

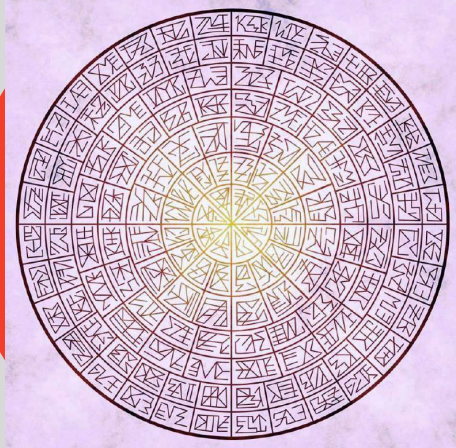


# INTER- DIMENSIONAL AWARENESS

次元間をつなぐ感覚意識  
Moving Beyond Time  
時間を超えて移動する

# Topics of Study – Section Six

## 研究のテーマ-セクション6



PENETRATING THE VEIL TO  
EXPERIENCE ADJACENT REALITIES

ヴェールを突き抜けて  
隣接する現実を体験する



OUT-OF-BODY AWARENESS

体外離脱の感覚意識



SOUL TRAVEL

ソウルトラベラー魂の旅

All the images used in this presentation are from royalty and copyright free sources unless otherwise noted.  
このプレゼンテーションで使用されているすべての画像は、特に明記されていない限り、ロイヤリティフリーおよび著作権フリーのソースからのものです。

# Opening a Gateway to Adjacent Realities

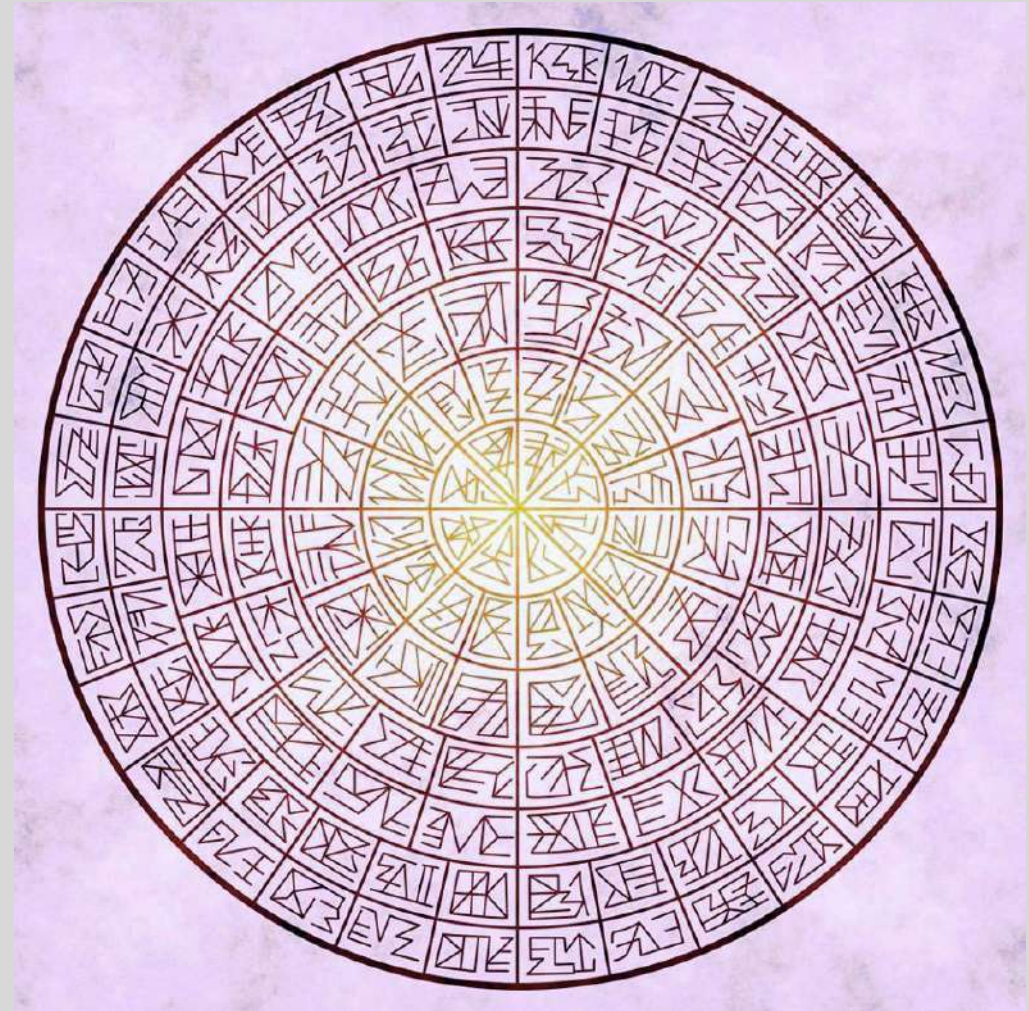
隣接する現実へのゲートウェイを開く

It is because we are three-fold beings that we can witness inter-, multi- and extra-dimensional realities. Our five senses are capable of functioning at the inter-dimensional level. As humans, the evolving spirit aspect of our three-fold mind is almost always in default mode network (DMN). The negativity bias of survival instincts is continually reactive to anything that might seem detrimental to longevity.

