivir, donde no podemos sustentarnos.

A veces escuchamos historias esperanzadoras como "futuros brillantes se están acercando". Pero no saltamos directamente a tal futuro brillante.

Hay una etapa intermedia.

Llamamos a esto "la edad de aguas salobres". Por ejemplo, si fuéramos salmones nadando río abajo hacia el vasto océano, ahora estamos viviendo en una edad donde "agua dulce y agua salada", "valores antiguos y valores nuevos" coexisten simultáneamente.

Pero pronto, llegará el momento en que entremos en el "mundo de agua salada solamente", la llamada sociedad cósmica enormemente armonizada, donde no hay más agua tibia.

Puesto que la sociedad cósmica es una sociedad de civilización espiritual, naturalmente debemos ajustarnos a esa misma longitud de onda para ser admitidos en la comunidad. Sin embargo, no necesitas preocuparte, ya está arreglado para que podamos.

Lo que es importante es nuestra propia conciencia, nosotros que vivimos en este lado.

Hay muchos seres apoyándonos.

Por ejemplo, mirando a un ser humano, hay aproximadamente 7 personas en el fondo: un espíritu guía, un Espíritu Guardián secundario, un Espíritu Guardián primario, y Deidades Guardianas.

Así que desde esa perspectiva, aunque hay cientos de personas aquí ahora mismo, eso no es todo. Más allá de eso, hay nuestros antepasados y compañeros que fueron al cielo antes de nosotros, ahora en la forma de dioses trabajando dentro del Gran Tropa de Luz de Salvación Mundial para salvar la Tierra.

Además, Seres Cósmicos de otros planetas también están viniendo para apoyarnos, diciendo

"si la Tierra fuera destruida, sería terrible".

De esta manera, hay muchos ojos vigilantes rodeándonos, pero lo más importante es que nosotros que vivimos en la Tierra nos volvamos independientes en el alma.

Esto es como el momento en que alguien que ha dependido de sus padres sin trabajar se convierte en un adulto trabajador y se va de casa, estamos ahora en ese momento crítico de independencia.

Además, desde alrededor del comienzo del siglo 21, las personas han estado diciendo que el siglo 21 es "la edad de la independencia espiritual". (Habiendo vivido a través de dos décadas del siglo 21), verdaderamente creo que esto es así.

Entonces ahora, piensa por un momento: "¿Qué significa hacer el alma independiente?"

(Tiempo para la contemplación)

Todos ustedes están pensando en varias respuestas. Hasta ahora, hemos sido como bebés pequeños incapaces de mantenernos en pie sobre nuestras propias dos piernas. Aprendimos a tambalear, luego a caminar firmemente sobre dos piernas, a hablar palabras. Progresamos a través de jardín de infantes, escuela primaria, escuela media, escuela secundaria, y universidad, luego nos convertimos en adultos trabajadores en la sociedad. (Y así crecimos hacia la edad adulta.)

Y nos convertimos en capaces de asumir la responsabilidad de nuestras palabras, hechos, y acciones. Podemos tomar decisiones importantes nosotros mismos, incluso si consultamos con otros. No culpamos a otros por las cosas. Siempre vivimos con esperanza. Podemos sentir gratitud por todas las cosas.

Podría continuar interminablemente, pero puedo expresar qué significa para el alma volverse independiente en una frase: convertirse en un estado donde podemos manifestar lo divino.

Todos ustedes entienden bien que solo porque entiendas "Oh, solo necesito manifestar lo divino" no significa que lo puedas hacer de inmediato.

Es por los pensamientos habituales. Es por los patrones en el pensamiento. Sabes qué debería hacerse, pero no puedes ponerlo en acción.

Las personas sinceras se atrapan a sí mismas allí. Cuando te atrapas a ti mismo, ¿qué sucede? Las cuerdas de tu corazón se rompen. Así que de hecho, como dice el dicho, "demasiado es tan malo como muy poco". Hacer demasiado no es bueno.

Pero no hacer nada es aún peor. Deberíamos hacer esfuerzo, pero de una manera equilibrada, considerando la moderación.

