



THE NEW HUMAN MIND

新しい人間のマインド

– As Above, So below

上に在るごとく、下にも在り

Topics of Study – Section Three

研究のテーマ-セクション3



BLENDING THE SUBCONSCIOUS AND
CONSCIOUS MINDS UNIFIES THE SOUL AND
SPIRIT TO A WHOLENESS OF BEING.

潜在意識と顕在意識のマインドをブレンドする
ことは、魂とスピリットを「存在の全体性」へ
と統合します。



INTEGRATING EMOTION AND THOUGHT
THROUGH DYNAMIC MEDITATION GIVES US
A PROFOUND INCREASE IN INTUITION.

ダイナミック瞑想をとおして感情と思考を
統合すると、直感力が非常に深く増します。



MINDFULNESS - LIVING IN EACH NOW
MOMENT ALLOWS US TO STOP MITIGATING
THE PAST AND REHEARSING THE FUTURE.

マインドフルネスー「今、この瞬間を生きる」なら、
過去を和らげようとすることや未来を
リハーサルすることをやめられます。

To Be in Human Form

人間の形体になること

The Earth spirit is a celestial deity that is referred to in the Akashic Records as a composite being, meaning, a being that is composed of more than one eternal soul.

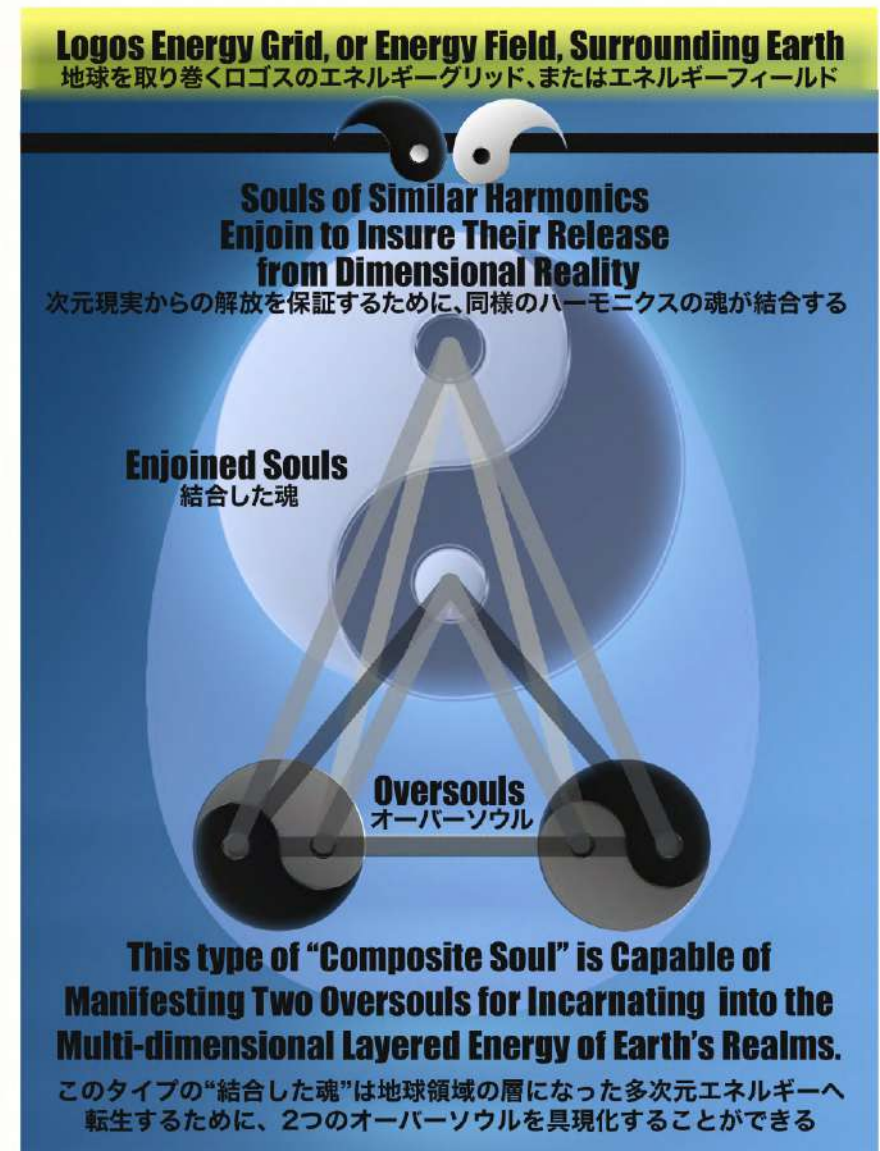
Each human is a composite being – our eternal soul enjoins with a harmonically similar eternal soul to ensure an ability to exit this system. We do this to match the Earth spirit's harmonics.

Our composite soul can produce two oversouls as preparation to entering the dimensional adjacencies of Earth realms. Not all oversouls incarnate into Earth's realms.

地球のスピリットは、セレティスティアル存在です。アカシックレコードによれば複合的な存在、つまり複数の永遠の魂で構成されている存在なのです。

それぞれの人間も複合的存在です。私たちの永遠の魂は、この地球システムから出る能力を確実にするために、同様のハーモニクスを持つ永遠の魂と結合します。地球のスピリットのハーモニクスに合わせるためです。

私たち複合した魂は、地球領域と隣あった次元に入る準備として、2つのオーバーソウルを生み出すことができます。すべてのオーバーソウルが地球の領域に転生するわけではありません。



To Be in Human Form

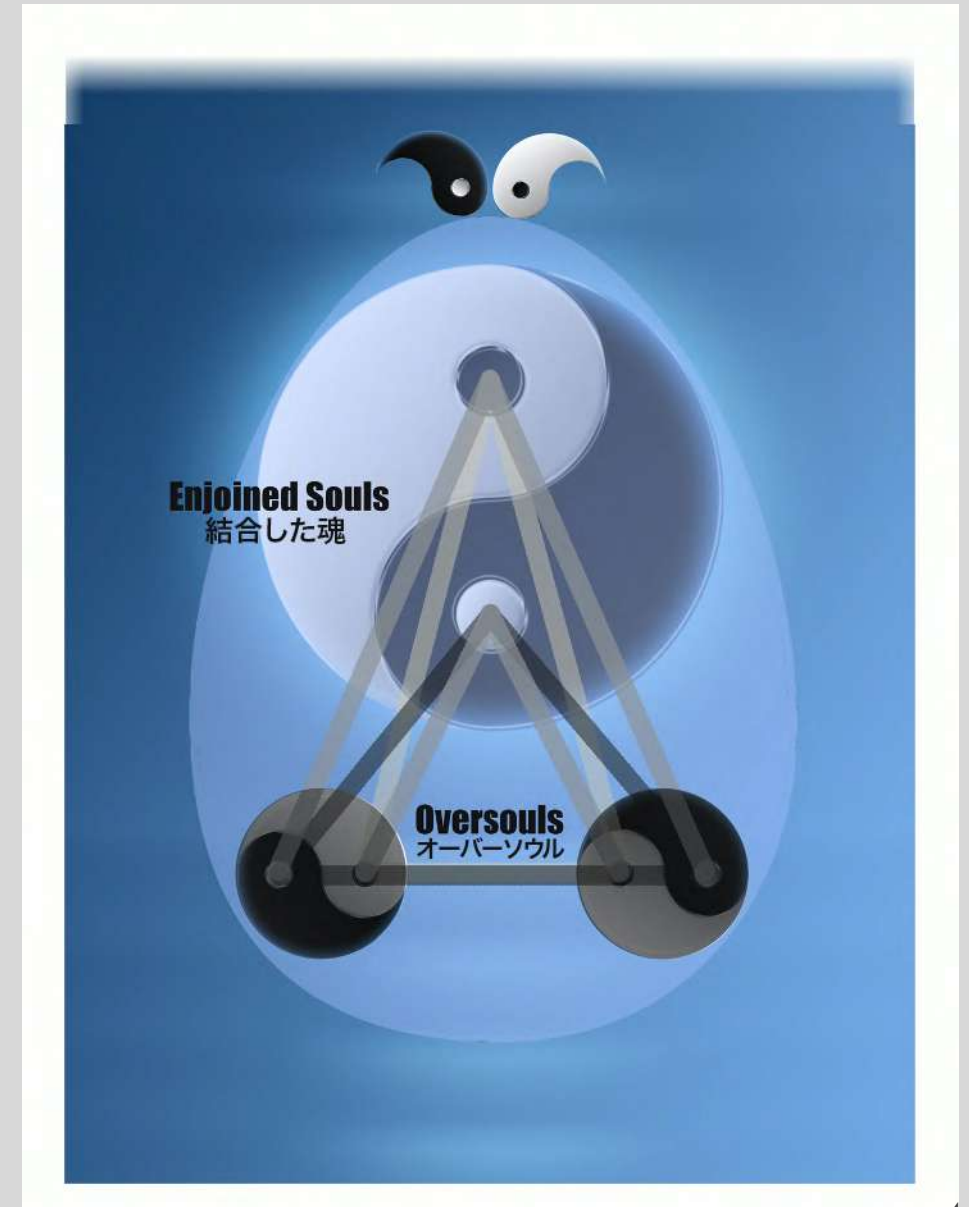
人間の形体になること

Your enjoined soul is your twin soul or in New Age terms, your twin flame. Neither soul must incarnate and there are an unknown number of enjoined souls of which neither ever oversoul incarnates. It is unclear in the symbols of the Akasha why this happens.

