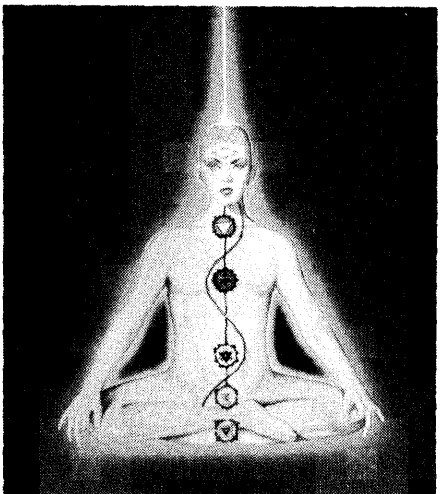




MU SUPER
MYSTERY BOOKS



ミゲル・ネリ／佐伯マオ 共著

偉大なる神秘パワーの活用で
超人が出現する

性エネルギー活用秘法

我が伴侶・美知子、我が傍輩・佐伯マオ、ミゲル・ネリは、
この作品を我らが恩師、導師グエルサマエル・アウン・ベオールに捧ぐ

もくじ

プロローグ—性エネルギーには恐るべきパワーが秘められている—	11
性のパワーは人に7つの能力を与える……	12
性のパワーの秘密は奥義中の奥義だった……	13
第1章—性エネルギーは人を超人にする—	17
性犯罪は性エネルギーの暴走……	18
人間の性は生殖以外の目的を持つ……	19
精力の強い人は大きな仕事をする……	20
ヒステリーは性エネルギーの渋滞による……	22
性エネルギーを転換する方法……	23
古代人は性の秘密を知っていた……	25
マヤ、アステカ遺跡に残る性信仰……	28

- 聖なるリングを崇拝するインドの性信仰……29
- 錬金術の目的は黄金の霊体の形成……30
- アトランチスのマスター、ヘルメス・トリスメギトス……32
- 性の秘密を著したサマエル・アウン・ベオール……34
- 第5の時代の終わりが近づいている……35

第2章—性エネルギー昇華とは何か—

- 性エネルギー昇華で直観力（予知能力）を開発……38
- 疲労感が消え、ヒラメキがふえた……40
- 神の御姿が見え、前世の記録が蘇ってきた……41
- 超能力とは「身近な問題を解決して、得意な能力を開発する」ことから始まる……43
- なぜ、脳細胞が活性化されるか……43
- なぜ、強靱な体力と病気知らずの肉体になるか……44
- なぜ、超能力が開発されるか……47
- 性エネルギー昇華によって異次元世界に参入する……48

- なぜ、異次元世界へ自由自在に出入りできる黄金の霊体を持てるか……52
- なぜ、欠点を取り除き、性格を変えられるか……53
- なぜ、創造力が開発されるか……54
- なぜ、真の愛が開発されるか……55
- さらに効果的にするための2つのエクササイズと防御法……56

第3章—1人で行う性エネルギー昇華秘法—

- マントラと呼吸と想像力がポイント……60
- マントラを唱え、高次元の力と共振する……60
- 呼吸は生命のリズムを維持する栄養だ……61
- 想像力でマインドを一点に集中する……62
- エクササイズ1「超視覚（アジナーチャクラ）の開発」……65
- エクササイズ2「超視覚（ヴィシュダーチャクラ）の開発」……68
- エクササイズ3「直観力（アナハタチャクラ）の開発」……69
- エクササイズ4「テレパシー能力（マニピュラチャクラ）の開発」……70

- エクササイズ5 「超記憶の開発」……………71
- エクササイズ6 「全身を光で満たす」……………72
- エクササイズ7 「エネルギーを創造力に向ける」……………75
- エクササイズ8 「アストラル体を黄金のシャワーで満たす」……………77
- エクササイズ9 「脳の血液循環とチャネル洗浄」……………79
- エクササイズ10 「エジプト式性エネルギー昇華法」……………80
- 聖なる母への祈り……………85
- 全体的な注意点……………88
- 成功のための重要ポイント——心理……………89
- 内的ワークの方法……………91

第4章—カップルのための性エネルギー昇華秘法……………93

- カップルの昇華法には高度なエクスタシーが伴う……………94
- カップルの条件……………95
- ブラクティスの方法……………98

カップルのための昇華法——シミュレーション……………112

第5章—神聖文字ルーンを用いたエクササイズ……………117

- ルーン文字とは何か……………118
- ルーンの魔力が高度な能力を開発する……………120
- ルーンのポーズで太陽エネルギーを吸収する……………122
- 意志力を強化し、エネルギーを増幅させる……………123
- 全体的な注意事項……………125
- 精神と肉体を改造するルーン・年間プログラム……………128
- 潜在エネルギーを活用するルーン・5つのプログラム（応用編）……………153