Esto es un poco una tangente, pero en las noticias de esta mañana, salió una historia acerca de una joven madre en sus primeros 30 que mató a su bebé recién nacido.

Si de alguna manera hubiera podido consultar con alguien antes, o si hubiera sabido acerca de cosas como cajas de bebé donde uno puede dejar a un hijo, pensé "si solo hubiera podido hacer algo, no habría tenido que matar a su propio hijo".

Esa madre tenía tres hijos, así que debe haber estado psicológicamente atrapada por el cuidado de los niños. No es que odiara a su hijo o algo así. (Sin embargo, cuando te atrapas a ti mismo psicológicamente, tales cosas pueden suceder.)

Los humanos generalmente entienden, mientras no estén locos, qué es bueno y qué es malo. Incluso las personas no interesadas en espiritualidad o religión entienden qué es correcto e incorrecto.

Pero entender algo y realmente hacerlo o no hacerlo son asuntos separados.

Aunque entiendamos, nos desviamos del camino. Aunque entiendamos, actuamos contrario a la verdad.

Tenemos una frase "desvanecimiento". Así que no nos condenamos a nosotros mismos ni nos atrapamos a nosotros mismos, pero podemos dárselo a los Espíritus Guardianes y las Deidades Guardianas para desvanecerse.

Sin embargo, este "desvanecimiento en la Oración por la Paz Mundial" solo se convierte en desvanecimiento si tú mismo reconoces "esto es desvanecimiento".

Los Espíritus Guardianes y las Deidades Guardianas manejan el barrido amplio del desvanecimiento, la limpieza grande. Pero el desvanecimiento que se esconde en los pliegues del corazón, que uno no puede ver a menos que mire cuidadosamente, se convierte en desvanecimiento solo si la persona se da cuenta.

Es lo mismo que decir "si no piensas que está mal, no hay forma de corregirlo".

Lo que hemos compartido consistentemente en esta sesión de estudio es: "es bueno redirigir los sentimientos que tienes hacia otros de vuelta hacia ti mismo".

Hay un dicho "otras personas son espejos", pero las otras personas mismas no son espejos.

Son los sentimientos que tienes hacia la persona ante ti que reflejan el contenido de ti mismo. Así que esos sentimientos son el espejo.

De esta manera, cuando observamos los movimientos de nuestros pensamientos y los movimientos de nuestro corazón, podemos pensar "esto es desvanecimiento", y "gracias por revelarme que esto es desvanecimiento", y podemos entregar a los Espíritus Guardianes y las Deidades Guardianas los patrones habituales de pensamientos de desvanecimiento.

Cuando verdaderamente repites esto una y otra vez, tu corazón se vuelve más ligero.

También hemos compartido la idea "Espíritu Guardián, gracias. Gracias". para practicar todo el día y la noche, pero pensando solo "gracias", "gracias" sin pensar demasiado y pasando semanas haciendo esto, tus células mentales y células del Cuerpo Físico se intercambian enormemente, y mirando cada célula física una por una, se convierten en "gratitud", "gratitud", "gratitud", "gratitud", y mirando células mentales una por una, cada una se marca con gratitud sin que lo sepas.

Entonces en solo algunas semanas, la forma de tu corazón se intercambiará fundamentalmente.

Pero esto es solo cuando lo haces completamente sin pensar en otras cosas, siendo completamente enfocado en "gracias".

En la mayoría de los casos, mezclas otros pensamientos en el medio, así que toma más tiempo.

Pero si continúas, dentro de meses seguramente descubrirás que estás cambiando. "Oh, antes habría reaccionado de esta manera, pero ahora mi corazón no está perturbado en absoluto", y llegarás a notar cambios en tu corazón.

Para aquellos que ya han alcanzado este estado, sugiero profundizar ese estado aún más. Para aquellos que se acercan pronto a este estado, sugiero intentar este enfoque.

Como siempre digo, la motivación para hacer tales cosas no puede ser un deseo dualista.

El deseo dualista es un sentimiento que se voltea al lado opuesto ante la menor cosa.

