



五大要素プロセス™

スリ・カレシュワラによる序論

——Gifts of Shirdi Sai Baba からの抜粋



神が宇宙を創造した時、5本の柱を基本としました。それらの5本の柱が五大要素です。神は、それら5本の基本の柱を用いて地球全体を創りました。どれか1本でも柱がなくなれば、地球はなくなります。創造がまったく存在なくなります。何もない空っぽの状態になります。神は、これら5つの要素を用いて、何もない所から宇宙を築きました。

ジーザスでさえ、人間の肉体に生まれて来ました。五大要素の傘下に生まれて来たのです。ムハンマドも五大要素の中に生まれて来ました。マザーディバインもシバも同じようにして生まれて来ました。五大要素の中には、全宇宙におけるすべてのエネルギーがあります。私達の肉体は、いえ、どんな神の創造物であれ、五大要素のひとつかけらなのです。五大要素と一体になる過程を経ると、あなたは完全に浄化されます。あなたが神に到達するまでの何百回もの生涯において、ネガティブなエネルギーがやって来てあなたに影響を及ぼすことはありません。

五大要素について瞑想すると大きな恩恵が得られ、あなたはパワフルに成長することになります。神のことを思いながら、まず最初に地の要素のマントラを使って瞑想しなければなりません。「神は、5つの要素を用いて私を創造されました。5つの要素すべてが私の中にあります。神様、お願いします。私は、体にあるひとつの要素に集中しています。まさに今、自分の体にあるひとつの要素を浄化しているところなのです。そのエネルギーを浄化しています。その要素を100%完全に浄化しているのです」と思わなければなりません。

ひとつの要素を終えたら、ハートを開いて「自分の体にあるひとつの要素を浄化しました。神様は私の肉体を5つの要素を用いて創造されましたが、そのうちのひとつを私は浄化しました」と思わなければなりません。

ひとつずつ5つの要素を浄化すると、自分自身を超える力を得ます。そうすると、恐怖や、ネガティブなエネルギーによる問題を抱えている人がいれば、五大要素を用いて祈ることによって、その人を助けることができます。彼らはとても多くの恩恵を自動的に受け取ります。他人を癒す準備がまだ整っていなくても、あなたは五大要素によって非常に大きな成果を感じることができます。

私たちは世界のどこに行っても、5つの要素を用いています。寺院や教会で聖水や聖火を用いるとき、それらの要素につながっています。5つの要素の中にある力を吸収することができれば、世界のどこにいても、それらにつながることができます。そうすると、あなたの肉体は5つの要素の波動で完全に満たされることになります。あなたの心と思考・ハート・魂とが自然と、花のように開き、愛らしい鳥のように歌い始めます。

神と共にいれば、誰でも何でもすることができます。偉大なヒーラーになることもできます。神の助けがなければ、そんな偉大なヒーラーもまったく取るに足りない人間です。偉大な英雄でさえ、神の恩寵がなければ、まったく取るに足りない人間です。ですから、私たちには神の恩寵、神の愛、神の祝福が必要なのです。私たちは必死に神を探す必要はありません。神は私たちの中にいるのです。「私たちの中に」というのはつまり、「5つの要素の中に」ということです。だからこそ、5つの要素を浄化する必要があるのです。5つの要素をチャージ（充電）しなければならないのです。

ナマシヴァヤ

世界のどこへ行っても、地の要素があります。火の要素、空気の要素、水の要素、空の要素（空間あるいは天空）もあります。私たちは5つの要素について——どのようにすれば5つの要素を使って人間の肉体を癒すことができるのか、どのようにすれば5つの要素を自在に操ることができるのか——を学ばなければなりません。

これら5つの要素には隅から隅まで、シバのエネルギーが流れています。シバはどこにでもいて、彼のエネルギーはどこにでもあります。五大要素はシバのエネルギー——「ナマシヴァヤ」で満たされているのです。「ナマシヴァヤ」は、5つの文字——ナ・マ・シ・ヴァ・ヤから成り立ち、それぞれが地・火・空・水・空気を表します。

私たちの手には5本の指があり、それらは5つの要素——ナ・マ・シ・ヴァ・ヤです。インドの伝統では、親指が地、人差し指が火、中指が空、薬指が水、小指が空気を表します。私たちは自分の手に五大要素を見い出すことができます。エンジェルたちとやり取りすると、五大要素を通じて望むことを何でもできるようになります。自分の手で五大要素を自在に操ることができるようになります。

音	要素	指
ナ	地	親指
マ	火	人差し指
シ	空	中指
ヴァ	水	薬指
ヤ	空気	小指

地の要素

地のすばらしさとは何でしょうか？ この宇宙には、エネルギー、莫大なエネルギーが存在し、そういったある種のエネルギーが地にはあります。地には、とても大きな磁力、さまざまな磁力があります。莫大なエネルギーがあるのです。

地が放つエネルギーによって、ある種の大きな波動が自然と流れています。マントラを用いてこの瞑想行をしていくと、あなたの魂は自動的にそのエネルギーを引き付けて、そのエネルギーにつながるができるようになります。そうすると、人間の人生はとても幸せで成功したものになります。



地球はとても美しいものです。創造は本当に美しいものです。山などの自然を見たり、美しい物を見ると、神聖なエネルギーによって私たちのハートは完全に和らぎます。そうになると、地のエネルギーを簡単に引き寄せることができるようになります。地のエネルギーにつながると誰でも、あふれるほどの幸福と平和を自動的に受け取ることになります。大きな喜びを持ってこの地球で暮らせるようになります。大きな問題を抱えていたとしても、強く立ち向かう勇気が湧いてきます。問題を抱えていたとしても知らぬ間に、その問題がもう気にならなくなりますし、その問題は次第になくなっていきます。もたら

される幸福によって、問題が解決されていくでしょう。そんな幸福が地の波動を通してやって来ます。地のエネルギーと魂のエネルギーがお互いにつながると、地のエネルギーによって自動的に守られ、大きな幸福がもたらされることになります。

神聖な土地

地の要素は、物質的なことすべてに関係しています。創造の中には、さまざまな種類のエネルギー、波動があります。これらは自然に発生しているものです。地が放つエネルギーには磁気があり、増幅させる力があります。ある場所や物質には、より高く強烈なエネルギーがあるものです。

スリセーラム、ティルパティ、シルディ、ペヌコンダ、イスラエル、メッカのように、莫大な地のエネルギーがある土地や場所があります。そこへ行くと突然——そのことについて考えることすらなく——莫大な波動を感じるでしょう。そこでは、地が非常にパワフルであり、空気も風も雲もパワフルです。そういう土地からは、高い電氣的エネルギー、電氣的波動が放たれています。

何故そのようになっているのでしょうか？ パワフルな魂、聖者が一定期間その地で瞑想すると——その地をただ歩いたり、1回だけその地を蹴飛ばしたり、一度だけその地に触れると——その地からは数百年、数千年もの間、エネルギーが放たれ続けます。エネルギーの波動が生じ始めます。その土地はパワフルな場所になるのです。



インド、ペヌコンダ、シバ・サイ・マンディール

たとえば、私が服（インドのクルタ）を着ていて、それを誰かにあげたとしましょう。その服には、私の体から出た莫大なエネルギーが千年間も宿り続けます。波動、つまりエネルギーの波がそこにずっと保たれ続けることになります。だから、特定の人々が瞑想したり歩いた土地はとても神聖でパワフルになったのです。そういう土地を歩くと、そのエネルギーにどっぷりと浸かることになるため、どんなネガティブなエネルギーを抱えていても、その土地に足を踏み入れて無邪気に歩き回るだけで、あなたは浄化されます。そこを歩いている時にあなたがその波動に気づいていようといまいと結果は同じです。

エネルギーを放つ

すべての創造物からはエネルギーが放たれています。誕生・生涯・死という周期において、エネルギーはずっと常に放たれています。いつの日か、すべてが地にかえります。人間も鳥も動物も木も、すべての創造物が、砂やちりのように変わることになります。そして最終的には地にかえります。たくさんの魂の棲み家（肉体）がすでに地に、つまり神の創造という形に溶け込んで行きました。

すべての人々からエネルギーが放たれています。それが神の創造です。魂が肉体に宿ってしばらくすると、その肉体から莫大なエネルギーが出始めます。人々が地上で歩いたり生活を楽しんでいるとき、彼らの肉体は自動的に地のエネルギーに強くつながることになります。魂が肉体を離れた後でも、いくらかのエネルギーが肉体に留まり、高いエネルギーの波動が出続けます。魂が肉体を離れてもなお、その肉体にはエネルギーがあるのです。死体にはエネルギーがあります——骨にも灰にもそこにあるものには何にでもエネルギーが残っています。

人間は、60～80年間、地上を歩きます。気づいていなくても、人間は一生を通じて、地のエネルギーにつながるのです。誰もがこのエネルギーにつながります。毎日これらのマントラを行わず人は浄化され、地のエネルギーで完全にチャージされた状態になります。そうすれば、魂が肉体を離れた時、チャージされた骨や肉体が地にかえることになります。

神聖なサマーディ

普通の人間の死体からも、いくらかの量のエネルギーは出ています。しかし聖者たちの遺体からは特に高い波動が生じています。インドではこれを神聖なサマーディと呼びます。インドの伝統では、聖者の遺体が安置されているサマーディの所で、その聖者に敬意を表し、その聖者の祝福とエネルギーを受け取るためにある儀式が行われます。火の儀式（プージャ）が催されたり、花やお香や果物が供えられたりします。

私たちが今なお礼拝している聖者たちのサマーディは数千もあります。もちろん彼らの魂はすでに離れています。彼らの魂が肉体を離れていても、私たちは彼らのサマーディに供え物を捧げます。プージャをして、花を置き、彼らのサマーディに触れて、そのエネルギーを受け取ります。それはつまり、とても高い放射力、高いポジティブな波動が彼らの骨から自動的に出ているということです。私たちの魂はそれに対し完全に開いており、お願いをしたり、助けを求めたりします。そうすると、私たちの肉体が知らぬ間にチャージされます。放たれているこれらのエネルギーはすべて、地の要素に由来するものです。