第6章—チベットの秘法若返りエクササイズ……………163

- 聖地ヒマラヤにある秘密の寺院……………164
- ポルテックスを活性化して莫大なプラナーナを吸収する……………165
- “想い”の集中によって内臓を若返らせる……………168

- エクササイズ1「十字架のポーズでエネルギーを交差させる」……………170
- エクササイズ2「開け、セサミ」で脳神経と交信する」……………173
- エクササイズ3「呼吸法と祈りでハートに愛と力を満たす」……………176
- エクササイズ4「テーブルのポーズで悪を外に追い出す」……………180
- エクササイズ5「ピラミッドのポーズで脳を活性化させる」……………184
- エクササイズ6「第3ロゴスの援助で太陽と月を交換する」……………189
- エクササイズ7「性エネルギー昇華」……………190
- 心からの祈りによって神々の援助がある……………192
- 行動すれば願いは実現する……………195

第7章 一目に見えない次元の敵をはばむ

- 超人に近づくほど「攻撃」が多くなる……………198
- 攻撃のパターン……………200
- 1夜間の攻撃から身を守る……………205
- 2儀式と呪文で攻撃を封じる……………213

- 3パワーあふれる魔よけの護符をつくる……………227
- 最終的勝利は善にある……………233

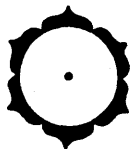
番外編一 アストラル・トリップで高次元の存在の指導を受ける

- 超能力をコントロールするためにアストラル・トリップする……………236
- 高次元の存在の指導で霊的進化を最短距離で進める……………237
- 高次の存在に会うためのポイント……………239
- 幽体離脱の方法……………240
- 怠惰と恐怖を克服することが成功の秘訣……………251
- あとがき……………253

●写真提供 ●ミゲル・ネリ／平河出版社
●イラストレーション ●山田維史
●図版 ●河江文比呂
●編集制作 ●渡辺威弘

プロローグ

性エネルギーには恐るべき
パワーが秘められている



性のパワーは人に7つの能力を与える

「人間のすべての行動の根底には性がある」

と、有名な精神分析者フロイトがいったように、人間の性エネルギーには、底知れないパワーが秘められている。意識するしないにかかわらず、私たちは性に支配されて生きているのだ。

それを証明する悪い例が、性犯罪の多発だろう。一瞬の衝動が、普通の人間を墮落へと追い込むのである。そのパワーは、善・悪の判断を狂わせるほどの激烈さだ。また、たとえ衝動的行為にまで至らなくても、人はみな、みだらな性的イメージを抱くものだ。が、この性エネルギーの衝動力が悪く作用するのは、その操作を知らないためなのである。日常の生活で無駄に使っているがゆえに、ちょっとしたことでコントロール不能になるのだ。

そこで、このパワーをうまく導くことが必要になってくる。それは、性エネルギーをいたずらに消耗せず、うまく活用・昇華させることだ。それによって私たちは、単に性衝動の悪い面から解放される、というだけでなく、驚くべき素晴らしいパワーを身につけることができる。まず、それによって得られるおもしろな効果を並べてみよう。私たちに次のようなメリットをもたらすのである。

- ① 脳細胞の活性化。
 - ② 強靱な体力と病氣知らずの肉体。
 - ③ 超能力の開発。
 - ④ 異次元自由自在の乗り物・黄金の霊体の形成。
 - ⑤ 欠点を取り除き、性格を変える。
 - ⑥ 創造力の開発。
 - ⑦ 真の愛の開発。
- 性エネルギー昇華を実行することによって、以上の7つの効果を手にすることができるのだ。もちろん、これを実現すれば超人になれる。しかも、だれでも、そう、あなたでも決して不可能なことではない。
- そういうとあなたは、まさか、と思うかもしれない。しかし、これは本当のことなのだ。前に述べたように、性エネルギーは人間の根底にかかわるものであって、そのパワーをどう扱うかで人生はまったく変わってくるのである。

性のパワーの秘密は奥義中の奥義だった

しかし残念なことに、ほとんどの人はこのことを知らず、性エネルギーを無駄に使ってしま

っている。性エネルギーは、イコール生命エネルギーであるから、自分の生命力を知らないうちに削ってしまったことになる。これはまったくもったいないことである。

けれども知らないのも無理のないことで、性エネルギーのパワーを用いる方法については、人類の歴史上、秘中の秘、奥義中の奥義として、ごく限られた人にしか明かされなかった。偉大なる使命を持ってこの世に生まれた人だけに、そっと伝えられてきたものなのである。