El ejemplo más comprensible de algo que se voltea fácilmente es alguien que dice "te quiero, te quiero, te amo mucho", luego cuando algo les desagrada, decir "¡te odio!" Eso es meramente el agitar de pensamientos dualistas.

"Ese no es el yo real", debemos entender claramente desde nuestro núcleo, y mientras oramos "Oración por la Paz Mundial", deberíamos pensar "Ah, esto es desvanecimiento. Todo es perfecto, compleción completa" y continuar.

Ahora son las 1:39, así que me gustaría hacer Meditación Touitsu una vez más. No logramos 10 minutos antes, así que hagamos lo mismo otra vez.

<Oración por la Paz Mundial (varios minutos)>

Gracias. El reproductor para la meditación parece tener algunos problemas hoy. Lo revisaré más tarde.

Puliendo y elevando el corazón. Incluso si piensas "ya soy bueno en esto", así como nos cubrimos de suciedad cuando no nos bañamos, el karma y los pensamientos habituales se acumulan en nuestros corazones.

Por lo tanto, creo que no debemos descuidar el trabajo de limpiar nuestros corazones, purificándolos, así como nos bañamos, durante toda nuestras vidas.

Sí, lo que siempre pienso es "no te vuelvas arrogante", y siempre me recuerdo mantenerme afilado.

Cuando haces las cosas de esta manera, las personas alrededor de ti solo te elogian. Todos te elogian, y si tu corazón tuviera brechas, pienso que sería natural volverse arrogante. Pero tengo una naturaleza que previene eso, así que pienso "qué afortunado".

"Constantemente viéndote a ti mismo humildemente y viviendo" significa que a veces pensamos "no he cambiado mucho", pero cuando ese tiempo ha pasado, a veces somos levantados de repente.

Habiendo experimentado esto muchas veces, aunque pensemos "no he crecido mucho ahora", hemos experimentado que "si continúo trabajando en ello poco a poco, llegará el

momento en que seré levantado de nuevo", así que no nos atrapamos a nosotros mismos en preocupación al respecto.

Es como decir "desearía poder subir al grado más alto de una vez", sin embargo en la realidad verdaderamente subimos las escaleras paso a paso. (Esto es en espiral), girando mientras subimos.

Cuando vives cada día puliendo y elevándote a ti mismo de esta manera, sin pensar "quiero convertirme en esto" o "quiero ser así", de alguna manera "¿se permite tanta felicidad?" sucede una y otra vez.

Pienso que muchas personas están teniendo experiencias similares.

Desearía que pudiéramos expandir tales experiencias cada vez más.

Así que entonces, formaremos el IN de la Chispa Divina una vez y tomaremos un descanso. Sí. Gracias.

<Descanso de 10 minutos>

Sí, gracias. Ahora compartiré la pantalla. Tomaremos un descanso hasta las 2:11. Creo que solo estoy mostrando ahora, pero si te preocupa, por favor apaga tu video y tómate un descanso.

<Descanso de 10 minutos>

Sí. Entonces comenzamos la segunda mitad. Me gustaría hablar acerca de la técnica de respiración y el uso de la conciencia durante la Meditación Touitsu. Primero, permíteme hablar específicamente acerca de la respiración.

Cuando me enfoco en la respiración, lo que encuentro efectivo de mi propia práctica es esto: imagino que el fondo de mis pulmones no está aquí (en el plexo solar) sino que se extiende hasta aquí, al área del plexo solar, la imagen es que la mayor parte del torso se convierte en pulmones. Continuamente respiro hacia abajo por debajo del ombligo, hacia el Dantian inferior, y luego exhalo lentamente. De esta manera, la respiración dura más.

Así que hay inhalación y exhalación. Lo que se debe prestar atención es: exhalar lentamente, gradualmente y a largo plazo. Cuando hacemos esto, se dice que mucha esencia espiritual entra en nosotros.

Cuando exhalas, la energía espiritual fluye abundantemente hacia nosotros.

Cuando inhalamos, la situación es esta: cuando verdaderamente exhalas completamente, sin necesidad de "inhalar", fluye naturalmente.