私自身の魂には莫大な宇宙エネルギーが吸い込まれています。そのエネルギーは、私の肉体と骨・神経・髪とにも行き渡り、すべてが巨大なエネルギーになります。やがて私の骨が地中に埋められると、その部分の地は巨大な磁石やラジオ局のようになり、人々はそのエネルギーを受け取って癒されることになります。私の骨が安置される場所の地は磁石のように変わり、たとえ砂や泥で覆われていたとしても、電氣的刺激のような電氣的な波動が宿ることになります。

どうして私たちは今日シルディ・ババのサマーディに行って触れるのでしょうか？ ババの魂は離れてしまっているのに、どうしてあなたは彼のサマーディに行って触れるのですか？ ババのサマーディは巨大な磁石です。あの場所、あそこの岩、あの土地、あそこの砂はすべて磁石になっています。あの場所を訪れる人々はそのエネルギーを得ることができます。ババが、とても高い磁氣的波動を放つようにあの地に命令したのです。あの地にはそのような増幅させる力があり、それによってエネルギーが数百万倍にも増えるのです。

地の増幅させるエネルギーと磁気を帯びたエネルギー

地の増幅させるエネルギーは、ある場所のエネルギーを増幅するという力のみならず、人間の中のエネルギーに対する効果にも関係があります。ある環境下において誰かが地に接触すると、その瞬間に何を感じているかにかかわらず、その人の感情や思考が地の力によって増幅され、百倍に増えることもあります。地が、その感情・エネルギーを映し返し、増幅させるのです。地には、そういう力があります。

莫大な磁力という地の特性はとてもパワフルでもあります。この種のエネルギーは聖地のみならずほかの場所、特に自然の中においても見受けられます。一般的には、自然の中のどんな土地にもいくらかの磁力が存在し、それらをパワフルに用いることが可能です。

地の要素を用いて ネガティブなエネルギーをディチャージする

地の磁力は、ネガティブなエネルギーを吸収することができます。これは、人々が自分のストレスをディチャージすることにおいて役立ちます。知らない間に私たちは、自分の魂をディチャージして癒されます。そして地は、ネガティブなほうからポジティブなほうへと簡単にエネルギーを変換することができます。

地のマントラを使ってチャージする人々は誰でも磁気を帯びるようになります。地のエネルギーへのチャンネル（通路）がつくられるのです。このチャンネル、つながりを通して、ネガティブなエネルギーが自動的に地に引き込まれることになったり、ネガティブな

エネルギーを意図的に地にディチャージすることができるようになります。地の要素をチャージするプロセスによって、強くてポジティブなエネルギープロテクションサークル（防護の輪）が自然につくられます。とても高い磁気を帯びたこのエネルギーは、いったんチャージすれば、ほかの人々からネガティブなエネルギーを引き離し、彼らの感情や精神的な病気を癒すというポジティブな意図をもって用いることができます。地のマントラを用いることによって地の磁力でチャージされた状態になることは自然なエネルギーの一過程です。

たとえば大きな磁石と小さな鉄の針を数分間こすり合わせると、その針は磁石のように磁気を帯びるようになります。別の針を近づけると、その磁気を帯びた針に引き寄せられます。

地のマントラを完璧に発音しながら自分の親指を地にくっつけ続けると、同じことが起こります。これは、とても高いエネルギーを有する非常に高度な超自然的エネルギーの式なのです。最高のエネルギーです。あなたが誰かを癒そうとその人に触れると、ネガティブなエネルギーがあなたの元にやって来ます。終わったら、あなたは自分の親指を地にくっつけて、同じマントラを用いてディチャージしなければなりません。

地のマントラによって、精神的ストレスや精神的な病気、精神的な問題が取り除かれます。地のマントラは感情に100%作用し、さまざまな種類のつらい精神的な病気とストレスを引き出して吸い取ります。たとえば、あなたが不眠不休で三日間働き続け、大きなストレスを抱えていて、睡眠薬を服用しても効かず、ほかの物を使っても効果がないとしましょう。そんな時は、自分の手に砂か土か泥を握りながら地のマントラを唱えてただ瞑想することが必要なのです。土を持って瞑想してから、その土を庭に戻しなさい。そうすれば、そのストレスはなくなるでしょう。

地の要素を用いて、地の要素に集中して、地のマントラで瞑想するとき、まず初めに神のことを考えなさい。神が、その土のすべてを創造したのです。あなたの体も、神が創造したのです。地のマントラによって完璧な磁力を有するようになると、あなたは自分の魂にそのエネルギーを引き寄せることができます。エネルギーを得ると、私たちの魂は神聖で高貴な魂になります。これが、地に備わるすばらしい力です。

火の要素

インドの寺院では、祭司たちは、神々の眼前でアーラティ（火を揺らす儀式）を行います。これは、小さな炎の光を、巨大な魂や神の力が有する光とエネルギーにつなげているのです。それから祭司はその炎を掲げて全員の間を回ります。人々は、自分の両目でその炎を見て、神の力が宿る光を自分の魂につなげるのです。



その炎は、神という巨大な光の小さな象徴なのです。創造の至る所において燃えている神の光のひとつかけらなのです。ろうそくの灯は神のエネルギーを象徴しています。たとえば、あなたが自分の家の暗くした部屋の中で、電気を付けずに1本のろうそくだけを灯したとしましょう。そのろうそくの灯を見つめていると、あなたは自動的にハートに愛を感じるでしょう。100本のろうそくを見つめるなら、それはとてもすばらしいものです。ロサンゼルスでホール（教会）の中に私がいた時、皆はずっと待っていました。数百本のろうそくが私の周りに置かれていて、私はただ行って、そこに座りました。何が起きたと思いますか？ 皆、5分から10分の間、針が1本落ちてでも分かるほどの完璧な静寂に浸ったのです。そんなエネルギーでした。それらのろうそくによって、皆のハートがとても大きく開いたのです。



あなたが火を見るときも同じです。両目で火を見ると、とても大きな恩恵が授けられます。両目は、宇宙において非常にパワフルなものです。たとえば100体のジーザス像があって、その中の一体だけをあなたがすごく好きだと思ったとし

ましょう。どうしてなのでしょう？ その像の両目は、穏やかな美しく奏でるような眼差しであなたをまっすぐに見つめています。その像を見ると、たとえ気づいていなくも、あなたのハートのチャンネルが自動的に開きます。そして、その像を見るたびに涙が出ます。単なる岩、像なのですが、そのジーザス像の両目は完全にあなたをとりこにしているのです。

火に備わるそのようなエネルギーは知らぬ間にあなたの元へやって来ます。両目は、私たちの人生における1番の受容器です。自動的に受け取るのです——スダルシャナ（右目）とアダルシャナ（左目）です。火を見つめると、あなたは両目を通してそのエネルギーを吸い取ります。恩恵を受け取り、それはあなたのハートに達します。それはつまり、あなたの魂に達するということです。

火の儀式

インドでは何千年間も火の力が使われ続けています。祭司たちは、癒しや祝福を授けるのに特に効果があるヤグヤムと呼ばれる神聖な火の儀式を行います。これらの儀式では、儀式用の火に供え物が捧げられます。歴史を通して、インドの皇帝たちは疫病や干ばつ・敵から自国を守るために、莫大な費用を投じてヤグヤムを執り行わせてきました。

古くからヤグヤムは行われており、今でも続いています。何百万人もの人々が執り行っています。ヤグヤムは出席している一人一人に作用し、その人々はたくさんの恩恵を目の当たりにします。ヤグヤムを行うためには、5~6人の祭司が火の周りに座って浄化します。彼らは、ヴェーダのマントラや祈りを使って、その人の問題を火の中に送り込み洗い流し焼き尽くします。

祭司たちは、特定の問題ごとに決まった神々・神・女神（エネルギーの力）に対してマントラを唱えます。ギー（浄化されたバター）と花と果物を、アグニ——火の神のエネルギーに捧げながら祈りを唱え続けます。

その人のカルマをすべて火の中に入れて浄化するのです。だからこそ、こう言うのです。「deepam jyothi parabrahmham, parabrahmham jyothi deepam, mayam deepam, prakasha vantum, prakasha vantum」——prakasha vantum, prakasha vantumというのは「それは光のまばゆさです。まばゆい光です」という意味です。これらのマントラを通して祭司たちは、火に向かって（神について）このように言っているのです。「神はどこにでもおられますが、いくら馬鹿（無知）な私も、小さな火の中に神を見い出しています。ここに小さな火を作って、すべてのカルマを神に差し出しています。ギーと花と果物を捧げています。お供え物を神に差し出しています。まさに今、神は火の中におられます。神が、火の中に来られたのです。その火には、どんなものでも焼き尽くす大きな力があります。私は、自分の周りにある障害を、今まさに火の中に送り込んでいます。この人を助けるために彼のカルマを火の中に送り込んでいます。ああ神様、あなたがこの火の中におられることは分かっています。どうかこの人を助けてください」祭司たちは火の前で、神に関するすばらしい事をいろいろと述べるのです。



昔は、雨を降らせるために火の儀式を行うと雨が降りました。そういうことは何度も何度も起こりました。人々が火に対して強い信仰心を持っていたからこそ、うまくいったのです。今なお、それは続いており、あらゆる願いを叶えるために力を発揮しています。今日、ヤグヤムはあらゆる目的のために用いられています。病気の治癒、問題の解決、仕事の成功、霊的な成長、精神の強化、悲しみへの癒しがもたらされたり、落ち込みやそのほかの形の個人的な失敗が洗い流されたり、ある家族に幸福と繁栄がもたらされたり、その人の財産が守られたりなど人々はたくさんの恩恵を目にしています。

たとえば、ある人が自分の財産を守るプロテクション・サークル（防護の輪）を100年間築くためにヤグヤムを行ったとしましょう。そうすると、彼の家族や子供たちを病気や惨事から守ってくれる非常に強力なプロテクション（防護）が100年の間ずっと続きます。ヤグヤムの力とは