In other words, our human mind works in looping predictive models that search for negative outcomes.

次元間、多次元、そして次元外の現実を目の当たりにすることができるのは、私たちが三層から成る存在だからです。私たちの五感は次元間のレベルで機能することができます。人間として、三層のマインドの進化するスピリットの側面は、ほとんどの場合デフォルトモードネットワーク (DMN) にあります。つまり、生存本能の否定的なバイアスは、長生きに害があると思われるものすべてに絶えず反応します。

言い換えれば、私たちの人間のマインドでは、否定的な結果を検索する予測モデルが常にぐるぐると巡っているのです。



# Opening a Gateway to Adjacent Realities

隣接する現実へのゲートウェイを開く

Perceiving adjacent realms requires that you shift your points of observation from predictive expectation-centric sensory input to an altered, or expanded, state of perception.

In earlier sessions we address the critical shift point along a spiritual path as the expansion of your mindset reality. Your mind (body, spirit and soul in collaboration as a single being) can be aware of simultaneously adjacent realities. Your brain is fundamentally an entity. It learns through comparative observations of conditions and circumstances that ultimately allow it to conserve time and energy.

隣接する領域を知覚するには、観察ポイントを予測と期待中心の感覚入力から、変性意識、または拡大した知覚状態にシフトする必要があります。

以前、スピリチュアルな道を歩む上での必須の転換ポイントは、現実に対するマインドセットの拡大であると伝えました。あなたのマインド（一つの存在として協力するボディ、スピリット、魂）は、隣りあう現実に同時に気づくことができます。脳は基本的に実体（エンティティ）であり、突きつめれば、時間とエネルギーを節約できるように、状況を比較・観察しながら学んでいるのです。



# Opening a Gateway to Adjacent Realities

## 隣接する現実へのゲートウェイを開く

We also postulate that everything you directly experience is your mind. The gateway to the realization of OTHER adjacent realities is at the heart of this concept.

Sensory integration focuses primarily on three basic senses – tactile, vestibular, and proprioceptive. The “normal” interconnections start forming before birth and continue to develop as the person matures and interacts with his/her environment.

The shift to adjacent awareness happens for most people as a multiphasic series of sensory adjustments.

ノウイングでは、あなたが直接経験することはすべてあなたのマインドであるとしています。隣接する他の現実気づく入り口は、まさにこの概念の中心にあります。

感覚の統合は、主に3つの基本的な感覚、つまり触覚、前庭感覚、固有感覚に焦点を当てています。「普通の」感覚の相互連結システムは、生まれる前に形成され始め、成長するにつれ環境と作用し合いながら、発達し続けます。

ほとんどの人は、隣接次元への感覚意識のシフトを、多数の側面において起きる一連の感覚適応として体験します。



※感覚の統合、前庭感覚、固有感覚は、17pに参考資料あり

# Opening a Gateway to Adjacent Realities

## 隣接する現実へのゲートウェイを開く

Most animals are adjacent aware. They are not limited to just “sensing” adjacent realms as we humans are; they can also use their physical senses to perceive those realms.

Their brain’s predictive models are “moment-to-moment” oriented. Their attention is not split between the past and future.

Again, human sensory input is belief limited.