Luego, permitiendo que la afluencia natural ocurra, y solo al final mismo de la inhalación dirigiendo la conciencia hacia la respiración inhalada, distribuyendo oxígeno en los pulmones completos, este es un buen enfoque.

Cuando haces solo, puede haber una pausa en el medio o no es necesario que la haya. Si quieres hacer "inhala, sostén, exhala", ese enfoque está bien (sin problema).

Lo que siempre pienso es que la "respiración diaria" volviéndose más lenta es más

importante que "técnicas de respiración" realizadas como una práctica específica.

Por ejemplo, una persona que establece tiempos específicos, 5, 10, o 15 minutos, y dice "estoy haciendo técnicas de respiración" es menos probable que tenga su conciencia centrada en el Dantian inferior durante la vida diaria que alguien cuya respiración regular es lenta.

Más que ocasionalmente hacer técnicas de respiración, la persona que conscientemente mantiene respiración lenta a lo largo del día es más probable que tenga su conciencia centrada en el Dantian inferior y mantiene un corazón estable.

Así que aunque ocasionalmente hacer técnicas de respiración especiales está bien, conscientemente e intencionalmente participar en respiración relajada durante tus horas de vigilia es lo mejor.

Con respecto a cerrar los ojos, cuando cierras los ojos, aquí está el Dantian superior, el punto entre las cejas. Con los ojos cerrados, enfoca un punto único aquí, el espacio entre tus cejas.

Mira intensa con los ojos cerrados. Está bien si no ves nada. Concéntrate intensa aquí. Mantén tus ojos enfocados aquí. Con tus ojos cerrados, los globos oculares se dirigen como si miraran este espacio entre las cejas.

Muy ocasionalmente, podrías ver luz, esmeralda verde, púrpura, rosa, aparecer en el punto entre las cejas donde te estás concentrando, pero es mejor no preocuparse demasiado al respecto.

Mientras practicas de esta manera, haciendo respiración lenta, no solo se promueven los procesos metabólicos de las células de tu Cuerpo Físico, sino que tus células mentales, las células de tu corazón también sufren mucho metabolismo.

Así que la respiración lenta no es sino buena.

Algunas personas se sientan en sillas con los ojos cerrados para meditar, algunas se sientan en posición seiza, otras en loto completo o medio loto, o en alguna posición sentada especial, pero de cualquier manera que medites, utiliza plenamente tus pulmones.

Para eso, antes de comenzar respiración relajada, ayuda agotar completamente el aire que queda en tus pulmones, y luego comenzar respiración relajada. Después de eso, esta respiración aliviada se vuelve más fácil.

Las personas cuya respiración regular tiende a ser superficial tienen aire atrapado en las profundidades de sus pulmones que no sale. Cuando primero exhalas eso completamente y luego comienzas respiración relajada, puedes utilizar tu capacidad pulmonar completa, así que por favor intenta este enfoque.

Así que por ejemplo, a veces meditas o haces meditación sin usar CD de Meditación Touitsu. En tales casos, usas "el poder de las palabras" para entrar en un estado profundo.

Por supuesto, esto se basa en respiración relajada, pero hay un método de usar el poder de las palabras para guiarte a ti mismo a la conciencia profunda.

Las palabras usadas entonces pueden ser palabras habladas en Byakkou Nyorai, o puedes adaptarlas a ti mismo. Por ejemplo, una forma es inhalar con "Que la Paz prevalezca en la Tierra", sostener con "compleción completa", y exhalar con "toda la humanidad son dioses". Pero de cualquier manera está bien.

Si son palabras de luz, palabras de verdad, palabras de lo divino, entonces incluso si dices "algo infinito o lo otro", mientras las palabras sean palabras de luz, verdad, y lo divino, cuando tú mismo hablas esas palabras, tu conciencia entra al mundo original del que esas palabras emergieron.

Así que "Que la Paz prevalezca en la Tierra" es una palabra que emerge de la misma fuente de la vida, así que pienso que es la más poderosa. Pero qué hacer con ella es completamente hasta la libertad de cada persona. Si algo se te ocurre acerca de hacerlo de esta manera, puedes hacerlo con esas palabras.