そういうものです。あなたが希望することがどのくらい続くのかは、祭司の数と彼らが火の儀式に費やす時間の長さによります。

ヤグヤムは遠隔でも効果があります。ヤグヤムをしてくれるように頼んだ人は、世界中のどこにしようとも、その火によって浄化され、そのエネルギーの波動を受け取ることになります。非常に高いポジティブなエネルギーが自動的に送られるのです。それはダルミック・エネルギーを送信する高度なラジオのようなものです。どこにでも届くのです。それが火の力です。

どうしてシルディ・ババがドワルカマイ（お寺）で、火を燃やし続けていたのかが何となく分かるでしょう。ババは、そこで火を燃やすよう強く命じました。今なお、その火は125年以上燃え続けています。ババは、ドゥーニー（火の炉）の前に座って人々のネガティブなエネルギーを浄化し続けていました。ババは、自分の魂によって火を自由に操ることができました——それは膨大なエネルギーでした。人々がそこに行くと、気づかないうちにその火のエネルギーが彼らの魂に影響を及ぼし、彼らのネガティブなエネルギーを吸い込みました。ババは、火の前に座り、火から出る煙を人々の顔に吹き付けることによって病気を治していました。その煙には、火から出る燃えるような熱エネルギーが宿っていたのです。

五大要素において火は、燃やすという性質が最も強い要素です。このマントラによってネガティブなエネルギーが燃えます。これを適切に用いると、非常に高いポジティブなエネルギーや繁栄がもたらされ、あなたのハートの願いが完璧に満たされます。

火の要素としての太陽



太陽は、すばらしいヒーラー（癒し手）です。太陽によってただちに自分自身が癒されます。どんなヒーラーにも診てもらう必要はありません。太陽こそが毎日現れるすばらしいヒーラーです。太陽を利用すれば良いのです。早朝あるいは夕暮れに、ただ太陽を見つめなさい。でも、太陽のエネルギーを受け取るためには、自分のハートを開かなければなりません。

インドの伝統では、ほとんどの人が早朝に水辺や川に行き、（水差しや手に）水をすくって沐浴をします。太陽が昇っている時、彼らは、太陽への祈りの言

葉「Vedic Bhaskara」マントラを唱え始めます。水を戻して沐浴をしてから水から上がります。彼らは、その太陽への祈りの言葉を通して、神はまさに太陽であると言っているのです。神を見る必要はありません。太陽が神であり、神は太陽なのです。だからこそ彼らは早朝に太陽を見るのです。

1時間ただ座り、朝日が昇るのを眺めて非常に高いポジティブなエネルギーを受け取ることを、五大要素のプロセスを行っている全員にお勧めします。そうすると自動的に、あなたは深く癒され、エネルギーを受け取ることになります。

それから、再び日没時の太陽光線にも、たくさんのエネルギーが宿っています。神に、太陽に自分のハートを開いて、そのエネルギーを受け取りなさい。自分が太陽からエネルギーを受け取っていると思わなければなりません。あなたの周りにどんなネガティブなエネルギーがあっても、太陽光線にそれらを洗い流してもらうことができるのです。太陽光線によって莫大なポジティブなエネルギーがもたらされ、あなたのネガティブなエネルギーがすべて洗い流されます。

空の要素

空を通して、あなたはエンジェルたちとつながることができます。最高の癒しのエネルギーを得ることができます。自然を通して、空を通して、すばらしいヒーラーになるように自分自身を備え、変化させることができます。シバにじかに命令することができます。シバのエネルギーによって成功できるのです。

空のマントラは、シバに、シバのエネルギーに属しています。それはシバの祈りです。シバは、この銀河系とすべての銀河系をその莫大なエネルギー、莫大な宇宙エネルギーで完全に覆っています。そこには限界がありません。だからこそ、ヴェーダの伝統はシバのエネルギーを空になぞらえているのです。シバのエネルギーには限界がなく、無限です。



空の創造、空の自然には、まったく信じられないようなものが存在します。人間の肉体を持たず、エネルギーの形だけを持つほかの銀河系の生物たちがいます。これら銀河系の生物たちはシバのエネルギーにとってもとても強く結びついていて、強くつながっています。莫大な宇宙エネルギーを吸収し、とてもとてもパワフルで超自然的な

魂になったのです。彼らは、どんな物でも持ち上げることができます。アストラル体のように瞬間移動することもできます。彼らの魂には莫大な力があります。それらはすべて、シバのエネルギーに由来するものです。

しかし、数多くの銀河系の中で、地球、地球の人々は、とても強い嫉妬、エゴ、プライドを持っています。いつもそうというわけではありませんでした。700～800年前、地球上の40%の人々が有能な魂を有していました。そして5000年前、地球にはとてもパワフルな魂たちがいました。ラーマ、クリシュナ、そしてシバでさえも、あるレベルで面倒を見るために、人間の肉体を持って生まれて来ました。だからこそ特にインドにおいては、超自然的エネルギーによる数多くの奇跡を目にすることができるのです。王たちとその父たち、彼らの王たちとその父たちは、そんなエネルギーを知っていました。彼らは巨大なとりでや寺院を築き、決して巨大な宮殿は築きませんでした。寺院を建立したのです。ほとんどの人々は寺院に住んでいました。そのころの人口はあまり多くなく、それぞれの村に多分せいぜい60人ほどもしかいませんでした。人々は、まず巨大な寺院を建立してから、小さな小屋に住み始めたものです。皆が、食べ物や野菜を育てたりといった自分の義務をしに行っては戻り、眠ってシバにつながっていました。

彼らは、大量のマントラを行じ、最高のエネルギーを受け取りました。数千年前、聖者たちが、ガヤトリ・マントラ、すべてのヴェーダ、秘密の式のマントラ、エネルギー・エンジェルたちを発見しました。すべての村、すべての王、全員が神につながるために自分の人生を捧げていました。だからこそ今、インドの古い寺院では力を目にすることができるのです。

そんな時代が終わると、人口が膨れ上がり、自然環境が破壊されていきました。ネガティビティが大きくなり、窃盗・詐欺・エゴが増え、人々はそれらに強く捕らえてしまいました。それ以前は、広大な、あまり人が住んでいない土地でした。ハンピ（ヴィジャヤナガル王国の首都）のクリシュナデーヴァラーヤのとりでにも、何千もの寺院があります。一つ一つの岩に彫刻が施されました。それらの岩から何百万体もの彫像が造られました。そこを少しずつ歩いてみると、一つ一つの岩が彫像であることが分かります。それらの彫像は、特定のエネルギーの形、つまりブラフマ、クリシュナ、エンジェルたち、踊る女性たち、象たち、ガネーシャ神、シバなどに完全に捧げられています。人々は、幼年時代から最後の一息まで、自分の全人生をすべて神に捧げました。岩に彫刻を施すことによって神を崇拝していました。ただ食べては働き、食べては働き、食べては働いてただけで、決してお金や何かを得ようとは思いませんでした。ただただ、そういうことを行っていたのです——美しい寺院を建立し、シバ像やクリシュナ像をまつりました。そのころ、彼らは山の上に巨大な岩をひとつずつ使って像を建てました——クレーンがない時代のことです。象も人も誰もそこを歩いて登ることができないような狭い場所で、そうすることは命に関わるような厳しい作業でした。どうやってそんなことを成し遂げることができたのでしょうか？ 本当に驚きです。象を用いたとしても、どうやってそんな岩を持ち上げたのでしょうか？ 彼らが徹底的に信仰心を持ち、自分の人生を神に捧げることに

よって、岩が持ち上がったのです。彼らはあるエネルギーを知っていて、その力を用いて岩を操ったのです。現代では人間はロケットを使って、月に行っています。現代の科学者たちは技術を駆使しています。かつて700～2000年前の人々は、エンジェルたちにとっても強くつながり、純粋で献身的なハートを持っていました。

元々、エネルギーはシバからやって来たものです。シバは、無限につなげてくれる主要な存在です。空はものすごく巨大です。そのことは説明するまでもありません。だからこそ私は、あなたが空に、つまりシバに集中し始めたなら、シバを満足させなければならないと言うのです。自分のハートにシバを呼び込まなければなりません。シバにつながって、そのエネルギーを吸収しなければなりません。シバはここにいるとかあそこにいるとか明確に言うことはできません。瞑想し始めて、ずっと瞑想していると、自分の内側の光が育ち始めるのを感じるようになるでしょう。あなたの魂が磁石のようにエネルギーを引き寄せ始めると、あなたは宇宙エネルギー、つまりシバのエネルギーを知らぬ間に吸収することができるようになります。

そんなエネルギーを吸収し始めると、トランス状態に入り、眠く感じるでしょう。とても強く第六感が育つことになります。そうすれば病人がいたとして、あなたがその病人を見つめると、その人は強いエネルギーを感じることができます。あなたの両目を通して、その病人は強くすばらしいエネルギーを感じることができるのです。たとえ周りの人々があなたの力を分かっていなくても、あなたに触れられてエネルギーを授けられると、すばらしい気分、とても幸せな気分になります。これは、空を通してシバのマントラにつながり、シバをじかに強く捕まえた時にのみ起こることです。

私たちは大きなことをする必要はありません。エネルギーの小さな種があれば十分そのエネルギーを育てることができるのです。空のマントラの中にある「Saha Mogatay」のように。これは「全宇宙で、全地球上で、私たちが頼ることができるのはシバだけです。完全にあなたを頼りにしています」という意味です。「Shivayna Saha Mogatay」—「Saha Mogatay」—「Gatay」は、「あなたは、私が訪れることのできる最後の人です。助けてくださいとお願いできる唯一の人です。あなたの助けが必要です。私が死ぬ前に、どうか私を幸せにしてください、もっと私の気分を良くしてください、私のイリュージョンの網をすべて洗い流してください」という意味です。

空のマントラを深く経験すると、これらの意味がすべて分かるでしょう。空は、莫大な無限のエネルギーのようなものです。どうして私がシバに話し掛けるのかというと、空はシバで、シバは空だからです。それはつまり遠回しに、シバが空だということなのです。そこには限界がありません。空と地は、シバとシャクティという2枚のお皿のように見える2つです。両者の間ですべての仕組みが起こっています。火は地から生まれました。そして水には、莫大な奇跡的エネルギーが確かにあります。