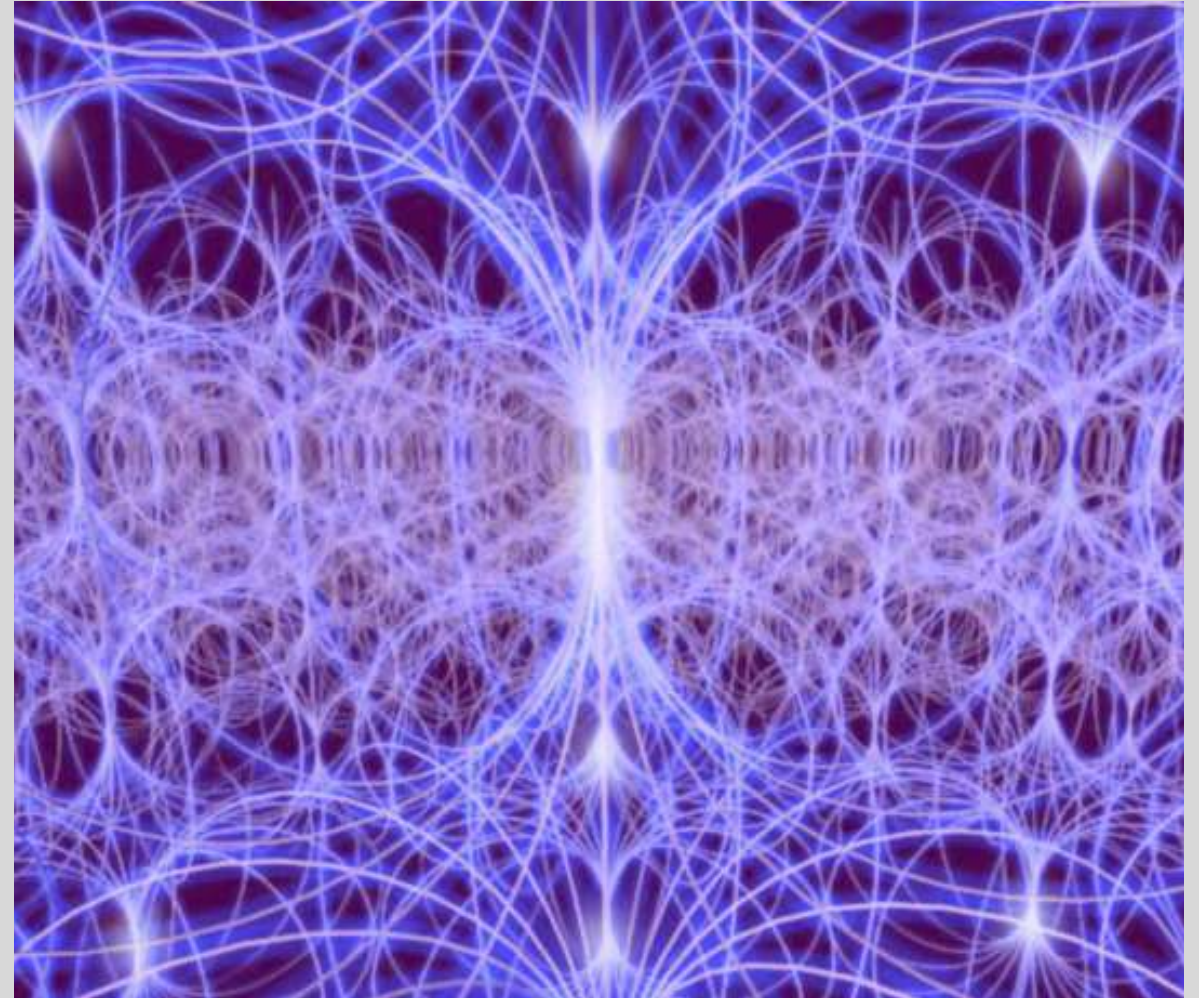
Heaven and hell are belief-based adjacent realities, in that, the collective emotional belief in those “realities” gives them an energetic foundation. People experience these adjacent realms as they drop the physical body simply because they believe they will.

ほとんどの動物は隣の次元に気づいています。動物は私たち人間のように、隣接領域を単に感じているだけではありません。彼らは感覚器官を使って物理的に感知できるのです。

動物の脳の予測モデルは「瞬間から瞬間」指向です。彼らの注意力は過去と未来に分離していません。

繰り返しますが、人間の感覚入力には信念に制限されています。

天国と地獄は信念に基づいた隣接する現実であり、天国や地獄に対する人々の感情のこもった集合的信念は、その「現実」にエネルギッシュな基盤を与えています。人々は肉体を離れると、単に自分がそうなる信じているという理由だけで、天国や地獄という隣接する領域を経験するのです。



# The Gateway to OBE

## OBEへのゲートウェイ

As stated before: our mind is an eternal soul collaborating with an evolving spirit through an instinctually intelligent mammalian body. We are extra-dimensional, multi-dimensional, and inter-dimensional.

We all exist in seven bodies/forms simultaneously: the Christ body the celestial form, the mental body, the causal form, the astral body, the etheric form and the physical body make up the full potential consciousness of each human.