The generalized function of an oversoul that does not incarnate is to over guidance to the twin that does incarnate. In this sense they are their guardian and watcher. In most of these case the incarnating soul is a World Worker – a human that helps shift the collective mind of humanity.

あなたと結合した魂はツインソウルです。ニューエイジの呼び方ではツインフレイム（双子の炎）とも呼ばれます。どちらの魂も、必ずしも地上に転生しなければならないということはなく、結合しオーバースoulとなりながらもどちらも転生していない数知れない魂たちがいます。なぜこれが起きるのか、アカシャのシンボルからははっきりわかりません。

転生しないオーバースoulの一般的な役割は、実際に転生したツインを導くことです。この意味で、彼らはツインの守護ガイドや見守り役(ウォッチャー)と言えます。このような場合、転生した魂のほとんどが「ワールドワーカー」、つまり人類の集合意識のシフトを助ける人たちです。

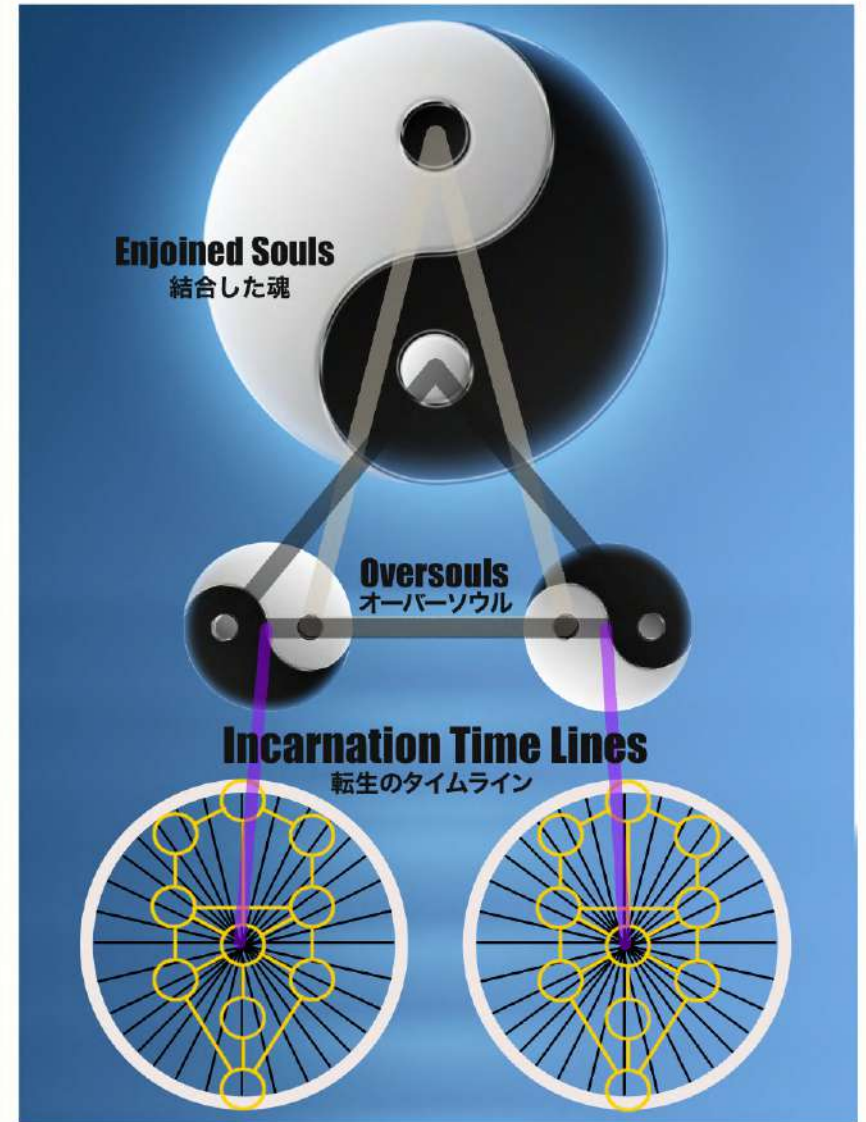


To Be in Human Form

人間の形体になること

All timelines are set into motion prior to the first enjoining of an eternal soul with an evolving spirit. All immutable events are set along each timeline as a means of the human spirit becoming aware of the soul/spirit collaboration. The initial incarnation and the final incarnation are linked as one expression – they are adjacent to each other and have the same immutable points. As a soul progresses from one timeline to the next, any immutable events that have not been experienced as planned moves into the next timeline.

すべての転生(タイムライン)は、永遠なる魂が進化するスピリットと初めて結合する前に起動します。すべての転生の「避けられない出来事」も、各転生に沿ってセットされます。これは人間のスピリットが、魂とのコラボレーションに気づくためのものです。最初の転生と最後の転生は、一つの表現としてリンクしています。二つの転生はお互いに隣あい、同じ避けられない出来事を体験します。魂が一つの転生から次の転生へと進んでいく時、体験されなかった避けられない出来事は、次の転生へ移動します。

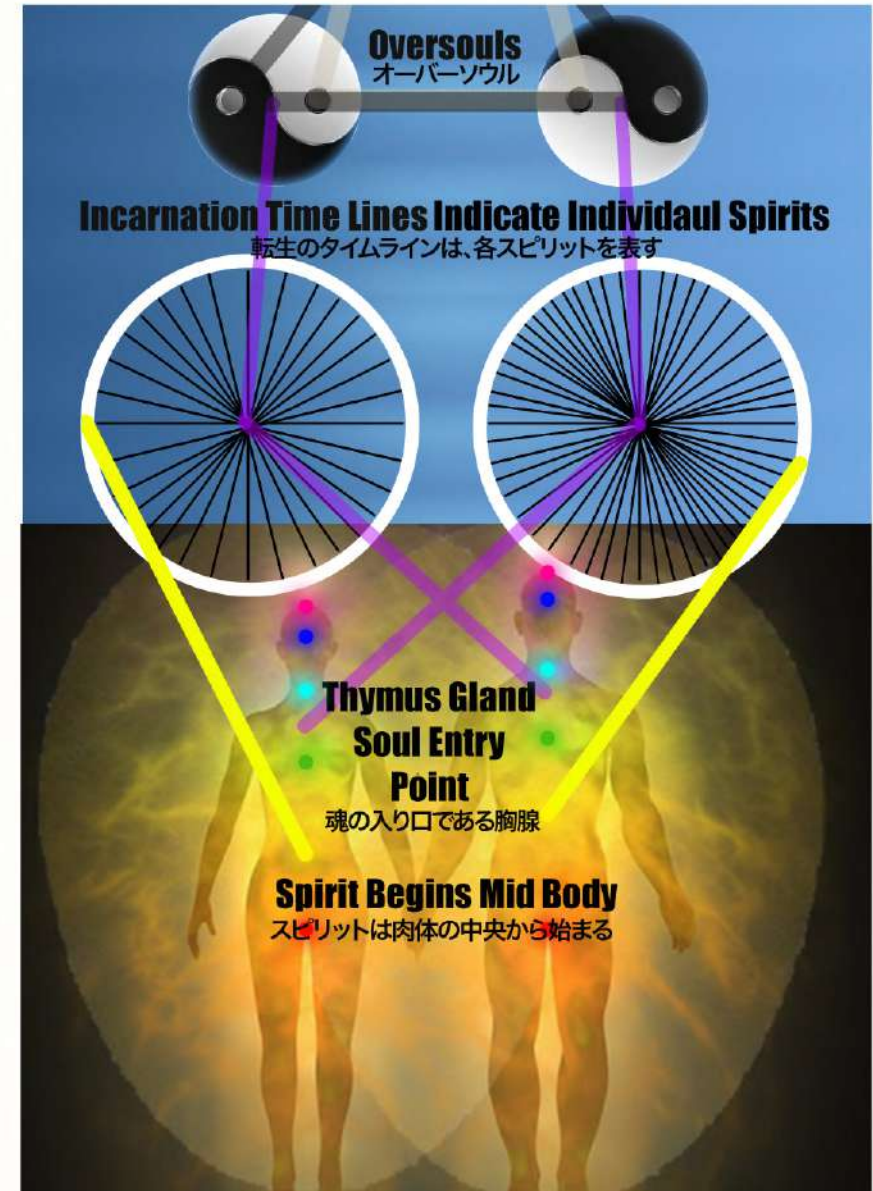


To Be in Human Form

人間の形体になること

Each oversoul has 144,000 potential dimensional cells that descend into the human form through the thymus gland and spread out evenly through the physical body once the nervous system of the new body has developed to a certain point. If the physical body's nervous system does not develop properly, the body is rejected and miscarries (miscarriages can also happen for other reasons). The moment after conception, the human spirit begins to work with the DNA to begin building the new human body. Gender is determined at conception.