将来、西暦3000～5000年頃には科学によって、信じられないほど奇跡的なもの——神の力、神のエネルギーが発見されるでしょう。とてもたくさんの奇跡的なことが発見されるでしょう。それが占星術によって示されている未来です。さらにいくつかの銀河系が発見されるでしょう。必要とされるときはいつも、この地球にもたらされるべきもっと多くの情報が発見されるでしょう。そういうことが起こります。ほかの銀河系の人々がこの地球にやって来て、大いに助けてくれるでしょう。人間の肉体を持って生まれている人々、この地球に生まれた人々は、誰であろうとそんな風に助けることはできません。ほかの銀河系の人々がそんな風に助けてくれる日がやって来ます。そのようなことが起こるのです。それが、シバの宇宙エネルギーです。

シバは、とても率直なマスターであり、率直な神です。あなたは容易にシバを満足させることができますし、自分の願望を叶えるためにシバを簡単に吸収することができます。私がお勧めするのは、シバにお願いしなさい、シバにすばらしいことをお願いしなさいということです。クリシュナに対して10年間瞑想するのと、シバに対して10ヵ月瞑想するのとでは、得られる恩恵は同じです。

空の要素を自分自身のために用いる

私がお勧めするのは、空のエネルギーを自分自身のために保って楽しみなさいということです。空のエネルギーを保っておきなさい。それをもっともっともっと高めなさい。ほかの要素は、それを吸収して、浄化して、ほかの人々を癒すのに用いることができます。空の無限のエネルギーをほかの人々に対して用いる必要はありません。それは、莫大な信じられないほどの力、シバの力です。それを吸収して、ほかの人々にあげる必要はありません。そうしてしまうと、あなたはその影響を受けることになります。空は無限だからこそ、その限りないエネルギーを用いて癒そうとするなら、シバのエネルギーを再び浄化してチャージしなければならなくなるでしょう。だからこそ私は、空を用いてほかの人々を癒すことを誰にもお勧めしないのです。

エンジェルたちとのやり取り

エンジェルとは何でしょうか？ エンジェルは、エネルギーの器、エネルギーの“つば”です。エネルギーの構造はひとつではありません。エネルギーは神です。エネルギーは光に満ちています。光は神です。エンジェルたちは、自然におけるエネルギーの旋風や渦のようなものです。目の前にそれが来ると、あなたは何か重苦しさを感じるでしょう。その渦が見えなくても、その磁力を感じます。熱によって磁石のようにあなたの体にエネルギーが引き付けられます。自然において、あなたはエンジェルたちというたくさんの“つば”を体験することができます。



これら宇宙エネルギーの波動は、ボールのようにぐるぐる回ります。私たちの多くは旋風——丸く円を描いたり、転がったり回転しながら空に昇っていく空気——を見たことがあるでしょう。同じように、宇宙エネルギーにおいて、これらの波動は回転します。自然において、これらのエネルギー的な回転が生じて、駆け巡ります。私たちが瞑想していると、エンジェルたちがやって来て、乱されることがあります——圧力を感じたり、気が散ったりするのです。それは、私たちが両目

を開けているときにも起こりえます。エンジェルがやってくると、そのエネルギーによって体が揺れます。

静かに座って、このマントラで瞑想していると、魂によってこれらのエネルギーの輪を自分の前に引き付けることができます。あなたはすでに地のエネルギーと火のエネルギーを自分の中にチャージしています。そして空のマントラの助けを借りて、それらのエネルギーの輪を魂に吸収することができるのです。知らぬ間に体がエネルギーで満たされているのを感じます。その波動に触れるのです。体の中に輪をひとつ取り込むと、2つ目の輪が勝手にやって来ます。そんな瞑想ができるかどうかは、あなたがどれだけ一生懸命に取り組むのか——自分の魂を磁石のようにするのかによって決まります。そんなエネルギーを魂に取り込むと、あなたの体はエネルギーが飽和した状態になります。再び座って瞑想すると、自動的に考えが浮かび、自然からの声を聞くことができます。これには深い、深い意味があります。皆、これについて深く考えなければなりません

エネルギーの輪からそんなエネルギーを一度取り込むと、さまざまな種類のエネルギーに話し掛けやすくなります。「話す」というのは、魂の知識を伝えるということです。

「話す」というのは、私たちがいつも使う言葉を用いて話すことではなく、テレパシーによる思考のことです。もう一度言いましょう。あなたの魂にエネルギーつぼがひとつ入って来ると、あなたの体はエネルギーで満たされます。それは、あなたの魂が浄化されたということです。魂が浄化された状態で空のマントラを使って再び瞑想すると、たくさんの魂やエネルギーを引き付けることができます。すべては、あなたがどれくらい一生懸命に取り組むかどうかによって決まります。

水の要素

すべての要素には、どうしてあなたがその要素に対してハートを開き、そのエネルギーにつながるのかについての秘密があります。水の隠れた特性は、エネルギーを生み出すことです。水は、人間の中にエネルギーを生み出します。莫大な波動をととても簡単に生み出

します。また、エネルギーのバランスを取ることもできます。ただちにエネルギーを落着かせることができるのです。エネルギーのバランスを取って、穏やかにすることができます。



水を飲むのが1日に1回、1分だけであっても、水のマントラを一度唱えて体内の水を浄化することは、体内の水すべてにとって恩恵があることです——とても高い癒しの波動が授けられ始めるのです。その波動が体内の水に作用して、体内の水が癒され始めます。水のマントラを用いるなら、もう聖水をもらいに寺院に行く必要はなくなります。どんな水でも聖水になるように浄化することができるのですから。その聖水を飲むと、あなたの中に聖水が存在することになります。もしあなたが水を飲んでいて、水のマントラを唱えると、体内の水すべてによって癒されることになります。

水のマントラを唱えると、あなたの体内でその波動が始まるのです。これは、あなたがこのプロセスを非常に強く信じているときにだけ起こります。あなたは毎日シャワーを浴びながら、水のマントラを唱えるべきです。そうすることによって、自分を浄化し、洗い流し、ディチャージすることになるのです。水のマントラを唱えながらシャワーを浴びてください。毎日、シャワーを浴びながら水のマントラを唱えて、自分自身を癒すことができます。「ああ神様、どうか私を癒してください。どうか私を助けてください」と神に祈りを捧げるように、私が授けたマントラを唱えなさい。

頭と肉体のためのパワフルな癒し

水によって、体の問題、体の痛み、精神的な落ち込み、精神的な問題が癒されます。火と水は、これらのことを癒すのに最適です。水によって、ネガティブな感情がとてもパワフルに洗い流されます。たとえば私が神経質になり、ひどく疲れ、落ち込み、体に痛みがあるとしましょう。熱いシャワーを浴びるか、お風呂に入るかすると、30分後には怒りの感情や神経質さやおかしなことはすべて洗い流して、さっぱりした気分が出て来ることになります。インドでは人々は川に行き、水の中に入ります。私も、自分の農場にある水の中に座ることがあります。井戸の水に顎まで浸して座ります。何度もそのようにして座りました。

マザーディバインのエネルギー

水は、マザーディバイン、つまり育てるエネルギーでもあります。このエネルギーは海・湖・川へと流れ込み、エネルギーの通路を成しています。インドでは、大河は女神の



エネルギーであると見なされています。水のマントラは、ドゥルガーつまりマザーディバインに呼び掛けています。

マザーディバインはいつもお風呂に入り、香水のようにローズウォーターを使い、静けさと穏やかさを生み出しています。彼女には大変な深みがありますが、それでも非常に穏やかで落ち着いています。とても大きなシャクティ（エネルギー）ですが、とても落ち着いています。だからヴェーダの伝統では通常、マザーディバインはシバよりもずっとパワフルなのです。

空気の要素

空気は、私たちの命に最も根本的な関わりがあります。私たちの肉体は、呼吸し続けているからこそ生存することができます。5日間何も食べなくても、2日間何も飲まなくても生存できます。私たちの肉体は、とても寒くて冷たい所でも適応することができます。しかし呼吸が停止すると、5分以内にスワミ・カレシュワラはこの世に存在しなくなります。風・空気はとても重要です。私たちの呼吸系統はとても重要です。でも、タバコを吸うことは、自分を癒す力（セルフヒーリング能力）を損ないます。タバコなどを吸うことによって、自分を癒す力が毎日、日ごとに、とても、とても、とても低下していきます。タバコを吸うと感情面では一時的に強気になりますが、自分を癒す波動・エネルギーがタバコの煙を通じて放出されるのです。喫煙をやめると、再びその能力を得ることができます。

空気命を養い、火を養い、水に影響を及ぼし、地に影響を及ぼします。空気のエネルギーは、自然災害という形で現れることもあります。とても高い宇宙エネルギーを人間がただちに受け取れるように手助けしてくれることもあります。その結果、あなたは空気を使って、信じられないようなことをしたり、遠く離れた人々を癒したり、自分の考えやエネルギーをどんなに離れた所にも送ることができるようになります。

すべてのエンジェルたちは風の中に住んでいます。エンジェルたちのエネルギーはすべて風の中にあります。風の中、空気の中で唱え始めると、すべてのエンジェルたちが周りにいますから、あなたはそのエネルギーを吸収することができます。あなたがどこに行っても、エンジェルたちのプロテクション（防護）が授けられます。すべてのポジティブなエネルギーがあなたと共にあります。あなたはエンジェルの力を吸い込み、エンジェルの力を吐き出すことができます。そうすると、とてもくつろぎ、幸せになり、ほっとします。あなたが自分の中にある空気を浄化すると、とても強くて幸福感に満ちた呼吸を体験することができます。それは、すばらしいことです。

自然における風

空気と風のエネルギーには、さまざまな種類があります。それぞれの種類ごとに異なる影響を人間に与えます。空気の要素は、バラの優しい香りを運ぶときのようにとても穏やかなこともある一方で、きわめて破壊的になることもあります。空気の要素はとてもパワフルな力です。空気によって人々は、パワフルな宇宙エネルギーを受け取ることができます。