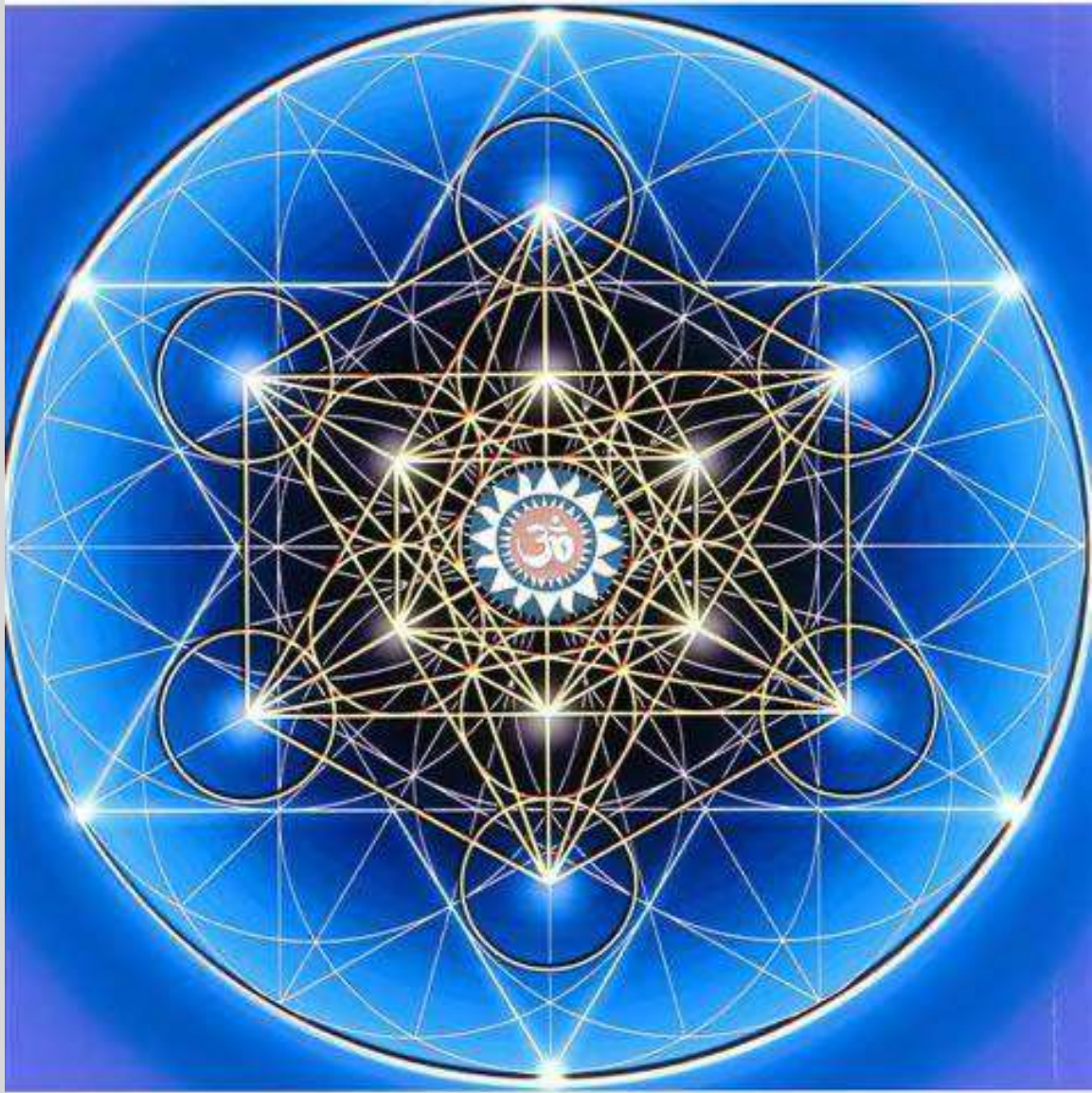
The extra- and multi-dimensional expression of the six higher bodies/forms makeup the soul's varied dimensional realities. The physical form is known to be the least real of all the embodiments. This is true because as humans we rely solely on our five senses to observe the physical world and ignore 99% of the remaining dimensional harmonics. The physical body would not exist as a functional form without the higher bodies imprinting and governing the body. Because, through tens of thousands of incarnations, our human bodies have become soul dependent.

前に述べたように、私たちのマインドは、永遠なる魂が進化するスピリットと、本能的な知性を備えた哺乳類の体を通して協力しあっています。私たちは同時に、次元外、多次元、そして次元間存在なのです。

私たちはすべて、同時に7つのボディ/フォームで存在しています。クライストボディ、セレスティアルフォーム、メンタルボディ、コーザルフォーム、アストラルボディ、エーテルフォーム、そして肉体は、各個人の潜在的な意識を完全に構成します。

6つの高次のボディ/フォームの超次元のおよび多次元的な表現は、魂のさまざまな次元の現実を構成します。物理的な形態は、すべての形態の中で最もリアルではないことが知られていますが、これは真実です。人間は五感にのみ依存して物理的な世界を観察し、残りの次元のハーモニクス99%を無視しているからです。肉体は、高次元のボディの刷り込み（インプリント）と統制がなければ、機能的な形態として存在することはできません。なぜなら、何千何万もの転生を通して、人体は魂に依存するようになったからです。





# Moving Awareness to Include OBE

感覚意識を移動してOBE体験をする

Our brain filters out any outcomes that do not neatly fit into its predictive models. Our brain ignores the out-of-place for expedience – again, saving time and conservation energy.