En tales momentos, variar el ritmo es bastante efectivo en lugar de usar un monotonó.

Por ejemplo, si vas a inhalar con "Que la Paz prevalezca en la Tierra", podrías ralentizar ese ritmo para que la inhalación tome más tiempo. O si usas esa misma frase mientras exhalas, en lugar de decirla una vez, podrías decirla tres veces: "Que la Paz prevalezca en la Tierra, Que la Paz prevalezca en la Tierra, Que la Paz prevalezca en la Tierra", o podrías extender cada sílaba: "Q-u-e-l-a-P-a-z-p-r-e-v-a-l-e-z-c-a-e-n-l-a-T-i-e-r-r-a". Pienso que este enfoque también muestra buen efecto.

Esto no es solo algo para cuando tienes los ojos cerrados. Es un método que puedes usar incluso mientras caminas.

Mientras caminas lentamente, dentro de la inhalación y exhalación, no tienes que decir las palabras solo durante la inhalación o solo durante la exhalación. Puedes, por ejemplo, exhalar la primera mitad de la frase mientras inhalas y completar el resto mientras exhalas, continuando con las mismas palabras, esto también está bien.

Cuando hablas lentamente las palabras en tu corazón mientras coordinas con el ritmo de respiración relajada, tu conciencia entra dentro de la resonancia del poder espiritual de esas palabras.

Así que si mientras inhalas dices "Q-u-e-l-a-P-a-z" y ya has inhalado por allí, entonces "p-r-e-v-a-l-e-z-c-a-e-n-l-a-T-i-e-r-r-a-C-o-m-p-l-e-c-i-o-n-C-o-m-p-l-e-t-a", si no has llegado al final, puedes llevarlo a la siguiente inhalación. No seas demasiado rígido acerca de "debe hacerse de esta manera", e intenta algo más libremente. Entonces sentirás vívidamente el poder de las palabras.

Por ejemplo, "Todo es perfecto, compleción completa", o podrías sacar "sin falta" y decir "Todo es perfecto" mientras inhalas y "compleción completa" mientras exhalas. O puedes crear varios patrones tú mismo y practicar mientras caminas, duermes, o te sientas, recordándolos.

Cuando incorporas tales enfoques en tu vida diaria, la conciencia verdaderamente se estabiliza.

Para aquellos ya estabilizados, no necesitas escuchar esta charla.

Pero antes discutimos chakras, ¿verdad?

(Compartir pantalla)

Esto es. Estos nombres de katakana no importa si los recuerdas o no. Generalmente solo los llamo "primer chakra", "sexto chakra", etc.

Sin embargo, como todos saben, no hay un órgano llamado chakra en el cuerpo. En cambio, hay centros de relé de energía espiritual que corresponden a tales partes del cuerpo.

Por ejemplo, alguien recientemente dijo: "mientras continuaba diciendo 'gracias', sentí mi chakra del corazón abrirse". Pero puesto que algunas personas dicen "no lo siento", es difícil discutir este mundo invisible.

Sin embargo, no es una pérdida recordar que tales centros de relé de energía existen. En esta etapa, no necesitas saber detalles.

Llegará un tiempo cuando todos lo entienda a través de la experiencia directa, así que cuando ese tiempo llegue, lo sabrás. Intentar saberlo de antemano es un deseo por ganancia personal, así que sugiero no aferrarse a tales cosas y simplemente pensar "hay tal cosa" ligeramente.

Este año, 2026, en la superficie es un momento en que Japón debe verdaderamente liderar el mundo. Pero cuando lo ves en conexión con movimientos políticos y tales, algunos podrían pensar "Japón no es ni siquiera el país central del mundo en absoluto". Pero Japón siendo el centro del mundo no es en el sentido material.

La razón de ser de Japón como nación, su valor de existencia, se revela en el mismo nombre del país. El carácter para el sol, el carácter para el origen, el nombre de este país lo revela: las personas japonesas tienen el papel de conectar la gran fuente de vida con este mundo.

Esto se revela en el idioma japonés.

Pienso que hablé acerca de esto antes en una sesión de estudio hace algún tiempo: el mundo tiene algunos 4000 a 5000 idiomas.

