

原子放射線のための瞑想

1978年でさえヨーギ・バジヤンは、放射線が人々に影響を及ぼしていると言いました。

「あなたの内部に不安があるならば、この瞑想によってまぬがれることができるでしょう。いつでもすることができ、そしてその効果はあなたを落ちつかせて、エネルギーを与え、あなたをリラックスさせます。」
— 1978年5月17日 ヨーギ・バジヤンの教え



<< 瞑想の仕方 >>

姿勢:

脊柱をまっすぐにして座ってください。
上腕を身体の横に近づけます。腕の下側を上げて手が首のあたりに来るようにして下さい。
手のひらは体の外側に向けるようにして下さい。
手はギヤムードラ(親指と人さし指の先端をくっつけます)です。

マントラ:

1回の深い呼吸で、マントラを3回繰り返します:

Praana, Apanaa, Shushmanaa, Haree;

Haree Har, Haree Har, Haree Har, Haree



プラナ、アパナ、シュシュムナ、ハリー

ハリー ハル、ハリー ハル、ハリー ハル、ハリー

時間:

一人でもグループでも、できるだけ長く続けてください。これは非常に強力な瞑想です。
プラナ(Prana)は、生命力で電子に相当します。アパナ(Apana)は除去の力で陽子に相当します。
そして、シュシュムナ(Shushmana)は、中性子に相当する中心の力です。

このマントラのすばらしさは、舌が口蓋に触れることにあります。

核戦争が起こってもあなたの『遺伝子のオーラ』が厚さ1インチ(約2.5センチ)あるなら、放射線であなただけは死なないと、ヨーギ・バジヤンは言いました。 ©The Teachings of Yogi Bhajan

マントラ 無料ダウンロード

<http://www.spiritvoyage.com/blog/index.php/mantra-for-radiation-free-recording-of-praana-apaana-by-sat-darshan-singh-and-sirgun-kaur/>

<放射線、化学物質、金属除去のための治療的な入浴法>

リンダ・ランカスター博士による

治療的な入浴は、多くの種類の汚染物質を浄化して、中和するために利用されます。

- ◎ あなたがめまいを起こさない程度の温度で入ってください。
- ◎ 入浴中に、毒素が皮膚の表面に引き出されます。
- ◎ お湯の温度が体温より少し低くなった時、流体の浸透圧交換が起こり、毒素が体から、そしてお湯の中に引きだされます。
- ◎ 高血圧または心臓が弱い場合、お湯をあまり熱くしないでください。
前もって医師にご確認下さい。

海塩と重曹での入浴：ほとんどの放射線に効果あり

- ・ まじりけのない塩(自然塩または岩塩) 1ポンド(約450g)
※必ずラベルでカルシウムや添加物がはいっていない事を確認してください。
- ・ 重曹 1ポンド(約450g)

これらを浴槽の湯の中に入れます。20-30分間、あるいはお湯がぬるくなるまで、バスタブに浸かってください。

重曹(ベーキングソーダ)入浴：人工的な放射線

(例えばバリウムテストや放射性同位元素の摂取)に対して効果あり

重曹 2ポンド(約900g)をお湯いっぱいバスタブへ入れてください。
お湯がぬるくなるまで、20-30分の間バスタブに浸かってください。

アップルサイダービネガー(リンゴ酢)バス：尿酸の沈殿といくつかの化学物質の除去に効果あり

リンゴ酢 1クォート(約945ml)をバスタブのお湯に注ぎ30分間入浴してください。
汗をかくこともあります。

<タランタラン・カーさんからの投稿>

ヨーギ・バジャンは、1978年5月17日に放射線に対する瞑想を教えました。
チェルノブイリ原発事故の時もTarn Taran Kaurに抗放射能ジュースのレシピを伝えました。
放射能レベルを低下させるために、治療のための入浴法の指導も含んでいます。
これは日本の被災地だけではなく『自然界に存在する』放射線レベルが高い地域に住んでいる方にとっても役に立つ情報です。

我々の親愛なる姉妹(Tarn Taran Kaur)は、放射線への対処の仕方として下記のメモを送っていただきました。

「1986年にチェルノブイリ原発事故が起こった時、我々はドイツのハンブルグに住んでいました。風が西に放射能を運んできました。私は直接ヨーギ・バジャンに電話をしました、そこで彼は我々にこのレシピを下さいました。

抗放射線ジュース:毎日コップ3杯飲んで下さい。

- ◎ パイナップル・ジュース1杯
- ◎ トマト・ジュース1杯
- ◎ リンゴ・ジュース1杯

被曝の後、取ると良いのは以下の通りです:

海草や味噌をいろんな形で採りましょう。また、ビーツ、ニンジン、タマネギ、ニンニクです。
葉物野菜に放射能が付着しているかもしれませんので、その代わりにスプラウトや豆を採りましょう。
我々は一生懸命に「Radiation Meditation」を行いました。

免疫力や神経系を強くしておくことは非常に重要です。そのためには、ヨガと瞑想を頑張ってください。他人を助けるために忙しく、疲れきってしまっている方もいらっしゃるかもしれません。でも誤解しないで下さい。あなた自身のからだも大切に、健康を維持し、十分に睡眠をとってください。

我々の愛と祈りは、あなたに捧げます。

Humbly

Tarn Taran Kaur”

ドイツでのコミュニティが食物を取り扱う場合、放射能汚染の前に収穫された以下の食べ物を買いました。
(味噌や海草だけでなく)

1. 米
2. 豆
3. 粉ミルク(タンパク質を採るためにヨーグルトを作る)
4. アルファルファシード
5. 放射能汚染の前に収穫された根菜。保存がきくニンジン、ジャガイモ、ビーツなど。
6. あらゆるスプラウト:(タンパク質の源)