それぞれのオーバーソウルには144,000の潜在的な「次元細胞」があり、胸腺を通して人間の形体に降りてきます。新しい肉体(ボディ)の神経系があるポイントまで発達すると、魂の細胞は体全体に均一に広がります。神経系が適切に発達しない場合、肉体は拒絶され流産します（流産は他の理由でも発生します）。受胎の直後、人間のスピリットはDNAと連携し始め、新しい肉体を創りはじめます。性別は受胎時に決定されます。



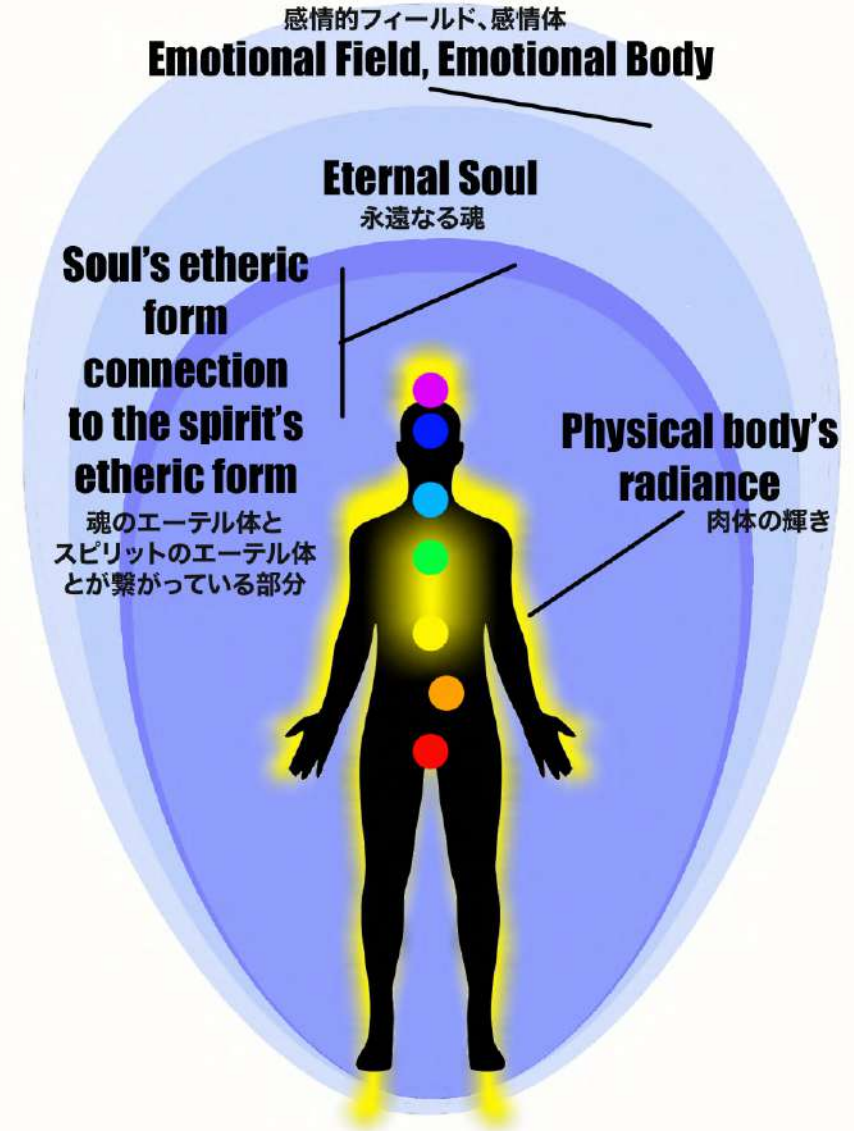
To Be in Human Form

人間の形体になること

When a harmonically attuned soul/spirit/body is born into this realm, an upside-down egg shaped energetic envelop is generated that forms an enclosure for the threefold mind. We refer to this enclosure as the emotional field.

The emotional field, or emotional body, is an aspect of our intuitive intelligence. When we react by personalizing our observations, the energy of the emotional field concentrates in the direction of our reaction. If we hold onto that focus a portion of the emotional field solidifies within the tissues of the physical body blocking the flow of chi (prana).

ハーモニクスが調和したソウル/スピリット/ボディがこの領域に生まれると、逆卵形のエネルギーの皮膜が生成され、三層からなるマインドを包含します。このエネルギーに囲まれた部分を感情フィールドと呼びます。感情フィールド、または感情体は、私たちの直感的知性の側面です。観察したことを私たちが個人的にとらえ、反射的に反応する時、感情フィールドのエネルギーは反射反応(リアクション)の方向に集中します。そこにフォーカスし続けると、感情フィールドの一部が肉体組織の中で固まり、気（プラーナ）の流れをブロックします。



The Human Mind

人間のマインド

Our mind is comprised of our eternally constant soul, our constantly evolving human spirit and our ninety-day precognitive, instinctually intelligent genetically derived animal body.

Our human spirit imposes its strategies for longevity on its new human form and can override certain genes to give its new form an advantage in survival. Belonging through the acknowledgement of others from its own race is a primary strategy for the spirit. As a result, we, as spirits, are tribal beings – we seek likeminded humans. As spirits, we almost always incarnate into known bloodlines.

私たちのマインドは、私たちの「永遠に一定のソウル」、「絶えず進化する人間のスピリット」、そして90日先まで予知できる「本能的知性を備える遺伝子から生まれた動物のボディ」で構成されています。

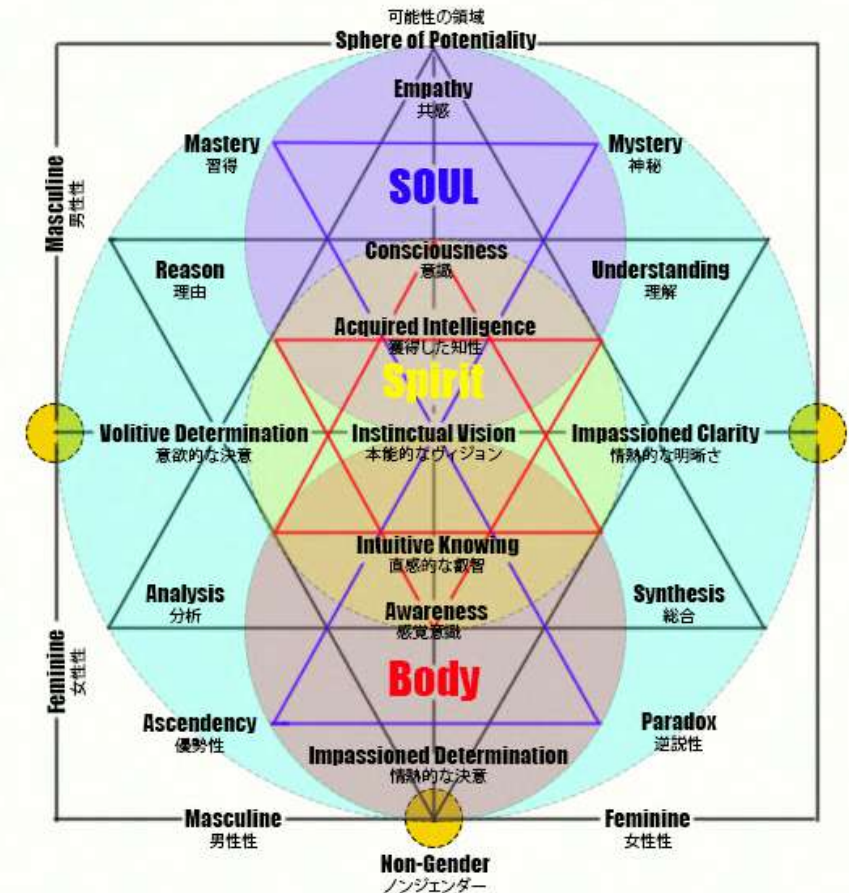
人間のスピリットは、新たに形成する人間の形体に、長生きするための戦略を課します。新しい形体を生き残りしやすくするために、特定の遺伝子を無効にすることもできます。同種の他者から承認されることを通して、自分自身の種に所属することは、スピリットの主要な戦略です。スピリットとしての私たちは、部族を形成する存在であり、ライクマインド、つまり同じようなマインドを持つ人間を探し求めます。私たちのスピリットは、ほとんどの場合、すでに知っている今までの血族の中に生まれ変わります。