To move our conscious awareness into the adjacent astral realms means that we must build predictive models that support a more expanded use of our five senses. In other words, expect to be fully aware as you move from beta and alpha brain wave activity into a theta pattern.

私たちの脳は、予測モデルにきちんと適合しない結果をすべて除外します。自ら便宜をはかって場違いな情報を無視するのです。これも時間とエネルギーを節約のためです。

感覚意識を隣接するアストラル界に移動させるには、五感をより拡大して使うことをサポートする予測モデルを構築しなければならないことを意味します。言い換えれば、ベータおよびアルファ波の脳波活動からシータ波のパターンに移行するとき、完全に認識が続いていくことを期待するのです。



# Defining Brain Wave Patterns

## 脳波パターンを定義する

The following observable phases are constant with whatever technique is being used:

Phase 1) **Beta level.** Full normal waking consciousness. The discovery of intention and determination applied through a solid understanding of theory and technique.

Phase 2) **Alpha level.** The astral body is placed slightly out of alignment with the physical body through intentionally altering the breath.

**Observable condition** – you become aware of a breeze like movement above and below the physical body. The physical body is thought to be asleep with full awareness existing within and outside the body simultaneously. It is the same feeling one gets when extremely exhausted.

**Effect** – Heightened mental acuity and prowess. This is a sense of being fully conscious outside of time, as in sleeping with full awareness.

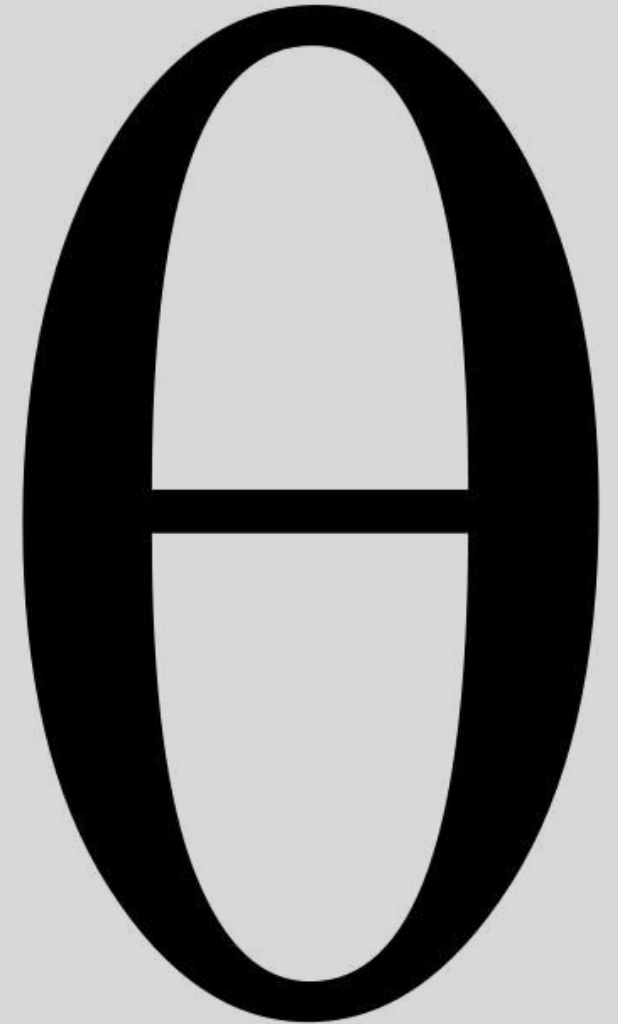
以下の観察できるフェイズはどのようなテクニックを使っても変わりません。

第1段階：**ベータレベル**。完全に普通に目が覚めている状態の意識。理論やテクニックの確実な理解により意図や決心の発見に応用される

第2段階：**アルファレベル**。意図的に呼吸を変えることで、アストラル体が肉体から少しずれた状態になります。

**観察できる状態**—あなたは微風が肉体の上下を通ることに気づきます。肉体は眠っているように感じられ、完全な感覚意識が同時に肉体の内と外にある状態です。疲れ果てたときと同じ感覚です。

**効果**—知能の鋭さや能力が向上します。これは時間の枠外で完全に意識ある状態である感覚、つまり完全な感覚意識を維持しながら寝ているような感覚です。



# Defining Brain Wave Patterns

## 脳波パターンを定義する

The following observable phases are constant with whatever technique is being used:

Phase3) **Alpha/Theta**. In this phase consciousness is projected into the etheric form toward a distant goal creating a sense of bi-locating awareness.