4000 o 5000 tipos, mi memoria podría estar apagada. Podría ser decenas de miles. Pero entre todos estos idiomas, el japonés es un idioma extremadamente especial.

De la manera inversa, todos los idiomas excepto el japonés son "idiomas creados para que los humanos se comuniquen entre sí".

"¿Entonces qué es el japonés?" El japonés es el idioma más cercano al hablado por la fuente de vida que creó el universo, el llamado "idioma de creación".

El japonés es un idioma para crear. La mayoría de las personas ahora lo piensan como idiomas extranjeros, como "una herramienta para la comunicación", pero el idioma japonés que usamos es verdaderamente un idioma para la creación.

Así que se dice que los sonidos A-O-U-E-I tienen poder. No solo estos cinco vocales, sino cada consonante, Ka-Ki-Ku-Ke-Ko, Sa-Si-Su-Se-So, Ta-Ti-Tu-Te-To, cada carácter único, cada

sonido tiene energía.

No lo he leído en un tiempo así que mi memoria es un poco borrosa, pero tengo un libro muy grueso aquí. Aunque el texto es difícil de ver, dice "El Secreto del Espíritu de Palabra". Escrito por Yamaguchi Shimoji, décadas hace, posiblemente antes de la guerra, hace mucho tiempo, el libro explica que cada sonido del japonés tiene energía respectiva.

Así que verdaderamente, el idioma japonés no es un idioma para hablar de acuerdo a la emoción. Es un idioma para usar con cuidado.

Es idioma que deberías usar mientras consideras qué destino tu sonido pronunciado crea. Ese es el idioma japonés.

Cada sonido tiene significado, pero no necesitamos saber el significado de cada sonido. A través de la experiencia, sabemos palabras que traen alegría a las personas, palabras que no desagradan a las personas, palabras que traen felicidad a todos.

Tales maneras de hablar ya se adquieren a través de la experiencia.

Cuando la haces una práctica usar palabras que entretienen los corazones de las personas, traen alegría, evocan gentileza, y recuerdan espíritu expansivo, los Espíritus Guardianes y las Deidades Guardianas dentro de nosotros utilizan "la energía de cada sonido del japonés" para crear para nosotros un destino brillante.

Usar el japonés es verdaderamente no una cosa ordinaria.

Pero la mayoría de los pueblos japoneses hoy han olvidado esta profundidad del japonés.

Sin embargo, hay personas en Japón que entienden bien el poder del japonés y lo hablan correctamente, incluido el Emperador. A través de la existencia de tales personas, estamos entrando en una era cuando el verdadero poder del japonés será ejercido.

Lo que se interpondrá en el camino en ese momento es el pensamiento emocional. Cuando negligenciamos limpiar emociones, ya no podemos participar en "creación cósmica a través del japonés".

Así que recomiendo que desde ahora en adelante, con tu vida como apuesta, regreses todos los pensamientos emocionales a los Espíritus Guardianes y las Deidades Guardianas.

Ahora es el momento. Por supuesto, puedes hacerlo incluso después de este momento, pero se vuelve bastante difícil. Dificultad viene con ella.

Ahora es aún un mundo de onda suave y gentil. Pronto cambiará hacia un mundo donde el engaño y la falsedad ya no funcionan.

Incluso si intentas hacer bien después, el progreso viene lentamente. Sin importar lo que pienses, todos lo verán, así que gradualmente no tendrás a dónde perteneces.

Si limpias tu corazón ahora, esa era será muy fácil. Porque si vives con un corazón que no te avergüenza que otros vean, no necesitas preocuparte por los ojos de otros.

Además, ahora es un momento que lo hace fácil. No hay momento más fácil que este, realmente.

Si piensas que lo que estoy diciendo es falso, ve a morir ahora mismo e ir al otro mundo.

Si vas al otro mundo, entenderás que lo que estoy diciendo es verdad.

Este mundo es tan fácil para desarrollar un corazón noble que nada podría ser más fácil.

Por ejemplo, incluso si alguien dice algo y piensas "maldita sea", no los atacas. Simplemente lo piensas. Eso es todo, en este mundo.