THE NEW HUMAN MIND

新しい人間のマインド

An Eternally Constant Soul Collaborating with a Constantly Evolving Human Spirit Responding to Sensory Input through an Instinctually Intelligent Human Body

永遠に一定の魂は常に進化する人間のスピリットと協働し
本能的知性を備えた肉体の感覚入力に応答する



The New Mind

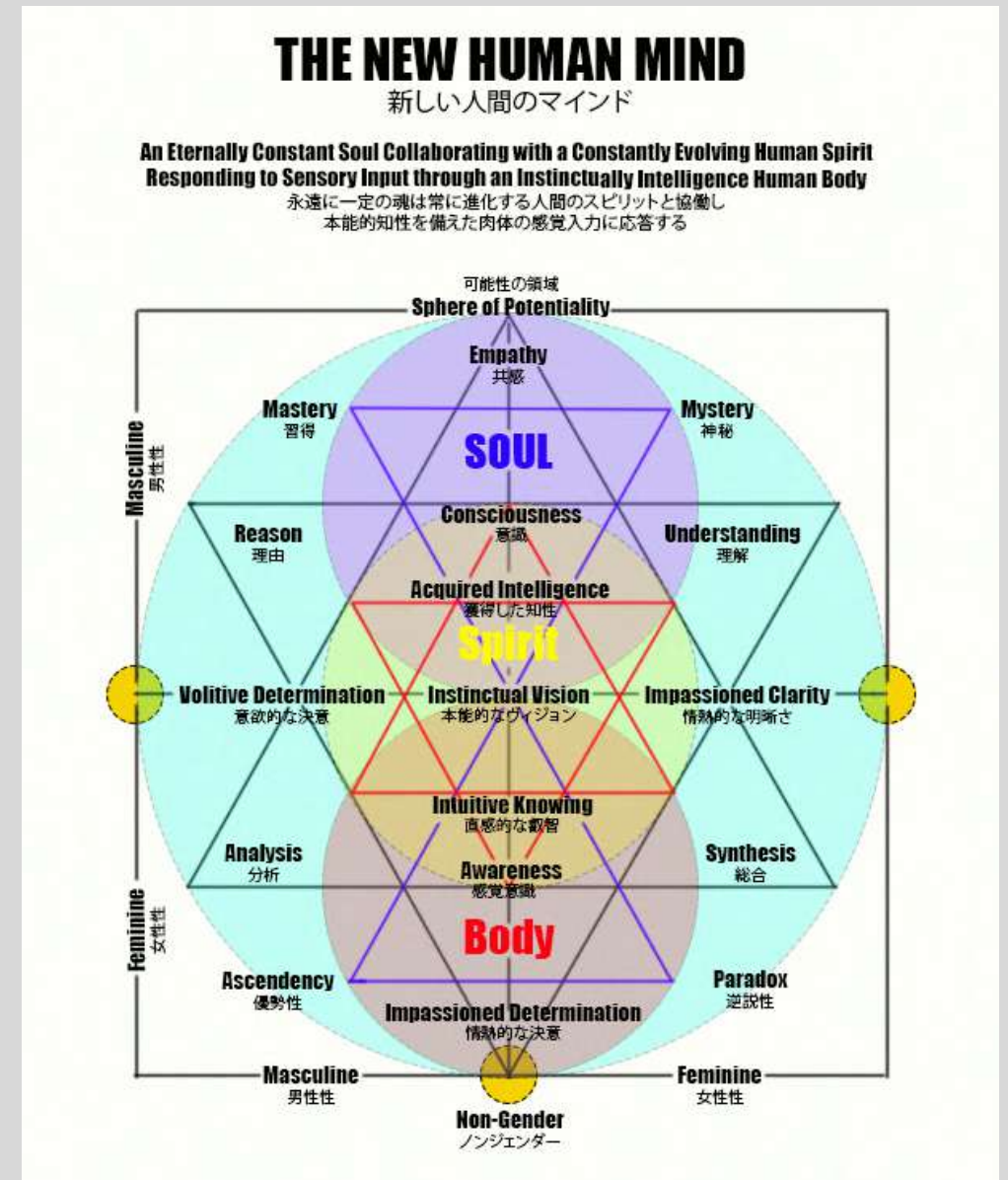
新しいマインド

The phrase, **As above, so below**, refers to the conscious and subconscious minds. A very popular New Age idea is that our thoughts and feelings never objectively define anything about us: they simply arise and fall, come and go. Some thoughts are more persistent than others, and others less so dominant. That notion suggests that because we do not 'control' any thought or feeling, how can they actually define us or even be claimed as ours?

The above New Age axiom is wrong in a duality cycle and even more absurd in a unity cycle.

「上に在る如く、下にも在り」というフレーズは、意識と潜在意識を指します。とても人気があるニューエイジの考えは、私たちの思考や感情は、自分自身について客観的に、決して何も定義することはできない。思考と感情は単に現れては消え、行ったり来たりしているだけだというものです。一部の考えは他よりも長続きし、他の考えはそれほど支配的ではありません。この概念は、私たちが思考や感情をまったく「制御(コントロール)」していないのに、実際どうやって自分を定義したりできるのか、そもそもそれが自分のものだと言主張することができるのかという疑問を呈しています。

上記のニューエイジの公理は、二元のサイクルでは間違いであり、一元(ユニティ)のサイクルではさらに問題外です。

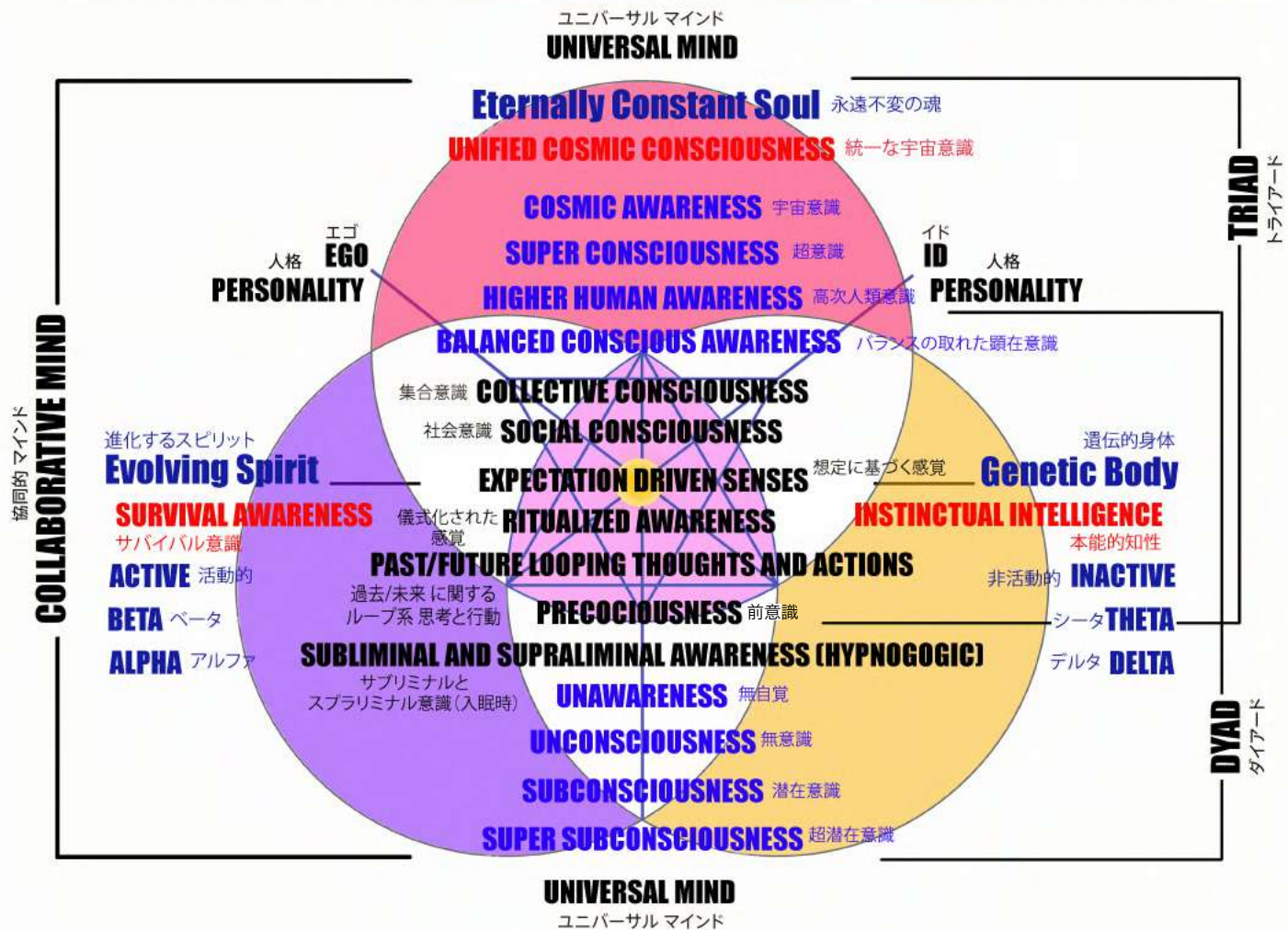


The New Mind

新しいマインド

In our collective present state, every thought we are aware of begins its journey to the conscious mind from a series of intuitive impulses that begin in the subconscious mind. These intuitive impulses are triggered by our senses. Our senses are largely controlled by our expectations.