**Observable condition** – you are fully aware of your physical body and its circumstances while simultaneously having a full sensory experience of the non-physical goal. One sense of the etheric form will be overly dominant.

**Effect** – a complete sense of being in two places at once, or, in other words, remote viewing across distance. Remote viewing is experienced as being without the definitions of time and space and full visual attention in the remote location.

以下の観察できる段階はどのようなテクニックを使っても変わりません。

第3段階) **アルファ/シータレベル**。この段階では、意識は遠くにある目標に向けてエーテル体に投影され、感覚意識が同時に二か所に存在する感覚（バイロケーション）をうみだします。

**観察できる状態**—あなたは肉体とその状況を完全に認識していると同時に、非物理的な目標の完全な感覚的体験をします。エーテル体の1つの感覚が過度に支配的になります。

**効果**—同時に二つの場所にいるという完全な感覚、言い換えれば、空間をまたいでリモート・ビューイング（遠隔透視）をしている感じです。リモート・ビューイングは、時間と空間の定義がなく、視覚の完全な注意力が欠けている状態で体験されます。



# Defining Brain Wave Patterns

## 脳波パターンを定義する

The following observable phases are constant with whatever technique is being used:

Phase 4) **Theta/Delta**. As consciousness moves beyond the body, the etheric form inserts itself into the astral body. The circumstances of the physical body are no longer immediately important. This begins the full astral projection and subsequent OBE.

**Observable condition** – Conscious disassociation with the physical body.

**Effect** – you are completely aware of the fact that you are more than your physical body.

Phase 5) **Delta**. The etheric form is fully functioning within the three layers of the astral form, giving the subject the ability to move at the velocity of thought.

**Observable condition** - Disassociation with the physical body is complete allowing you to observe your body from outside.

**Effect** - The body enters a deep period of relaxation altering the breath, leaving the body rigid to avoid acting out any movements or actions associated with a dream state or OBE.

以下の観察できる段階はどのようなテクニックを使っても変わりません。

第4段階) **シータ・デルタレベル**。意識が肉体から離れるにつれ、エーテル体がアストラル体に入り、肉体の状況はあなたにとって即重要な問題ではなくなります。これにより、本格的なアストラル・プロジェクションとその後のOBEが始まるのです。

**観察できる状態**—意識的に肉体から離れた状態です。

**効果**—自分は肉体以上の存在であることを完全に認識します。

第5段階) **デルタレベル**。エーテル体は、アストラル体の3層の中でフルに機能し、あなたは思考の速さで移動できるようになります。観察できる状態—肉体から認識が完全に離れて、自分の肉体を外から観察することができます。

**効果**—肉体は深いリラクスの状態に入り、呼吸も変わり、堅く冷たくなります。夢やOBEに関連するどのような動きも起きません。

# Alpha/Theta is the Gateway to OBE

アルファ/シータ波はOBEへのゲートウェイ



**Theta brainwaves** occur most often in sleep but are also dominant in deep meditation. **Alpha/Theta** is our gateway to expanding conscious awareness, deepening memory, and intensifying intuition. In **alpha/theta**, our senses are withdrawn from the external world and focused on expanding signals originating from within the pineal gland, or third eye. To consciously move our awareness into the astral and then causal adjacencies, we must master remaining aware as we move into what would normally be experienced as sleep mode.

**シータ波**は睡眠中に最も頻繁に発生しますが、深い瞑想状態においても支配的です。**アルファ/シータ波**は、意識/感覚意識を拡大し、記憶を深め、直感を強めるための入り口です。**アルファ/シータ波**では、私たちの感覚は外界から引き離され、松果体または第三の目から発生する信号の拡大に焦点を合わせています。私たちの感覚意識をアストラルに、そして隣接するコーザル領域へと意識的に移動させるためには、普通、眠っている状態として経験される領域に移るとき、意識を保ち続けることをマスターしなければなりません。

**The physical body** is what we know it to be (a suit of clothing, so to speak) a place to hang our cosmic hat. Without this grand hat rack, with its ceaseless demands for validation and comfort, we would know less about who we are as spiritual beings. Here in this dimension, expressing as, and through our physical forms, is the culmination of all our memories, of all the worlds, and times, and spaces that we have joyfully traveled to meet here in the now moment. Our physical bodies are our gateway to and from the universe of fast paced and endless change. It literally takes all the energy we can direct from these other higher forms to keep us focused here in this dimension at the edge of illusory reality. As a matter of knowing, we, as a single human expression, could never hold our culminating awareness in this reality by ourselves. In this journey we call life, we have many non-embodied souls who work with us to aid us in our journey to completion in this realm. We journey here until all our desires are abated, until no uttered word is without a corresponding action and no promise is left undone. We repeatedly incarnate here until we release all our inner conflicts and regrets. Without the energetic support of these beings, we would very quickly lose interest in the charade of human existence and leave this dimension in favor of less dynamic realities that support our true nature – which is an eternally constant first state being. Change is completely contrary to our soul's nature. That is why it is said that we gain a greater sense of our own spiritual natures by projecting our soul consciousness here to Earth.