竜巻はどのようにして発生するのでしょうか？ 竜巻にはどんな秘密が隠れているのでしょうか？ 2つの強い風が違う角度から吹いて来て、お互いにぶつかり合うと、回転し始めます。回転が始まると、風は少し弱くなりますが、回転するにつれて次第に強くなっていきます。その回転するエネルギーは、非常に高い宇宙エネルギーを自動的に吸収します。どんどん速く回転し始めると、巨大な磁石のように、地から、空から、風から、エネルギーを吸収し始めるのです。それによって、莫大なエネルギー、莫大な空気のエネルギーが生まれます。そんな時に聖者たちは、その風からエネルギーを受け取ることがあります。これが風の種類のひとつです。

2つ目は……たとえば、自然の中で瞑想を始め、瞑想し続けている人がいたとしましょう。自然のエンジェルたち、神聖なエンジェルたちがやって来ます。私たちが瞑想するとき、鳥のように流れる小さな旋風のようにエンジェルたちが風になって来て、大量のエネルギー、光をつくり出します。それはあなたの元にやって来て、ぶつかります。あなたがとても高い山にいたときにそういうことが起こることがあります。どうして（ヒマラヤの）カイラス山はとてもパワフルなのでしょう？ どうして、とても高い山には莫大なエネルギーがあるのでしょうか？ なぜならそこでは、風の中にある波動ゆえに、風の力、風のエネルギーがとても高く、非常にパワフルだからです。地と空から生じる自然のエネルギーが、風を通じて空気の所にやって来ます。すると、たくさんの波動が生じ始めます。その波動は、エネルギーの輪になってぐるぐる回ります。それらはエンジェルたちです。そのエネルギーは異なる種類のエンジェルです。そういうわけで、とても高い山々は非常にパワフルなのです。

そして、砂漠の風があります。巨大な砂漠には、草もなく、緑もなく、花也没有せん。そんな砂漠に吹く風は、嫌な竜巻のような、好ましくない風です。莫大な、おかしいエネルギーを生じさせます。災害や自然破壊のように、あなたに大量の砂を投げつけます。風によって、非常に大きな風が海で発生し、水が持ち上げられることがあります。水の漏斗のように巨大な量の水が持ち上げられます。

風はとてもパワフルになりえます。シルディ・ババの人生のお話の中に、強風と共に大雨が降って来たという部分があります。2日間、雨風はやみませんでした。皆が泣き叫んでいました——自分の家が倒壊しかかっていましたし、家族が離散しようとしていたので

す。強風のために木はすべて倒れ、鳥もすべて死んでしまいました。だから皆が泣いていました。彼らは「ババ、この災害は一体何なのですか？」とババの所にやって来ました。するとババは、自分のドワルカマイ（彼が住んでいた古い寺院）から淡々と出てきて、空をじっと見つめ、「やんでくれないか？ それとも私から罰が欲しいか？」と言いました。最後の瞬間に「やんでくれないか？ それとも私から罰を受けたいか？ 風と雨よ、やみなさい」と言うと、数分後に雨も風もやみ始めました。

五大要素プロセス™のマントラを行ずる

私が授けるこれらのパワフルな波動のマントラを行ずることは、あなたの魂にとっての浄化のプロセス（過程）です。これらのマントラを用いて魂を浄化すると、大きな平和がもたらされ、宇宙エネルギーにつながることであります。「宇宙エネルギー」とは神につながることを意味します。五大要素を通して浄化すると、あなたの意図が五大要素と同調することになります。たとえば、完璧な波動のマントラである地のマントラを唱え続けたとしましょう。一定期間たつと、あなたの魂が自動的に地のエネルギーと同調します。すると、あなたは非常に大きな能力を魂に持つことになります。何もネガティブなエネルギーを受け取らないように、とても強いポジティブなエネルギーを持つのです。

五大要素を浄化することには莫大な恩恵があります。まず第一に、強い意志力が生じます。非常に高いポジティブなエネルギーを自在に吸収できるようになり、自分の周りに最高にポジティブで神聖な輪をつくることができるようになります。自分自身をととても簡単に癒すことができるようになります。ネガティブなエネルギーでとても困っている人々を癒すことができるようになります。黒魔術の力を使うなど、誰かが自分のエネルギーをネガティブに使っているのなら、そのエネルギーを取り除いて阻止することができます。瞑想に集中できるように自分の思考を非常に穏やかにすることができます。人生が成功するように良い知恵が自然と沸くようになるでしょう。あなたの頭の中にすばらしい考えが浮かぶようになります。それは、あなたの日常生活・仕事など何にでも役立ちます。自分の家族や子供たちを癒すこともできます。自分の人生にすばらしい幸運をもたらすことができます。

このプロセスを行うと気づかないうちに、あなたの魂はたくさんの恩恵——平和と神聖な愛のエネルギーを宇宙から受け取ることであります。これらの恩恵を受け取ることができるのは、厚い信仰心と強くて献身的なハートを持つ人々——自分のハートを神に開いている人々だけです。そういう人々だけが成功します。神を信じていない人々はたとえマントラを唱えても、時間を浪費しているだけです。そのような人々はマントラを唱える必要はありません。信仰心は神であり、神は信仰心なのです。

これらのマントラを使って瞑想するとき、地の要素から始めてください。地の要素に集中して「神は、五大要素によって私を創造しました。5つすべての要素が私の中にありま

す。お願いします神様、私は、体内にあるひとつの要素に集中しています。今まさに私は体内にあるひとつの要素を浄化しています。そのエネルギーを浄化しています。その要素を100%完全に浄化しています」と、神のことを思いなさい。そういう意図を持って、そのマントラを始め、ずっと唱え続けてください。

マントラを唱え終えたら、ハートを開いてこう言いなさい。「体内にあるひとつの要素を浄化しました。神は、私の体を五大要素によって創造されました。私は、その一部を浄化したのです。次は、火の要素に取りかかります」

ひとつずつ5つの要素をすべて終わると、すべての要素をととても強く操ることができるようになります。そうすると、病気や恐怖を持つどんな人や、ネガティブなエネルギーによる問題に苦しんでいる人がやって来ても、あなたは五大要素によって、自分の祈りによって、そういう人々を癒すことができます。祈りを選んで、彼らを癒し始めることができます。彼らはとても多くの恩恵を自動的に受け取ります。他人を癒す準備がまだ整っていないなくても、あなたは自分の中にすばらしい成果を感じることができます。



発音の鍵

マントラの発音を練習する際に最も大切な点は、原語の音や振動文字を徹底的にまねることです。たとえば、ガヤトリ・マントラの一行目を原語の文字どおりに英語に直すと、“Om Bhur Bhuvah Swah”となります。しかし、このマントラが唱えられたときに聞こえる音を英語で書くと、“Om Bhuur Bhuva Suu-vaha”となるのです。下記に掲載されている発音に関するマントラのつづりと説明は、ただ正確な発音をしやすくするためのものです。

下記の音訳では、マントラを「発声したときの音」が音声学の観点から表記されていますが、より分かりやすくするためにマントラが音節に分解されています。下記をご覧ください。下記と分かるように、主に問題となるのは母音についてです。補注：同じ母音が‘ee’のように横並びで二度現れる時は、その母音を正確に発音するのに加えて、音を少し長めに保ってください。

a = ‘the’の中の母音に似た音。

aa = ‘watch’の中の母音に似た音。

ai = ‘i’に似た音。

au = ‘cow’の中の母音に似た音。

ay = ‘say’の中にある音と同じ。

e = 火のマントラにおいて1語の中で2回起こる音——最初の“Hes-”は‘mess’の母音に似た音で、次の“-rye”は文字通り英語の‘rye’という言葉にある音と同じ。

ee = ‘seen’の中の母音に似た音。

i = 音節末にある場合：‘seen’の母音に似た音。

i = 音節中にある場合：地の1番のマントラと空気の1番のマントラのそれぞれ“tir-”と“Sir-”で起こる音は、‘clear’の母音に似た音。ガネーシャ・マントラとグル・マントラのそれぞれ“Vig-”と“Vish-”で起こる音は、英語の‘fish’の母音と同じ音。

o = ‘holy’の中の母音に似た音。

u = ‘the’の中の母音に似た音。

uu = ‘moon’の母音に似た音。

w, v = 互いに置き換えることができる音。もしくは、両方の音が結合した音。

h = 地の1番のマントラの中の“Bhava-”のように子音と共にある場合、‘h’は、その子音に付加される気音である。英語とは異なり、それによってその子音がほかの音に変化することはない。

正確な発音が鍵です。マントラの出所は、テルグ語で書かれた古代のパームリーフの手書き本です。テルグ語の音の多くは、西洋人の耳にとっては間違いなく変わった音です。プロセスにおいて確実に成功する手助けになりますので、五大要素プロセス™を教える認証をスワミから受けている先生からマントラと行法を教わることを強くお勧めします。五

大要素をすでにチャージしている方から学ぶ過程においてエネルギー伝達が起こり、それによってあなたのプロセス体験が促進されます。もちろん、先生はその場で誤った発音を訂正する手伝いをすることもできます。さらなる支援として、スワミがマントラを唱えている音声ファイルをウェブサイトからダウンロードすることができます。スワミの母国語は、古代の手書き本の言語であるテルグ語です。マントラを練習する際は、スワミの発音に徹底的に合わせるようにしてください。マントラの英語音訳が、追加の指針および参照資料として掲載されています。しかしながら重要な点は、スワミがおっしゃっているように「自分自身の耳に従うこと」です。最良の結果を出すためには、認証を受けた先生の指導に従い、ダウンロードした音声ファイルを使って練習してください。

五大要素のマントラおよびオープニングプレーヤー（グル・ガネーシャ・ガヤトリ）の音声は、次のリンクからダウンロードできます。

http://www.kaleshwar.org/ja/store_item_fiveelements

五大要素プロセス™のための指示

まず、決められた期間マントラを唱え続けることによってあなたは自分自身をチャージします。こうすることによって、あなたは癒され、あなたの中にあるその要素が浄化されます。その要素がチャージされたという「兆候」を得ると、その要素に備わる特定のエネルギーに同調していることになり、ほかの人々を癒すためにそれを用いることができます。このプロセスでは、マントラの恩恵を得るために、マントラを非常に独特な方法で用いる必要があります。