現在の私たちの集合的な状態では、私たちが認識するすべての思考は、まず潜在意識で起きる一連の直感的衝動から始まり、顕在意識へと旅をしてきたものです。これら潜在意識の直感的な衝動は、私たちの感覚によって引き起こされます。そしてその感覚は主に私たちの予測や期待によって制御されています。



The New Mind

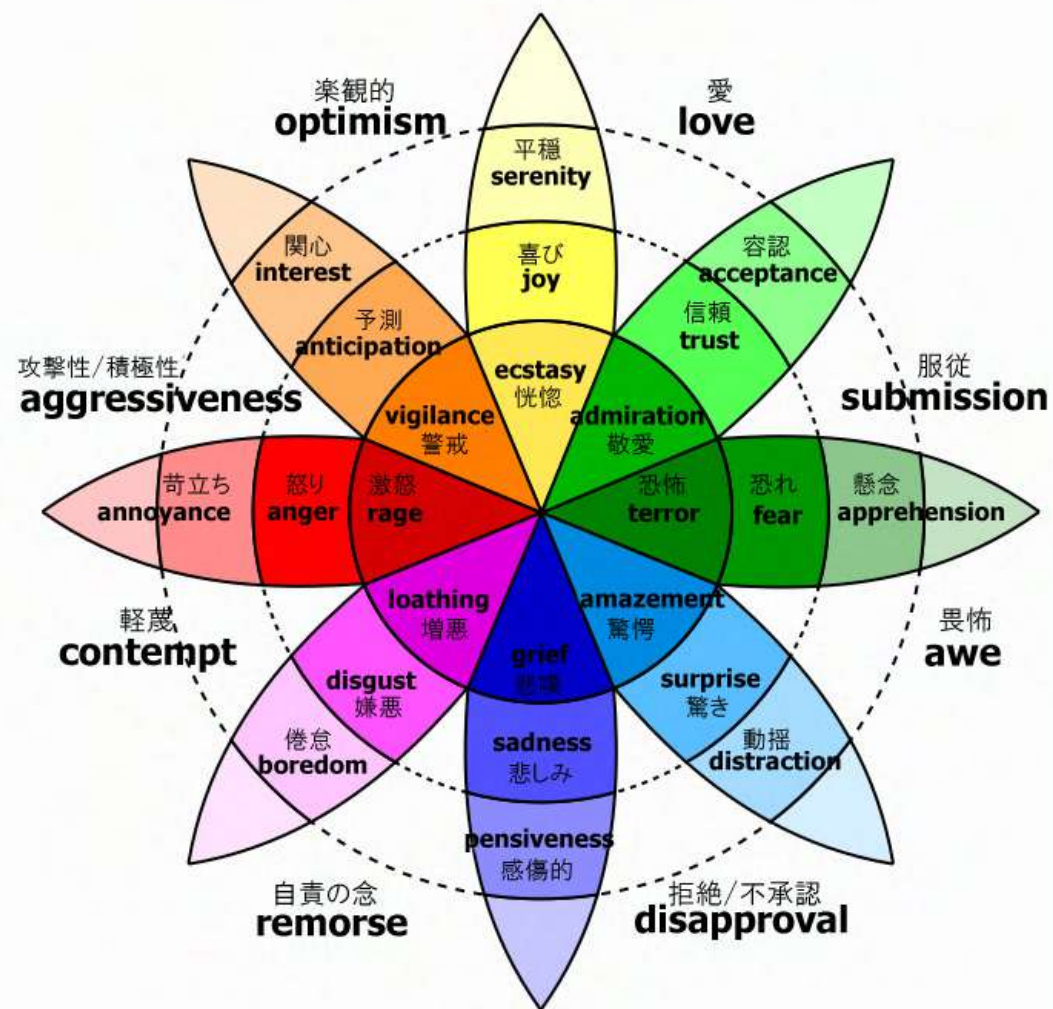
新しいマインド

The new mind will allow our greater knowing to control the consensually driven expectations of dimensional reality. As a result, we will be free of the sensory limitations imposed on our journey through time and space.

The old system of interaction within the imposed limitations of legacy training is based on the wave-like pattern of moving from uninformed certainty to informed doubt; from joy to sadness. Moving from one extreme to the other allowing our fear-based emotions to attempt to resolve the past while rehearsing the future.

新しいマインドは、私たちのより大いなる叡智(ノウイング)が、次元現実の「合意に基づいた期待」を制御することを可能にします。その結果、私たちは時空の旅に課せられた感覚の制限から自由になれるのです。

トレーニングの遺産である制限に縛られた古い相互作用のシステムは、「情報のない確信」から「情報のある疑い」に、喜びから悲しみへ移行する波形状のパターンに基づいています。一つの極端なものからもう一方の極端へと移動することで、私たちの怖れに基づく感情は、未来をリハーサルしながら過去を解決しようとすることができるのです。



The New Mind

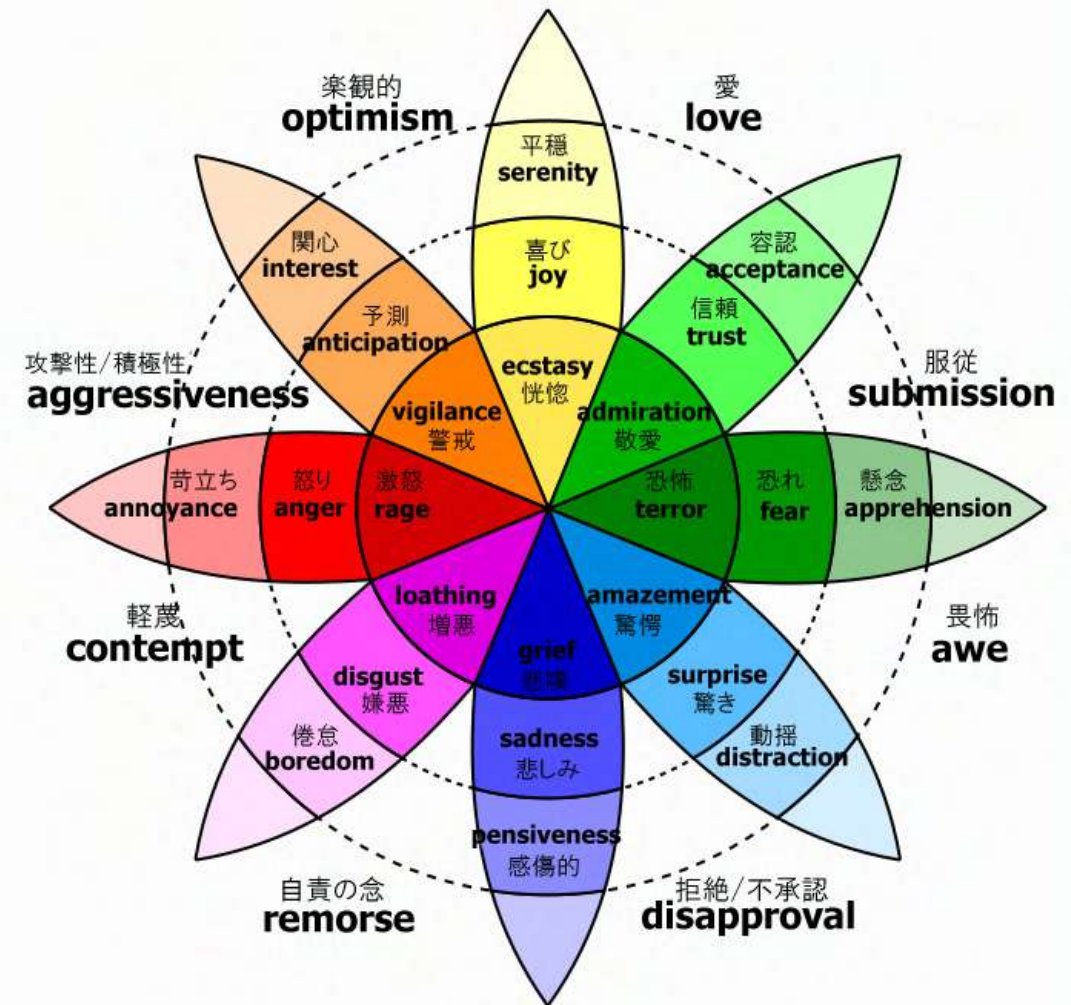
新しいマインド

In a duality mind, our expectations are the driving dynamic of the early programing we received from familial and societal influences. We turn the intuitive impulses that generate human feelings into reactive or responsive emotions.