We therefore need a technique for grounding our consciousness in this physical reality. Our bodies need to know that we intend to return from our OBEs. See Section 6 Addendum.

**肉体**は、いわゆる一着の洋服のようなものだということを私たちは知っています。たとえば言うなら、私たちの「宇宙の帽子」をかける帽子かけです。この帽子をかぶってかれる、絶え間なく承認や快適さを要求する存在がなかったら、スピリチュアルな存在としての自分自身についてあまりよく知ることはできなかったでしょう。この瞬間に、ここで出会うまで、私たちが楽しく旅をしてきたすべての世界や時空の、すべての記憶の集大成が、今この次元に物理的な肉体として、あるいはそれを通して表現されているのです。

肉体は、絶え間なく急速な変化を続ける宇宙への出入り口です。私たちは幻の現実の果てにあるこの次元に居続けられるように、高次の形体から得るエネルギーを文字通りすべて費やします。実際ノウイングの観点から見ると、決して一人の人間の力だけでは高次からの意識の集合エネルギーを、この現実を保つことはできません。人生と私たちが呼ぶ旅において、多くの肉体の形を取らない魂たちが、私たちと一緒に働き、この次元での旅の完成を助けてくれているのです。

すべての欲望が鎮まり、眩く言葉の後に必ずそれに対応する行動を取るようになり、約束をすべて満たすまで、私たちはここを旅します。すべての内なる葛藤や後悔を手放すまで、繰り返しここに転生するのです。これらの存在たちの強力な支援がなければ、私たちは、すぐにここでの茶番劇への関心を失い、この次元を出て、私たちの魂の本質をサポートする、それほどダイナミックではないリアリティに移ってしまうことでしょう。私たちの本質、つまり永遠不変の第一次存在としての自己です。変化というのは、私たちの魂の本質に完全に反しています。ゆえに、地球へ魂意識を投影すると、自分のスピリチュアルな本質に対する理解が深まると言われているのです。

だからこそ、私たちはこの物理的な現実に意識をグラウンディングさせるテクニックが必要です。肉体は、私たちがOBEをしても、ちゃんと戻ってくるつもりがあることを知っておく必要があるのです。

# Soul Travel ... Expanding Awareness into the Causal Realm

ソウルトラベル…感覚意識をコーザル領域へ拡大する

Expanding your consciousness to include the boundaries of the Causal realm is the next step in your journey toward completion.

The causal realm, or causal plane, is a dimension of light and sound in which our pure consciousness takes on an appearance, a knowable form. It is from this plane that we truly experience the inspiration of visions of blessedness. In this state of conscious awareness our human spirit first glimpses our eternal soul and fully understands the collaboration of soul, spirit with body. This is the state of spiritual elation.

コーザル領域の境界まで意識を拡大することが、完了に進むあなたの旅の次のステップです。

コーザル領域、またはコーザル界は、光と音の次元です。ここで、私たちの純粋な意識は姿をまとう、つまり理解できる形をとります。私たちが真に祝福のヴィジョンのインスピレーションを体験するのは、この次元からです。意識/感覚意識の状態で、人間のスピリットは初めて永遠の魂を垣間見て、ソウル、スピリットとボディのコラボレーションを完全に理解します。これがスピリチュアルな高揚です。



# Soul Travel ...Expanding Awareness into the Causal Realm

## ソウルトラベル…意識をコーザル領域へ拡大する

The technique for entering this state of awareness is simple. The basic approach is to elevate an out-of-body episode to include the radiance and harmonic expression of that realm. The sound AUM radiates from the Causal Realm. The mantra, “Oaum Naum” includes the harmonic of Causal and can induce a Soul travel experience when repeated for 30 minutes. Protect the mantra from wandering DMN, or “monkey mind” looping thought patterns.