それぞれのマントラには、それぞれディクシャ、つまり従うべき一連の規則があります。それぞれのマントラを指定された期間、1日につき特定の回数を唱えます。1日のうちの決まった時間に唱えるマントラもあります。ほとんどの場合は、1日につき108回を41日間唱えます。特に断りのない限り、早朝か夜に行うのが最も良いものです。就寝は必ず行うことなので、就寝前はマントラを行うのに良い時間です。マントラを行う時刻が指定されているかどうかにかかわらず、毎日、同じ時間にマントラを唱えることが望ましいものです。予定どおりに行うことにしておくと、マントラを唱えることを忘れにくくなります。

マントラをチャージすることについての規則

この行のために静かな場所を確保することと、マントラを行っているときに邪魔されない時間を設定することがとても大切です。ほとんどの場合、マントラは両目を閉じて唱え続けます。プロセスを行っている間中、座るか横になるかして（眠ってしまわないように

気をつけること）、必ず快適に過ごせるようにしてください。さらに、ろうそくに火を付け、お香を焚くことによって、瞑想場所が浄化され、神聖なエネルギーが設けられます。

中断禁止

マントラの周期を始めたら、中断してはなりません。たとえばトイレに行ったり、電話に出たり、中断して誰かと話をするなどということはできません。何らかの理由で中断したのなら、108回を初めの1回目からやり直さなければなりません。これらのマントラを唱えることは、最終結果に向けて築き上げられていく過程なのです。1日でもするのを忘れたなら、その特定のプロセスをもう一度初めからやり直さなければなりません。同じ期間、複数のマントラを行っていて、そのうちのひとつを唱え忘れてしまったら、それら複数のマントラすべてをやり直さなければなりません。

正確な発音

新しいマントラを始めるとき、正しく発音しているという確信が持てるまでは声に出して言うことが望ましいものです。それには数日かかるかもしれません。声に出して言うことは、エネルギー的なつながりを構築するのに役立ちます。そのマントラを自信を持ってこなせるようになれば、声に出さずに内で唱えて構いません。マントラを覚えるまでは、そのマントラを書いた紙を自分の前に置いておくのが最善です。

マールを用いる

マントラを唱えた回数を数えるためにインドの伝統では、マール、つまり108個の種や数珠玉のほかにグル玉と呼ばれる「もう1個」を紐に通したものをを用いることが勧められます。グル玉は、マントラを繰り返し唱える時に始まりと終わりが分かるように付いています。グル玉は、ほかの数珠玉とは紐上で分離しており、通常は飾り房が付いています。マントラを繰り返し唱えるのはいつも108の倍数分なので、マールはとても役に立ちます。また、一連の数珠玉によってマントラのエネルギーが実際に保たれます。ですから、そのエネルギーを体のそばで保つために、そのマールを1日中、身に着けることを強くお勧めします。マントラのエネルギーを実際に増大させるので、ルドラクシャのマールかロータス（蓮）の種のマールがお勧めです。でも、どのような種類の祈りの数珠玉やロザリオを用いても構いません。マントラは1つの数珠玉ごとに1回唱えます——マントラ全部を初めから終わりまで正確に発音するまで、同じ数珠玉の上に指を留めておきます。

マールの伝統的な使用法は、中指（空）と親指（地）を使い、マールを親指で中指の「上」側を横切らせて動かします。マールを使うとき、決して人差し指を使ってはなりません。これは火の要素を示す指ですから、決してマールに触れさせてはならないのです。

この指を使うと、エネルギーを燃やしたり止めていることになります。言い換えると、チャージしてはディチャージして、チャージしてはディチャージしてを繰り返すことになるのです。

兆候に気づく

すべての要素についてあなたが経験するであろう一般的な「兆候」があります。たとえば体に特別な熱を感じたり、眠気に襲われたり、美しい夢を伴うとても深いトランスに入ったり、食欲旺盛になったり、（消化が進んで）空腹を感じたり、頭の思考がより鮮明になったりなどです。そして、各マントラをチャージするのに成功したときに現れるそれぞれ特有の兆候があります。詳細は追って各マントラについて見ていく際に説明されます。一般的な兆候であれ、それぞれに特有の兆候であれ、何も兆候が得られない場合は、そのチャージするプロセスを繰り返し行わなければなりません。

表示されている順序で要素をチャージしてください。まず地のマントラをすべて行い、それから火・空・水・空気を行ってください。すべての要素を、4、5ヵ月で完了させることができます。

ひとつの要素に関するマントラすべてを同時にチャージすることは可能ですが、次の要素を始める前にひとつの要素を終えるようにして、ひとつずつ要素を行う（チャージする）ことが最善です。こうすることによって、それぞれの要素のエネルギーの特質に集中することができます。また、こうすることによって、チャージできたときの兆候が明確になるため、プロセスを行う上でのあなたの個人的な体験を巡る混乱を避けることができます。

意図を定める

毎日、行を始める前に自分の意図を定めてください。ハートを開いてこれらのマントラ・祈りを繰り返すことによって、チャージする力、癒す力を得ることができます。

五大要素プロセス™によって得られる明快な理解——宇宙の根本を成すエネルギーを用いた自分の魂のチャージをじかに体験したことに伴う知的な理解——は、スワミの教えに沿ってさらにスピリチュアルな成長を遂げるための土台となります。

初めに

瞑想の行、ヒーリング・セッション、教えを始めるときは常に、ガネーシャ・マントラ、グル・マントラ、ガヤトリ・マントラを唱えてから始めることをスワミ・カレシュワラーはすべて生徒たちに強く勧めています。マントラを用いたヒーリングについての注意：他人へのヒーリングを始める前に、まず地の要素と火の要素をチャージすることに成功し、空の要素を41日間完了しておかなければなりません。

下に書かれている一つ一つのマントラによって、私たちは、グルパランパラ―グルとグルの系譜―もしくは、じかに神につながります。

彼らの祝福がやって来ます。さらに、あなたがヒーリングを受けるときや教えを伝えるときに吸収するどんなネガティビティもグルパランパラに渡り、グルパランパラによって浄化されます。

ガネーシャ・マントラ

Om Suuklaam Bhara-dharam
Vishnum Seshi-varnam
Chatur-bhujam Prasanna-Vadanam
Dhyai-Yay Sarva Vig-no-pa Shanta-Yay

ガネーシャは、マザーディバインとシバの子供で、ヴィグネーシュワラー―障害を取り除く存在です。ガネーシャに心から祈ることによって、吉兆のエネルギーチャンネルが始まり、開きます。マハ・ガネーシャに祈ることによって得られる恩恵は、道の障害物を取り除きながら前進する巨大な象の後ろを歩くようなものであるとスワミ・カレシュワラーはたとえています。

グル・マントラ

Om Guru Brahm-ha
Guru Vishnum
Guru Day-vo Maa-haysh-vara-ha
Guru Saak-Shaat Parabrahm-ham
Tas-mayi Sree Guru-vay Na-Namaha

このマントラを唱えることによって、あなたは、グルと、グルの系譜と、自分の内側のグルとにつながります。彼らの祝福がやって来ます。さらに、あなたがヒーリングを受けるときや教えを伝えるときに吸収するどんなネガティビティもグルパランパラに渡し、グルパランパラによって浄化されます。

ガヤトリ・マントラ

Om Bhuur Bhuva Suu-vaha
Tat Sa-vee-tur Var-ayn-yam
Bhargo Day-vaas-ya Di-Mahi
Dhi-yo-yo Naha Pracho-da-yat

ガヤトリ・マントラは4つのヴェーダに等しいと言われています。このマントラについてはさまざまに記述がなされてきていますが、その力の本質は、最も高度に進化した魂たち以外には未だに理解されていません。スワミは、ネガティブなカルマを焼き、私たちの魂の願いを実現するためにこのマントラを唱えることを勧めています。五大要素プロセス™を行っているとき、このマントラによって、莫大なネガティブなエネルギーの障害が取り除かれ、浄化と魂のチャージの過程が容易になります。

地の1番のマントラ

Om Aim Kleem Sauom
Sera Hana Bhava
Saya Noli Bhava
Tri-pura Bhava
Tiga Yoli Bhava
Wari-pura Bhava
Bhava Noli Bhava
Pari-pura Bhava
Bhava Noli Bhava
Om Adi Ti-ru Mu-ru-ga
Om Guru Guru Paramaguru
Om Kumaraa Rana kalaam
Om Shanti Shanti Shanti-Hi

地の1番のマントラをチャージする

41日間、毎日同じ時間に、1日につき108回唱えなさい。最も良い時刻は、就寝前か早朝かです。マントラを唱えている間、自分の親指を土に押し付けなさい。屋外の土が最も良いですが、鉢に入れた土を用いても構いません。これらのものが入手できない場合は、床を使いなさい。108回マントラを唱えている間ずっと、親指をその土に付けておきなさい。最初は、言葉に慣れるためと、自分が正確に発音しているかを確認するために、声を出してマントラを唱えるのが最善です。マントラの11行目を唱えるとき、「Guru Guru Paramaguru」（Guru はマスター、Guru Guru はマスターのマスター、Paramaguru は最高のマスター、つまり神のこと）のことを特に思いなさい。このマントラを41日間唱えた後、あなたの魂は地の要素で浄化されます。

注意：同世帯において複数の人々が、地の1番のマントラおよび/もしくは地の2番のマントラを同じ期間チャージしている場合、それぞれの人はマントラを唱える間、花か葉かを手に握っておかなければなりません。使った花や葉は、毎回マントラを唱え終えた後に1日別にしておいてから、やぶに捨てなければなりません。

チャージしている際に現れる兆候

- 土につけている親指が熱くなる。
- 親指が土にくっついたように感じたり、親指を土から引き離すことができないように感じる。
- ビリビリ、チクチクするような感じがするかもしれません。

恩恵

- ストレス、落ち込み、あらゆる種類の精神的な病気や心理的な問題を取り除くために用いられます。
- ネガティブなエネルギーに対して用いられます。このマントラには、ネガティブな霊によって乱された人を癒す最高の磁力があります。このマントラによってネガティビティが取り除かれます。