En el otro mundo, cuando piensas algo, atacas instantáneamente en ese momento. Así que el dicho es que este mundo es precioso.

Pero ese mundo precioso se convertirá en un mundo como el otro mundo.

Ese es el nuevo mundo futuro donde intercambiamos con Seres Cósmicos, aprendemos visitando varios mundos de estrellas, y los aplicamos a la Tierra.

Pero el nosotros en ese mundo futuro será el nosotros espiritualmente consciente.

La pregunta es cómo llegar allí, cómo bajar ese mundo espiritual a este mundo, eso es por qué nacemos.

Ya sea que estés cerca del momento de regresar al cielo o aún lejos, si haces lo que deberías hacer en este mundo, no sufrirás cuando vayas a ese mundo después.

Japón ahora parece estar volviéndose un mundo difícil para vivir, con precios en aumento y dificultad. Pero eso es temporal, y este tipo de mundo no continuará para siempre.

Estamos viviendo en "un mundo que está terminando pronto". Nuestro trabajo es terminar el mundo viejo limpiamente y bajar la nueva era de civilización espiritual a este mundo y manifestarla.

Eso es lo que hacemos ahora. Verdaderamente, todos nacieron para este propósito.

Aquellos que ya lo han notado y están trabajando duro, aquellos que "lo han olvidado completamente", todos se dedicarán sinceramente.

Incluso mientras hablamos estas palabras ahora, la frecuencia de la onda material y la onda espiritual de toda la Tierra se está volviendo más refinada. En un nivel micro, la velocidad de rotación de las partículas elementales está aumentando.

Cuando la velocidad de rotación de átomos y partículas elementales aumenta, eso es espiritualización.

Entonces, así como la Física de la Vida de la Onda Cosmiónica describe, las partículas elementales más sutiles que las aún no descubiertas por la ciencia de la Tierra actual serán subsecuentemente descubiertas por los físicos.

No las hemos descubierto, pero hemos escuchado y sabemos que tales cosas existen, y sabemos que hay una onda del hijo cósmico, la unidad más verdaderamente pequeña componiendo este universo.

Además, hay aquellos que dicen que las personas que no comen pueden vivir "comiendo neblina". Podemos vivir reabasteciendo esencia cósmica.

Así que como fue mencionado antes en el Santuario Fuji, hay el dicho "los humanos pueden vivir semanas sin comer". Cuando escuché eso, no lo encontré extraño en absoluto. Pensé "por supuesto" escuchando.

Si tal mundo fuera a venir, los Espíritus Guardianes y las Deidades Guardianas ejercerían poder de protección mucho más intensamente que ahora, protegiendo nuestros Cuerpos Físicos. Así que "vivir reabasteciendo esencia cósmica" no sería extraño en absoluto sino vendría a pasar realísticamente.

Y cuando eso sucede, lo que se vuelve útil es la práctica que hacemos ahora, en tales momentos normales, de mantener respiración lenta.

Las personas practicando esto ahora no estarán desconcertadas cuando llegue el momento crítico. Lo que has hecho te protege.

"El ser que piensas que eres" tiene espaciosidad, así que puedes ayudar a aquellos a tu alrededor.

Pienso que el momento verdaderamente difícil, la dificultad verdaderamente seria, será probablemente solo varias semanas a meses en duración real.

Más que eso los humanos no podrían soportar, así que probablemente en ese punto los dioses nos ahorraría, y todos verían las formas de los equipos de rescate cósmico. Pienso que tal futuro está viniendo.

Hacia eso, probablemente ya ha comenzado, pienso que hay experimentación siendo hecho en el lado para materializar Seres Cósmicos.

Si encuentras Seres Cósmicos depende de si tu vibración coincide con la de ellos. Si continúas pensando "Yo, Yo" acerca de ti mismo, tu vibración no coincidirá con la de los Seres Cósmicos.