The formula for achieving this state is in this series of mantras:

Tayata Om Bekanze

<https://youtu.be/IXsI99aaFaw> (Ends pain and suffering)

Om Gum Ganapatayei Namah

<https://youtu.be/16e-DwKMFMQ> (Increases concentration)

Ehi Vidhi Hoi Naath Hit Moraa

<https://youtu.be/ia8iOcCDoGE> (Intention to outcome)

Om Vasudhare Svaha

<https://youtu.be/RyQfXTaGFnl> (Abundance)

Om A Ra Pa Ca Na Dhih

<https://youtu.be/aAjYwhR4Lew> (Integration of Knowing)

Practice this daily for 33 days in a row. If you miss a day, start over.

コーザルの意識状態に入るテクニックはシンプルです。基本的なアプローチはOBE体験を高め、コーザル領域の輝きとバランスの表現を含めることです。音AUMはコーザル領域から放射されます。マントラ「Oaum Naum」はコーザル界のハーモニクスを含み、30分間繰り返し唱えるとソウルトラベル体験を誘発することができます。マントラを、さまよう脳のDMN（デフォルトモードネットワーク）、または「モンキーマインド」のループする思考パターンから守ってください。

ソウルトラベルには、この一連のマントラを使います。以下の順番で使いましょう。

Tayata Om Bekanze (痛みと苦しみを終わらせる)

<https://youtu.be/IXsI99aaFaw>

Om Gum Ganapatayei Namah (集中力を増す)

<https://youtu.be/16e-DwKMFMQ>

Ehi Vidhi Hoi Naath Hit Moraa (意図を結果にする)

<https://youtu.be/ia8iOcCDoGE>

Om Vasudhare Svaha (豊かさ)

<https://youtu.be/RyQfXTaGFnl>

Om A Ra Pa Ca Na Dhih (叡智の統合)

<https://youtu.be/aAjYwhR4Lew>

マントラの実践を33日間続けてください。1日抜けた場合は初めからスタートします。

To state that you are an amazing being falls short of what you are as a sovereign being. Your threefold status is equal to any other form of existence – you command all energetic expressions. Just as you are, you can commune with all beings. You have never done anything that was wrong. Your very existence proves the presence of creator – creator knows itself as its creation through you – through every feeling, thought, word, and action. Once you know this truth nothing is beyond your capability. It is only a matter of willingness to embrace the I AM That I AM.

「あなたは驚くべき存在だ」という言葉は「自主独立した主権を持つ存在 (sovereign being)」であるあなたを言い表すには十分ではありません。三層からなる存在であるあなたの地位は、他のどのような存在たちとも同等なのです。あなたはすべてのエネルギー表現を指揮指令します。自身にすべてを包含しているため、すべての存在と交信することができます。あなたはこれまで一度も間違ったことをしたことはありません。あなたの存在そのものが、創造主の存在の証明です。そして創造主は、自身の創造であるあなたを通して、自分自身を知るのです。あなたのあらゆる感情、思考、言葉、行動を通してです。この真実を知ったなら、あなたの能力を超えるものは何ともありません。

「I AM That I AM—私は私」であることを受け入れるのは、意欲の問題なのです。





参考資料より補足：5P

**\*感覚統合とは・・・**人間の感覚というと、「視覚、聴覚、味覚、臭覚、触覚」などの感覚が思い起こされると思われます。人は外界からの刺激、例えば強い光が当たれば無意識に目を閉じたり、あるいは視線を光から背を向けて、光が当たらないような方向を向いたり、光を遮断するためカーテンを引くなどの運動や行為を行います。このような過程の入力である感覚と出力となる運動や行為の間には、体の中の脳—神経システムが複雑に働いています。ひとつの感覚 入力が決まった出力を決定するのではなく、脳—神経システムの中で他の感覚刺激と連動し合い、より適切な出力である運動や行為を決定させていきます。この複雑な脳—神経システムの働きを「感覚統合」と呼ばれているのです。

#### **\*固有感覚と前庭感覚**

感覚統合で重要とされる感覚には「固有感覚」と「前庭感覚」と言う感覚があります。

「固有感覚」は、身体の筋肉の中に感覚器官が有り、力をどれくらい入れるのか、外からどのくらいの力がかかっているのかを検出して、身体の動きや手足の感覚を脳に伝えます。

「前庭感覚」は、耳の内耳にある検出器官によって、身体の傾きや身体のスピードの感覚を脳に伝えていきます。

☆≧ 例えば・・・子どもが友達と追いかっこをする時、自分の走っているスピードを感じながら友達を追いかけて、友達と距離を目で測り、自分の走るスピードを調整するなど、いくつかの感覚情報を上手に処理する必要があります。人にはこのような事を意識することなく行い、適切な運動や行為を通して、楽しく遊ぶといった感情を育てていきます。いくつかの情報を正確に処理できないと、適切な運動や行為を行うことができなかつたり、行うために脳—神経システムの他の関与を求めることが必要になってくるかもしれません。