ヒーリングに向けて自分自身と相手を備える

ヒーリングを始める前にいつも、自分の両手を純粋なローズウォーターで洗いなさい。ローズウォーターがない場合は、いくつかの新鮮なバラかほかの花かを水を張ったボウルに入れ、それで手を洗い、自分自身を浄化しなさい。それから、ヒーリングをする相手にローズウォーターを渡して、手と顔と首（全体）を洗ってもらいなさい。ローズウォー

ターにアレルギーがある場合は、代わりに普通の水を用いても構いません。そうすることによって、自動的に相手は浄化され、ヒーリングを受ける準備が整います。また、こうすることによって、エネルギーを受け取るために自分の体をヒーラーに差し出していることになります。この過程を経ることは、どの要素を用いてヒーリングするときにも非常に役立ちます。

地の1番のマントラを用いてヒーリングする方法

2つの方法があります：

- 1) 相手の眉間かそのすぐ上（サードアイ/第三の目）に親指を**下向き**に当てて、マントラを108回唱えなさい。ヒーリングが終わったら、屋外に出て、自分の親指を土につけて、再びマントラを108回唱えてディチャージしなければなりません。
- 2) この方法は、特にネガティブな霊に乱された人々のためのものです：相手の前に座り、1回マントラを唱えるたびに息を相手の顔に吹きかけるのを108回繰り返した後、相手の頭から髪の毛を2本取り、瓶に入れて蓋を閉めなさい。それを、できる限り早く湖・川・海などの自然の水に投げ込みなさい。その瓶を水に投げ込めば、ネガティブなエネルギーは消滅します。

いずれかの方法によるヒーリングの後、癒された相手の魂は高められます。

ヒーリング後にディチャージする

ヒーリングを終えた後、ディチャージするために自分の親指を15～20分間土につけるか、108回マントラを唱えなさい。ヒーリングを行うことによって受けるあらゆるネガティブティを手放すために、**毎回ヒーリングをした直後に必ずディチャージすることが重要**です。一度に2回以上ヒーリングする場合は、すべてのヒーリングが終わってからディチャージしても構いませんが、最後のヒーリングが終了したら**すぐ同日中にディチャージすることが必要不可欠**です。

大体の目安としては、あなたが30分間ヒーリングしたなら、30分間ディチャージしなさい。しかし、**どんな場合でも、最低108回唱えるか、15～20分間はディチャージしなさい。**

注意：複数のヒーラーが同じ家で同時にヒーリングする場合、それぞれのヒーラーは自分の手首に糸を巻き、3つ結び目を作って結ばなければなりません。ヒーリングを終えたら、その糸を手首から取り外して、やぶか火の中に投げ入れなさい。こうすることによって、地のエネルギーから生じるあらゆる磁気的な衝突から守られます。

地の2番のマントラ

Om Sra Nam Bhuum Bhuteshvari

Mama Kuru Svaha

地の2番のマントラをチャージする

41日間、毎日同じ時間に、1日につき108回唱えなさい。（地の1番のマントラと同じように）マントラを唱えている間、自分の親指を、地面の土か、鉢に入れた土か、屋内の床かに押し付けなさい。また、複数の人々が同じ家で同じプロセスをしているなら、地の1番のマントラの章で説明されたのと同じ手順に従わなければなりません。つまり、それぞれの人はマントラを唱える間、花か葉かを手に握っておかなければなりません。また、使った花や葉は、毎回マントラを唱え終えた後に1日別にしておいてから、やぶに捨てなければなりません。

チャージしている際に現れる兆候

- ・体が非常に軽くなったり、体重がなくなったようになり（無重力状態）、温かくなったりします。

恩恵

- ・地の1番のマントラと同じ恩恵。
- ・ストレス、落ち込み、あらゆる種類の精神的な病気や心理的な問題が取り除かれます。
- ・このマントラには、ネガティブな霊によって乱された人を癒す最高の磁力があります。
- ・ネガティビティを取り除きます。

地の2番のマントラを用いてヒーリングする方法

地の1番のマントラを使ってヒーリングしても相手の気分が良くならない場合は、地の2番のマントラを使いなさい。これは、ヒーリングに用いる2番目の「矢」です。このマントラを使うときは、自分の親指を上向き（地の1番のマントラを使うときとは反対の方向）に相手のサードアイに当てて、地の2番のマントラを108回唱えなさい。

ヒーリング後にディチャージする

ヒーリング後にはいつも、親指を土に付けてマントラを108回（あるいは約20分間）唱えてディチャージしなさい。大体の目安としては、あなたが30分間ヒーリングしたなら、30分間ディチャージするのが最良です。

注意：複数のヒーラーが同じ家で同時にヒーリングする場合、それぞれのヒーラーは自分の手首に糸を巻き、3つ結び目を作って結ばなければなりません。ヒーリングを終えたら、その糸を手首から取り外して、やぶか火の中に投げ入れなさい。こうすることによって、地のエネルギーから生じるあらゆる磁気的な衝突から守られます。

地の3番のマントラ

Om Aim Kleem Sreem

Om Maha Lakshmi Ayna Namaha

地の3番のマントラをチャージする

21日間、1日につき108回を夕暮れに唱えなさい。このマントラはどこでチャージしても構いません。21日目に、このマントラを唱えながらラクシュミ・ヤントラを描きなさい。（描き方は下記を参照）

注意：このマントラは、富と繁栄の神であるラクシュミにつながっています。ラクシュミは「光」であり、夕暮れにこのマントラを唱えると、自分の家にその光を招き入れていることになります。

恩恵

このマントラは、お金を保っておくことができないために金銭問題で苦しんでいたり精神的に苦しんでいる人々に役立ちます。

ラクシュミ・ヤントラの描き方

この過程は、集中した瞑想として行わなければなりません。電話に出たり家族と話すなどの中断なく、一人きりの状態で、一気に完成させなければなりません。

1枚の大きな白い紙に、9つの同心円をそれぞれ異なる色（黒色以外なら何色でも可）で描きなさい。それぞれの円の外側に、円の周りのスペースがすべて埋まるように、地の3番のマントラを時計回りにできる限り何度も繰り返し書きなさい。マントラは、9つの円それぞれの12時の位置から書き始めます。マントラ中の個々の言葉ごとにそれぞれ色を決めて、その言葉を書いた時にその色で書きなさい。繰り返して書き始めたマントラを最後まで書かないうちに円周が終わってしまっても心配しなくても良いですが、それぞれの同心円の周りには少なくとも1回は始めから終わりまでマントラを書かなければなりません。



絶対に必要というわけではありませんが、すべての円周に同じ大きさの文字でマントラを書くようにしてください。こうすればマントラ中の個々の言葉が円の周囲に一直線に並びやすくなります。また、言葉や円に用いる色に関して特に決まりがあるわけではありませんが、内側の赤色から外側の紫色に向かって色を段階的に移行させて円が虹のようになるようにしても良いかもしれません。

いちばん内側の円の周りにマントラを書き終えたら、オレンジ色か赤色かで円の中心に‘Om’のしるしを描きなさい。

注意：円を描いてマントラを書いている間——ラクシュミ・ヤントラを描き始めてから完成させるまでの間——地の3番のマントラを連続して唱え続けなさい。こうすることによって、この過程全体がラクシュミのエネルギーでチャージされることになります。

可能であれば、ラクシュミ・ヤントラを2枚以上描きなさい。1枚は、自分の家の玄関の上に掛けて、もう1枚は、目覚めたらすぐに見えるように自分のベッドの上に掛けなさい。もしくは、一方か両方かを家族や友人にあげても構いません。

火のマントラ

Om Hreem Hessraim Hreem

Om Dheem Dheem

Kleem Kleem

Sauom Sauom

Maha Agni Swarupa-nyana Namaha

火のマントラをチャージする

41日間、1日につき108回唱えなさい。このマントラは、夜、扇風機を付けたり窓を開けたりせずに、閉めきった部屋で行いなさい。ろうそくに火を灯し、マントラを唱えながら両目に涙が2、3滴出てくるまで瞬きをせずにその炎を見つめなさい。その後、108回唱え終わるまで、瞬きをできるだけ少なくしなさい。両目から涙が出る時、水分が網膜に生じ、視界がぼやけ、炎が‘3つ’に見えます。

チャージしている際に現れる兆候

- 眠っているときや車を運転しているときに、ろうそくの炎があなたのサードアイの前に現れるでしょう。
- 自分の内側で耳鳴りのような音が“聞こえる”でしょう。

恩恵

- ネガティブなエネルギーを焼きます。誰かを傷つけたいというネガティブな願望を持っている人がいれば、このマントラによってその願望は破壊されることになります。
- ネガティブなカルマを焼くことに効力を発揮するほか、ネガティブな魂や黒魔術師に対して強力に効きます。
- 火を通して、パワフルでポジティブなエネルギーを送ったり受け取ったりすることができます。

火のマントラを用いてヒーリングする方法

このマントラでヒーリングするとき、相手の近くで、ろうそくに火を灯し、お香を焚きなさい。あなたの火の指（人差し指）をお香から出る煙の中に入れてから、相手のサードアイに当てなさい。自分の両目に2、3滴涙が出てくるまで、相手の両目を見つめなさい。ヒーリングを続けなさい——その間ずっとマントラを静かに唱えて、火の指を相手のサードアイに当てておきなさい——相手が眠くなったり疲れたりするまで。相手がそうなるということはヒーリングが効いているというしるしです。これを最長で10～15分間行いなさい。

ヒーリング後にディチャージする

ディチャージするために、火の指を土（地）に押し付けて、火のマントラを108回唱えなさい。ヒーリングに先立ってチャージする必要はありませんが、ヒーリング後すぐにディチャージすることが必ず必要です。

ネガティブな魂と黒魔術を 癒すためのヒーリングテクニック

ろうそくで円を作りなさい。各ろうそくの前にバラをひとつずつ置きなさい。ヒーリングしている間にどの炎も決して燃え尽きないようにしなさい。ヒーラーおよび/もしくはヒーリングを受ける相手は、燃えているろうそくに囲まれて円の中央に座り、火のマントラを唱え、すべてのネガティビティを洗い流さなければなりません。このプロセスが終わったら、用いたバラをやぶに捨てなさい。