Así que sin importar cuánto quieras verlos, no se mostrarán. Pero cuando piensas "el 'Yo' que continuamente pienso no es el yo real. El yo real es un hijo del Dios Universal. El poder que creó el universo existe dentro de mí", y pones el pensamiento de "Yo, Yo" en las palabras "desvanecimiento", lo entregas a "Oración por la Paz Mundial", y lo regresas a tus espíritus divinos de protección, gradualmente te convertirás en una persona que ya no piensa "Yo, Yo".

Pienso que todos ustedes se han vuelto mucho así. Debes estar sintiéndolo ya, "he cambiado", "estoy cambiando".

Pero puedes cambiar aún más.

No hay fin a nuestro progreso y elevación, nuestra evolución y desarrollo. Si hay un fin, es cuando nos unificamos completamente con el Gran Dios Universal que creó este universo, pero eso está aún lejos.

Por ejemplo, incluso los dioses ilustres entre las Grandes Tropas de Luz no han alcanzado aún unificación completa con el Gran Dios Universal. Así que sería aún más lejos para nosotros.

Pero mientras enfocas en evolución de conciencia y crecimiento en elevación y desarrollo, el pensamiento "centrado en Yo" gradualmente se adelgaza.

El sujeto cambia de "Yo", "yo", a "nosotros", "nos".

Si continúas trabajando en desarrollarte a ti mismo sin rendirte, los resultados aparecen en la forma de "seguramente cambiarás".

Podrías pensar "no he cambiado aún", "¿no ha cambiado aún?" Pero no lo apresures; el cambio vendrá en su momento.

Solo los Espíritus Guardianes y las Deidades Guardianas lo saben. Así que no necesitas intentar saber.

Entregándote a los Espíritus Guardianes y las Deidades Guardianas, este lado hace su parte, y sin saberlo, tu corazón se vuelve cada vez más noble.

Mientras tu corazón se vuelve cada vez más noble, este cuerpo que pensábamos que era una forma física se espiritualiza.

No es que el cuerpo se espiritualice primero y el corazón siga después. En cambio, el corazón, espíritu, y conciencia se espiritualizan primero, y el cuerpo sigue.

Así que no necesitas apresurarte. Algunas personas con un hábito de compararse a sí mismas con otros a su alrededor, viendo cuánto más nobles se están volviendo otros, se sienten presionadas, pensando que deben hacer más, deben cambiar más, sin embargo las cosas no van como se desea. Tales personas a veces se preocupan.

Pero pienso que no necesitas comparar de esa manera. Como siempre digo, si comparas, compara así: "el yo de ayer y yo de hoy, el yo de hoy y yo de mañana, el yo de mañana y yo del día después de mañana", viviendo de esta manera con esperanza es mucho mejor para la salud mental.

Todos ya saben qué debe hacerse, qué es correcto. Pero algunos pueden expresarlo en acción, y otros aún no. Eso es dónde estamos ahora.

Además, nos convertimos en escaleras para la escalada del otro. Decimos "por favor, sube en mi espalda para alcanzar el cielo", levantando a aquellos a nuestro alrededor, luego "luego tú me levanta", y nos ofrecemos mutuamente como escaleras hacia el cielo, desarrollándonos juntos en nobleza.

Además, como la historia del pañuelo pinchado, si todos se convierten en el pinchador, más personas son levantadas. Así que muchas más personas de la Tierra llegarán a estar interesadas en el mundo de la evolución de la conciencia.

En cualquier cosa, la clave es comenzar con cosas pequeñas, no intentar cosas grandes desde el comienzo.

Hay una frase "pequeña experiencia de éxito". Aquellos que acumulan pequeños éxitos pueden lograr grandes éxitos. Aquellos sin acumular pequeños éxitos nunca encontrarán gran éxito.

Así que pienso que es importante no mirar solo hacia adelante y perder de vista lo que está bajo los pies.

Finalmente, me gustaría formar el IN de la Chispa Divina siete veces y cerrar.

<IN de la Chispa Divina siete veces>

Gracias. Sí, entonces cerraremos la sesión de estudio de hoy. Encenderé los micrófonos de todos.

<Tiempo de adiós>

La sesión de estudio de hoy está cerrada. Todos, gracias por participar.

Eso concluye la sesión.