In the new human mind, our intuition remains pure. Our five senses will become a secondary channel of information about the conditions and circumstances surrounding our physical body. Our spirit-based subconscious mind – the source of our pure creative power – will completely integrate with our soul-based conscious awareness.

二元性のマインドでは、私たちの期待が、家族や社会の影響から受けた初期のプログラミングの原動力です。私たちは、フィーリング（感情・気持ち）を生み出す直感的な衝動を、反射的、反応的な感情に変えてしまいます。

新しい人間のマインドでは、直感は純粋なままです。私たちの五感 は、肉体を取り巻く状態や状況に関する情報の二次的なチャネルになります。純粋な創造力の源であるスピリットベースの潜在意識は、魂ベースの顕在意識と完全に統合されます。



The New Mind

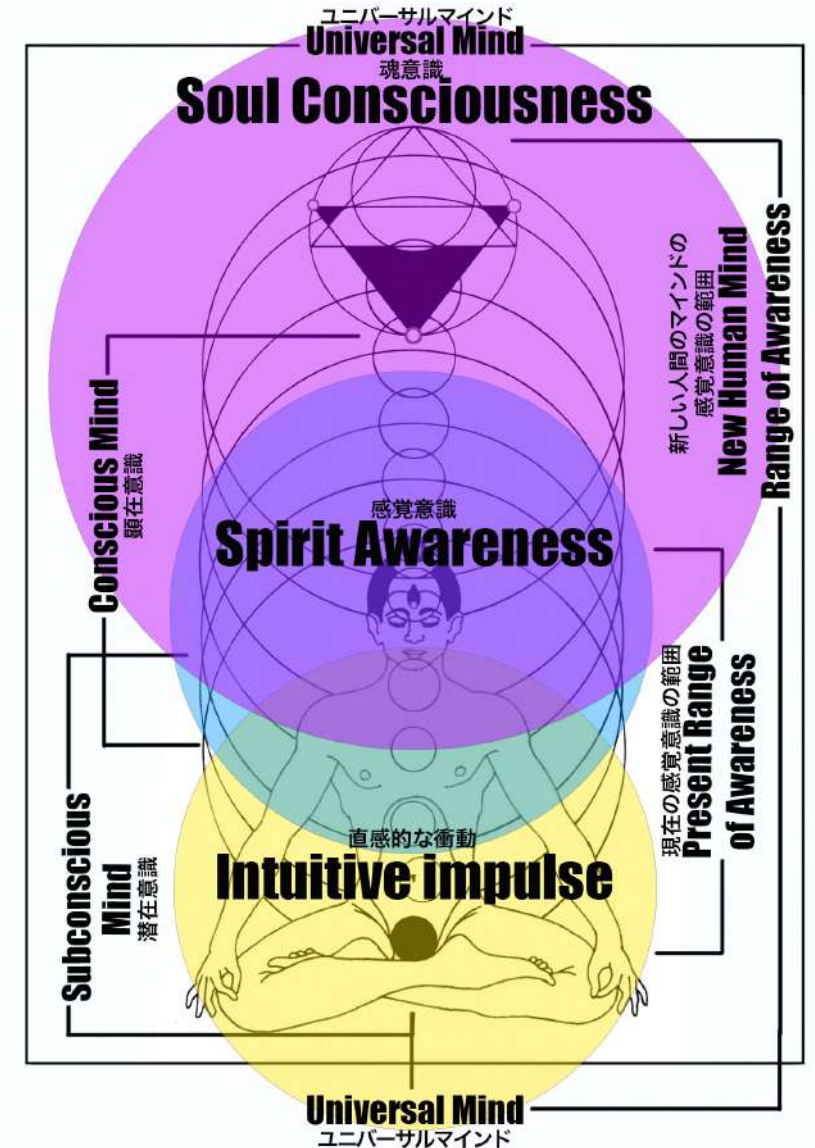
新しいマインド

Once we have dropped the boundaries within our learned mind, our mitigating mind, we begin to increase our range of human awareness to the greatest level – to the level soul consciousness.

Our unified mind is without limitation allowing us to journey in life with innocent gratitude and humility at the enormous power that radiates out into dimensional reality through our core. An old friend, John Harricharan, wrote the book titled, “When You Can Walk On Water, Take The Boat.” The essence of the book is that when you are unlimited, you need not prove it by demonstrating to others.

学習したマインド、鎮め解決しようとするマインドの中の「境界線(バウンダリー)」を手放したなら、私たちは人間の感覚意識を最大レベル、つまり魂意識のレベルまで拡大しはじめます。

制限のない統合されたマインドは、私たちのコアを通して次元現実放射される巨大なパワーで、純真無垢な感謝と謙虚さを持って人生を旅することを可能にします。古くからの友人であるジョン・ハリチャランは、「氷の上を歩ける時も、ボートに乗れ」という題名の本を書きました。この本は、あなたが例えすべての制限から自由になっても、人にその力を見せて証明する必要がないということを伝えています。



Integrating Feeling and Thought

フィーリングと思考を統合する

The most real way to complete the process of integrating feeling/thought/word/action are the practices of yoga, chi gong, and tai chi, which have been proven over thousands of year to be very effective. Another technique called Dynamic Meditation. This was developed in the late 1960s as a means of unfreezing blocked emotional energy. This allows blocked energy in the deep tissue of the body to actively release.

フィーリング/思考/言葉/行動を統合するプロセスを完了するための最も現実的な方法は、ヨガ、気功、太極拳の実践です。これらは、数千年にわたって非常に効果的であることが証明されています。また、ダイナミック瞑想と呼ばれる別のテクニックは、ブロックされた感情エネルギーを溶かし解放する手段として1960年代後半に開発されました。ダイナミック瞑想は、体の深部の組織のブロックされたエネルギーを、アクティブに解放します。



Integrating Feelings

フィーリングと思考を統合する

Dynamic Meditation steps:

Stage 1: Quick, deep, and chaotic breathing. This is supposed to build up all the energy inside of you to breaking point for ten minutes

Stage 2: Go crazy, and let every emotion you have out, just like a 3-year-old having a tantrum. Scream, cry, jump or do anything that expresses and releases what you feel inside for ten minutes.

Step 3: Jump up and down, breathing the mantra “Hoo!” continuously for ten minutes.

ダイナミック瞑想のステップ：

ステージ1：速く、深い、混沌とした呼吸。10分間続けます。これは内部のすべてのエネルギーを限界まで溜めることになります。

ステージ2：3歳の子供がかんしゃくを起こすように、夢中(クレイジー)になって、すべての感情を解放します。叫んだり、泣いたり、ジャンプしたり、自分の中で感じていることを表現して解放します。10分間。

ステップ3：「フー！」というマントラを呼吸しながら、上下にジャンプします。10分間続けます。



Integrating Feeling and Thought

フィーリングと思考を統合する

Step 4: Stop and freeze exactly where you are! In this stage, you are supposed to observe your body and the sensations it's experiencing for ten minutes

Step 5: Dance around and celebrate through dance! Do this for twenty minutes.

Although dynamic meditation may not be for everyone, **it is one superb way to let go of all the poisonous emotions that we carry within ourselves, sometimes for years. Blocked emotions** work against our wellness in body and mind.