空のマントラ

Om Lingastakam Needum Punyam

Yaha Patay Shiva Sanni-dhow

Shiva Loka Mavap Noti

Shivayna Saha Mogatay

空のマントラをチャージする

最低41日間、1日のうちのいつでも良いので、1日につき最低108回マントラを唱えなさい。これは、自然の中でひとり静かに座って行うのが最も良いです。このマントラは無制限に行うことができます。エンジェルの魂が自分の前に来るまでどれほど長くかかるかと、何ヵ月間でも何年間でも行って構いません。

チャージしている際に現れる兆候

このマントラは直接シバに命令するものです。これはシバの祈りです。これによって癒すための、そして、エンジェルたちとやり取りするためのパワフルなエネルギーが授けられます。自然の中で静かに座り、このマントラで瞑想すると、エネルギーがあなたの前にやって来るでしょう。自分の魂にエネルギーの輪を吸収することができます。すると、エネルギーの輪が自分の体に入って来るのを感じることができます。エネルギーを得ると、あなたの体が揺れ始めます。それは、あなたがエネルギーの輪をひとつ得たという兆候です。エネルギーの輪をひとつ魂に得ると、空の要素で魂が浄化されます。その後、あなたの魂は、空にいる数多くの魂、あらゆる神聖なエンジェルたちを引き寄せることができるようになります。それには6ヵ月から最長で2年かかります。

恩恵

このマントラは、エンジェルたちとやり取りしたり、遠く離れた場所にメッセージを送ったり物質を移動させるために用いられます。エンジェルたちは、あなたが何かを物質化したり物を移動させるのを助けてくれます。このマントラを自然の中で完璧に唱えると、エネルギーがあなたの魂にやって来ます。そうすると、テレパシーによる思考を通じて、数多くのことを聞くことができるようになります。それは電話から聞こえる声のように現れます。

注意：このマントラは、ほかの人々を癒すために使わないのが最良です。これは、自分自身の楽しみのためだけに用いることが最良なのです。空の力には限りがありません、ほかの人々を癒すためにそれをそのまま用いると、あなたの空のエネルギーすべてが使い果たされてしまい、再び最初からエネルギーをチャージし直さなければならなくなってしまう可能性があるのです。

水のマントラ

Om Kluum Dhluum Jum
 Kanaka Durgamba
 Om Kluum Dhluum Jum Hum
 Kanaka Durgamba
 Durga Devi Prasaanam

水のマントラをチャージする

41日間、1日のうちのいつでも良いので、1日につき108回を、シャワーか湯船か湖かスイミングプールかで唱えなさい。境界がないので、海で行ってはなりません。あなたの体の90%が水の中になければなりません。もし屋外で唱えていて、雨が降り始めたら、必ず、ただちに唱えるのを中止して、その水から逃れなさい。雨がやんだら再び始めなさい。

チャージしている際に現れる兆候

- ・とても眠くなったり、うとうとするでしょう。

恩恵

- ・精神的な問題、落ち込み、あらゆる種類の心理的な問題を除去するために用いられます。
- ・また、肉体的な問題、肉体の痛み、ひどい頭痛、骨の痛みのために用いられます。

水のマントラを用いてヒーリングする方法

エネルギーが、水を通してひとつの肉体から別の肉体へと伝わらなければなりません。したがってヒーリングは、ヒーラー、ヒーリングを受ける人、その人を支える助手2人の計4人が入ることができる屋外のスイミングプールか、水面が静かな大きな水の中かで行われなければなりません。ヒーリングが行われている間、ヒーリングされている人は決してヒーラーに触れてはなりません。ヒーラーとヒーリングされている人は、少なくとも体の90%を水に浸した状態で、水中に心地良く座ることができなければなりません。ヒーラーは、自分が座っている場所から、相手の顔を見つめながら108回マントラを唱えなさい。

相手は、電氣的な衝撃を感じるでしょう。感情的になったり、手がつけられなくなることもあるかもしれません。だからこそヒーリングの間、その人を押さえる助手が2人必要なのです。忘れないでください：あなたがヒーリングする相手に触れたり、相手があなたに触れたりしてはなりません、あなたはマントラを唱え続けながら相手の顔を見つめ続けなさい。マントラを15～20分間唱え続けなさい。相手は落ち着いて眠くなってくるでしょう。そうすれば助手たちは相手を水の中から引き上げて構いません。ヒーリング終了後、プールや自然の水の反対側に行き、15～20分間マントラを唱えてディチャージしなさい。あなたが室内のプールや水の中でヒーリングをする場合、ディチャージする前に、その水を完全に抜いて、水を入れ替えなければなりません。屋外のプールでヒーリングを行った場合は、水を抜く必要はありません——太陽によってその水が自然に浄化されるのです。

水の要素を用いる

スワミはこう述べています。「雨の中でマントラを唱えると、あなたは水の要素に対する支配力の多くを失うことになります。激しい雨の中でマントラを唱えると、あなたがその時につくり出しているエネルギーの輪、あなたがその時に送っているエネルギーは、あまり強くないか効果的ではなく、そうすることによって、その要素に対する支配力を将来あなたが失うことになります」

「マントラをチャージしているときや、ディチャージするためにマントラを唱えているときは、雨が降り始めたら必ずやめなければなりません。誰かをヒーリングしていて雨が降り始めたら、すぐにやめなさい。マントラを唱えているときに雨が降って来ると、雨によってあなたは自分の水に対する境界を失うのです。雨は空に通じています。そこには境界の限界がありません。浴槽の中にいるなら、あなたには境界があります。屋外の水の中にいて雨が降って来ると、あなたが境界を失う可能性があるのです」

「あなたが水中で瞑想しているときに雨が降り始めるということは、雨によってあなたのエネルギーが奪われているということです。境界がないために、そのエネルギーのバランスを取ることがまったくできないのです。あなたには、大量の雨をうまく扱うことができません。たとえば激しい風が吹き、大量の雨が降ってきたとしましょう。あなたは水の要素でヒーリングしています。まだ雨が降っていますが、ずっと唱え続けます。それでもまだ雨は降っています。唱え続けるということは、あなたが水の要素に逆らおうとしているということです。決してそんなことはしてはなりません」

「あなたは要素のエネルギーに従わなければなりません。自分の意識を要素に従わせなければなりません。全託しなければなりません。そして、要素の中にこっそりと入り、それを注意深く扱って出て来なければなりません。要素を支配し過ぎてはなりません。将来、もし雨が降っているなら、強い風が吹いているなら、水中に座ってはなりません！

エネルギーを無駄にする必要はありません。時間を無駄にする必要はありません。注意力を無駄にする必要はありません。五大要素で遊ぶ必要はありません。五大要素を敬いなさい」

「水の要素によって、あなたの体はとても高い癒しの波動で満たされます。すると、あなたは穏やかになったり落ち着いたりすることもあれば、すべての要素の最高のエネルギーを受け取ることもあります。あなたが水のマントラをチャージした後、あなたの体に触れた人々は電流が流れたかのように感じます。チャージすることによって、あなたの魂につながるととても高いエネルギーが授けられるのです」

注意：水を用いてチャージしたりヒーリングするときは、水を一滴も飲んではならないし、雨が降っているならこのマントラを唱えてはなりません。雨が降り始めたら、やめなさい。雨や水から逃れて、雨が完全にやむまでプロセスを再開するのを待ちなさい。

空気の1番のマントラ

Om Sarvam Brahmha Mayam

Om Sarvam Brahmha Shaktim

Bhaja Hanumantha Manasa Smarami

Neeja Bhagavantha Sirasa Smarami

空気の1番のマントラをチャージする

41日間、1日につき108回唱えなさい。このマントラは1日のうち、日の出から日の入りまでの日中に行わなければなりません。

空気の2番のマントラ

Om Brahmham Vishnuum Maheshvaram

Om Dheem Kleem Sauom

Maha Shakti Ayna Namaha

空気の2番のマントラをチャージする

9日間、1日につき9回唱えなさい。このマントラは、夕暮れ時（太陽も月も星も出ていない）に行わなければなりません。どこで行っても構いません。

空気の3番のマントラ

Om Ram Ram Ram

Ra-maa-mee Ram-am

空気の3番のマントラをチャージする

41日間、1日につき108回唱えなさい。これは、満月の夜から始めなければなりません。このマントラを始めるとき、屋外に出て、満月を眺めてから唱え始めなさい。望むなら、満月を眺めてマントラを唱え始めた後で、室内に移動してマントラを108回唱えるのを完了させても構いません。また、41日間毎日、ちょうど真夜中12時からマントラを行いなさい。そして、42日目に「結び」のマントラを唱えなさい。

3つの空気のマントラすべての恩恵

- 自分のエネルギーと祝福をあらゆる場所に送るために用いることができます。
- 自分の夢を通じて働きかけることができます。
- あらゆる魂をどこからでも自分の元に呼ぶことができます。

結びのマントラ

(Om) Guru Guru Paramaguru

結びのマントラをチャージする

42日目に結びのマントラである「Guru Guru Paramaguru」を唱え、新月まで毎晩真夜中に唱え続けなさい。つまり42日目、43日目、44日目の真夜中に（通常は45日目に来る新月の日まで）結びのマントラである「Guru Guru Paramaguru」だけを唱えなさい。「Guru Guru Paramaguru」を始める前に空気のマントラ3つがすべて完了するように空気のマントラ3つを始める時期を調整しなさい。そうすると、空気の3番のマント

ラの終了に続いてこれを始めることができるようになります。これを始める前に、ほかの要素のマントラもすべて終わっていないければなりません。

注意：月ごとに日数が不規則なため、新月が45日目より後に来たり前に来たりすることがあります。空気の3番のマントラを41日間唱え終わった後、「Guru Guru Paramaguru」だけを新月まで唱え続けなさい（最短で3日間）。

あなたがすべてのマントラを終えて、完全にチャージされると、どの要素を用いてヒーリングするにも、「Guru Guru Paramaguru」を唱えるだけでよくなります。

Om Guru Guru Paramaguru