ステップ4：動きをストップして、その状態のまま正確にフリーズします。このステージでは、自分の体と、体が経験している感覚を10分間観察します。

ステップ5：踊りながら、ダンスを通して祝いましょう！20分間行います。

ダイナミック瞑想はすべての人に適しているわけではありませんが、私たちが内側に抱えているすべての、時には何年にもわたって持ち続けている有毒な感情を手放すための優れた方法の1つです。ブロックされた感情は、体と心の健康に悪影響を及ぼします。

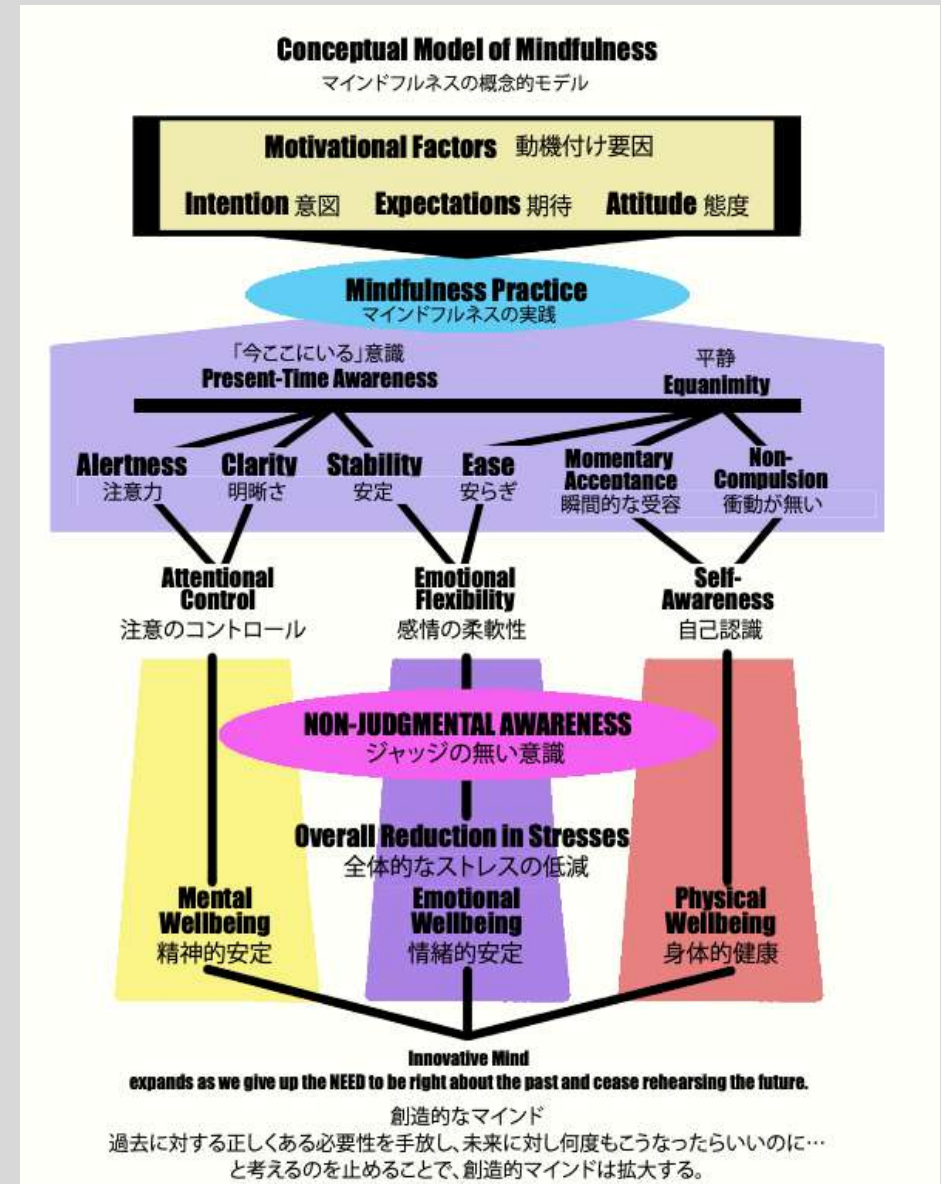


Mindfulness a State of Focus

マインドフルネスー集中の状態

Walking Meditation: You can incorporate this technique into your daily regime – walking to the train, exercising, shopping, etc. Walking meditation is very simple and extremely grounding. All it involves is becoming aware of the sensation of the ground beneath your feet. Feel the rhythm of your feet, and what it feels like to walk in different shoes such as casual sneakers, dress shoes — as well as the texture of the earth, whether it is soft, gravelly, slippery or hard. To practice walking meditation, allow your focus to rest in the movements of your feet. Imagine yourself in the shoes of your feet and purely experience what they are experiencing.

歩く瞑想：このテクニックは、日常に取り入れることができます。例えば、駅まで歩いたり、運動したり、買い物をしたりするなどです。歩く瞑想は非常にシンプルで、グラウンディングするのに大変有効です。必要なことは、足元の地面の感覚に気づくだけです。足のリズム、カジュアルなスニーカー、ドレスシューズなどさまざまな靴を履いて歩くときの感覚、そして柔らかい、砂利が多い、滑りやすい、硬いなど、大地の質感も感じてください。歩く瞑想を練習するには、足の動きに集中します。自分の足が履いている靴の中にいるあなた自身を想像し、足が経験していることを純粋に体験しましょう。



Integrating Feeling and Thought

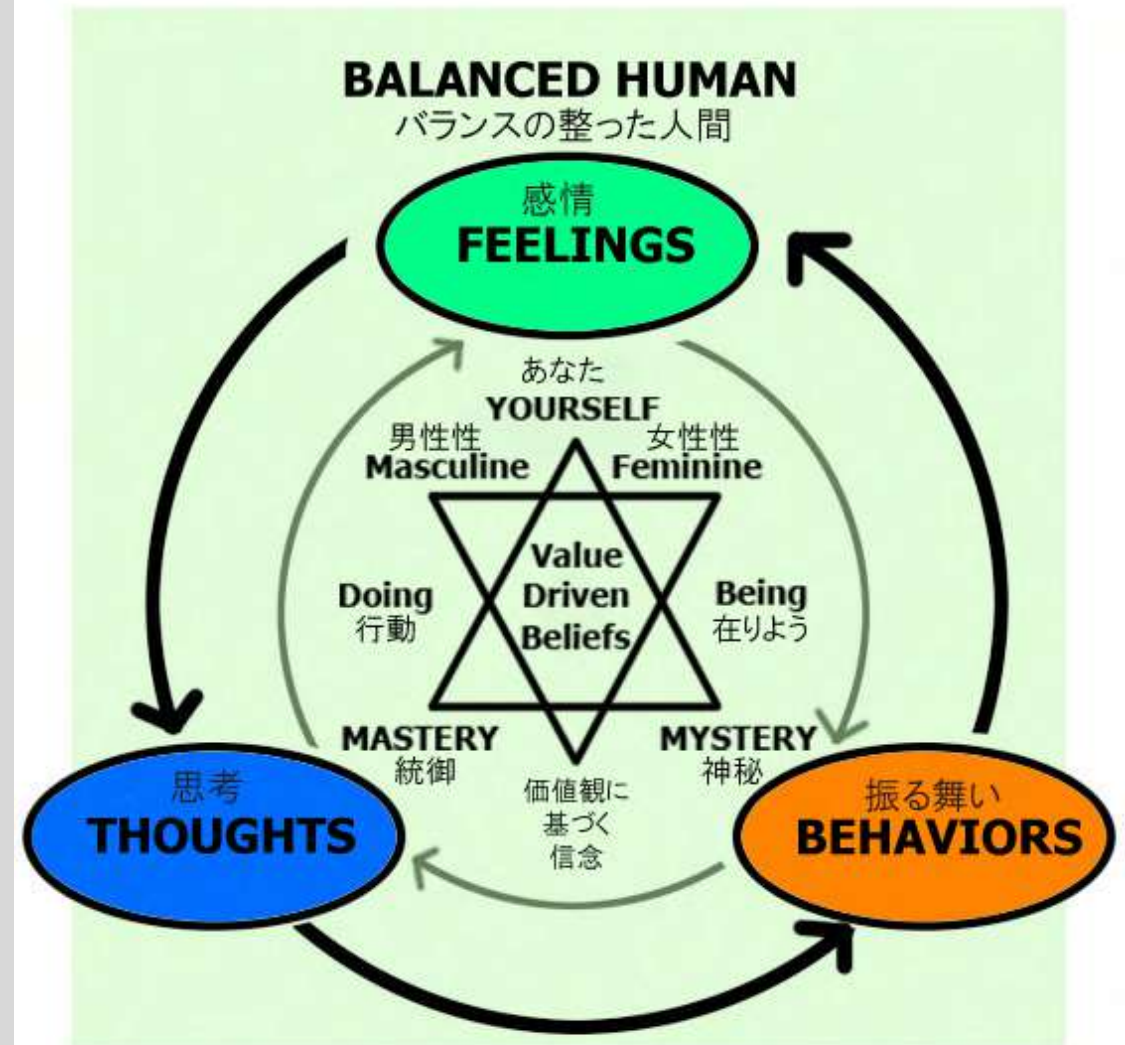
フィーリングと思考を統合する

Remember, drop judgements - no sensation must be “better” or “worse” than another. The purpose of mindfulness is to not only live in the moment, but to also become aware of the feelings that lead to thoughts that lead to inner dialogs that inspire certain actions.

This is the single most important aspect of this training. Being aware of each feeling/thought/inner/outer dialogs/corresponding actions.

ジャッジメントを手放すことを忘れないでください。どのような感覚も他の感覚と比べて「良い」「悪い」があってはなりません。マインドフルネスの目的は、その瞬間に生きるだけではなく、自分のフィーリングに気づくことです。感じたことが考えにつながり、さらに内面の対話となって特定の行動を引き起こすフィーリングのことです。

これが、このトレーニングの最も重要な側面の1つです。それぞれのフィーリング/思考/内側と外側の対話/対応する行動に気づくことです。



Integrating Feeling and Thought

フィーリングと思考を統合する

Reciting a prayer of thanks for what you have every day is one of the most transformative mindfulness practices out there. Gratitude can only ever exist in the present moment; thus, it is the perfect mindfulness tool. When we are lost in our thoughts, it is so easy for us to take what we have for granted and constantly seek for more. Gratitude grounds us in the here and now. The very act of gratitude requires us to become aware of all the good we have right now.

持っているものへの感謝の祈りを毎日唱えることは、最も変容を促すマインドフルネスの実践の一つです。感謝の気持ちは、今、この瞬間にしか存在できません。したがって、感謝はマインドフルネスの完璧なツールなのです。私たちが思考の中に自分を見失っている時、持っていることが当たり前となり、常にもっと欲しくなってしまいます。感謝の気持ちは、私たちが「今・ここ」にグラウンディングします。感謝の気持ちそのものが、私たちが今持っているすべての良きことに気づかせてくれるのです。



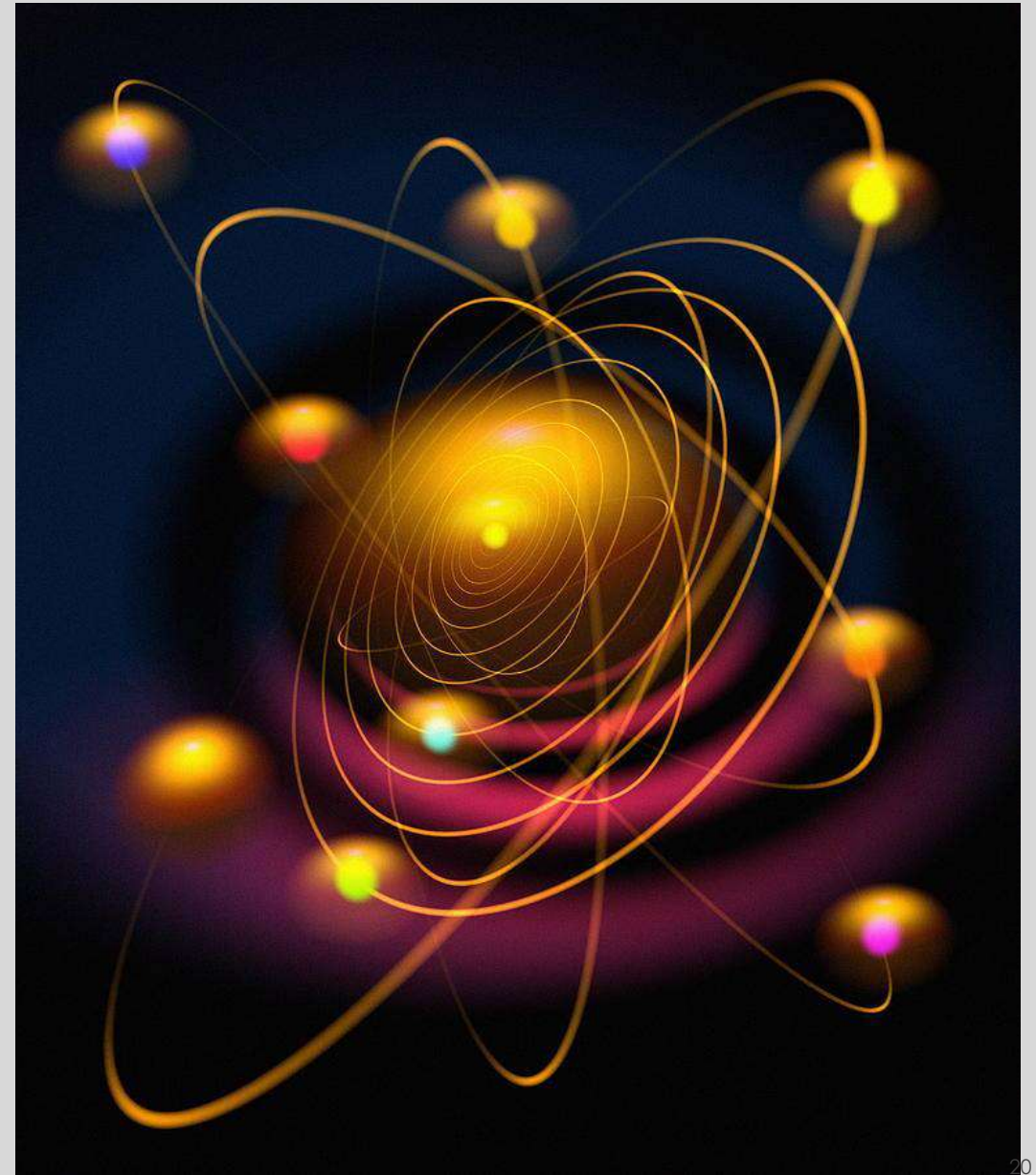
Integrating Feeling and Thought

フィーリングと思考を統合する

To become enlightened we must give up the past and future. The only way in which to attain to this state is to give up all judgements – ALL JUDGMENTS. PERIOD. Judgements are externally focused and a statement of bias. Most people think they are thinking when they are simply rearranging their active preferences. You cannot attain to enlightenment with any bias or prejudice.

覚醒するには、過去と未来をあきらめなければなりません。 この状態に到達する唯一の方法は、すべての裁きを放棄することです。**すべてのジャッジメントです。以上。**

ジャッジは外部に焦点を合わせた偏見の現れです。ほとんどの人は、自分の好みを入れ替えている時、自分は「考えている」と思っています。偏見やひいきを持って悟りを開くことはできません。



Integrating Feeling and Thought

フィーリングと思考を統合する

Do everything slowly - Consciously slow down. Walk slowly, drink slowly, sit slowly, breathe slowly, talk slowly, move your body slowly — practice slowing down your natural tendency to rush everything. The immediate reaction to this practice is usually, “I can’t do that! I have deadlines to meet, etc. etc.” But when you learn to go slowly, you will recognize how many things you cram into your days that you don’t need to do. As a result, you will learn to focus solely on what you need to do and become more efficient.

すべてをゆっくり行いましょう-意識的に減速します。 ゆっくり歩く、ゆっくり飲む、ゆっくり座る、ゆっくり呼吸する、ゆっくり話す、ゆっくりと体を動かす—なんでも急いしてしまうという自身の自然な傾向を、遅くする練習をしてください。この練習に対する即時の反応は普通、「そんなことは無理！締め切りがあるから。」等々です。けれども、ゆっくりと進むことを学ぶと、必要がないにもかかわらず日々詰め込んでいるものがいくつもあることに気づきます。その結果、あなたは行う必要があることのみに集中して、より効率的になることを学んでしょう。



Integrating Feeling and Thought

フィーリングと思考を統合する

You can also choose one action to do slowly, like walking or breathing. Allow yourself to fully connect with the movements of slowness and how difficult it is at first for you to adapt to such a pace. Soon, with practice, movement itself will become a trigger to become mindful and present.

ゆっくり行うアクションを1つ選択することもできます。歩く、呼吸するなどです。ゆっくりとした動きと完全につながってください。ゆっくりしたペースに適応するのが最初はどれほど難しいかもすべて理解しましょう。練習すればすぐにその動きそのものが、マインドフルな状態で存在することへのきっかけになります。



Integrating

統合



Spend more time in nature each day. If you live in a city, try to spend more time outdoors. Living indoors all day tends to restrict the mind immensely. By sitting outside, you open your mind to experiencing more expansion. This is one of the simplest mindfulness practices that involves little effort. All you must do is commit to sitting and watching whatever comes into your field of vision for at least half an hour.

毎日、より多くの時間を自然の中で過ごしましょう。あなたが都市に住んでいるなら、屋外でもっと時間を過ごすようにしてください。一日中屋内にいと、マインドが非常に制限される傾向があります。戸外で座ることは、より多くの拡大する体験にあなたのマインドを開くことになります。これはほとんど労力を必要としない、最も単純なマインドフルネスの実践の1つです。やるべきことは、少なくとも30分の間、あなたの視野に入ってくるものは何でも「座って見ていること」を決めて実行(コミット)するだけです。