なぜなら、性の真のパワーは、その強さゆえにコントロールするのがむずかしく、ひじょうに強い意志と意識の目覚めがなければ、その人を破壊の道に追い込んでしまうからだ。

プラスの方向に生かせば人間を超人にするが、マイナスの方向に向けると悪魔にする。性エネルギーを昇華して、そのパワーをどちらへ方向づけるかによって、まったく違った人生になるのである。そのうえ、性エネルギー昇華を行っている人は、他人の人生にも大きな影響を及ぼす可能性があるため、マイナスの方向にいきそうな人間に知られることがないよう、秘中の秘とされてきたのである。

万が一、その秘密を漏らすものがいたら、その人間は、即刻、死をもって報いられた。それほどこの秘密は、固く守られてきたのである。

しかし、今、ここでその秘密を明らかにする。その理由はここでは述べないが、本書を読みますすめていただければ、おのずとわかっていただけるだろう。

とにかく、私たちはみな、超人となる素質を持っている。すなわち、人間としての肉体を持つて生まれた者たちは、このパワーを生かすことで大きな飛躍ができるということだ。

昔から聖人や神としてあがめられている人々、たとえば仏陀やイエス・キリストもそのパワーを使ってあの崇高なレベルまで上昇していった。もともと、彼ら大天才は、自らの力で道を切り開き、性の秘密に到達したのではあったが……。

われわれ凡人が、はたして彼らと同じような道を歩むことができるのか、という疑問は、だからこそ氷解する。彼ら先達（せんた）が切り開いた道が、すでに指し示されているからだ。どんな道でも切り開かれていれば、そこはだれでも通ることができる。性エネルギー昇華のテクニクが公開されれば、それを使ってだれでも同じ道を歩むことができるのである。

もちろん、それは容易な道ではない。私たちが神々の道をめざすのであるから、それは当たり前だ。しかし、その過程において超能力が得られ、頭がよくなり、強靱な肉体になる、というごほうびがある。それだけでも、どんなに人生が楽しくなることだろう。

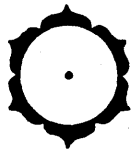
そして、私たちに要求されているのは、あるレベルの合格点を取ることなのである。一足とびに聖人になれ、といっているのではない。

性エネルギー昇華の方法は簡単である。だれにでもできる。また、それを効果的にするため他のエクササイズもある。それらをすべてこの本において公開する（本書に収めたエクササイズのい

くつかは、雑誌「ムー」で断片的に紹介されているが、このようにまとまった形で、しかも性エネルギー昇華に焦点を当てて紹介するのは初めてである。性エネルギー昇華法の他は、あなたにとって必要なものを選んで実行してほしい。

くりかえすが、昔の求道者^{くどうしゃ}が死を賭^かけて求めた秘教的なエクササイズを、すべて公開するのである。その価値をかみしめて、読みすすめていただきたいと思う。

—第1章—
性エネルギーは人を超人にする



性犯罪は性エネルギーの暴走

性エネルギーに秘められたパワーはものすごいものである。それゆえに人間は性について悩むことになるし、問題を起こすことになる。性犯罪も性の衝動をどうしていいかわからず、暴走してしまった結果である。

つい先日新聞にも、暴行を受けて殺された中学3年の少女の事件が報道されていた。犯人は近所の非行グループ6人であったという。全員未成年である。

いったいどうして、彼らはこのような残酷な犯罪を犯したのだろうか。それが悪いことであることくらいは知っていただろうに、なぜやってしまったのだろうか。彼らは性の衝動にあやつられたのである。暴走し始めると止まらなくなったのだ。おそらくその間、自分ではない何かにつき動かされるような感覚を持っていたのではないかと思う。それも性エネルギーのひとつの方向である。

性エネルギーは、車にたとえればエンジンにあたる。ボディがいかに整ってしっかりしていても、エンジンの馬力が弱ければ、車は走れない。そしてまた、エンジンの性能がいくらよくても、運転する人間の技術が未熟であれば、車は暴走してしまう。

無茶な運転をして、自分がケガをしたり死んだりするのはしかたがないが、他の人をひき殺

すこともある。また事故にまでは至らなくても、乱暴な運転やマナーの悪さが、社会を住みにくいものになっているのは見てのとおりである。

しかしうまく運転すれば、これほど便利なものはない。車の発達によって、私たちの生活はずいぶん向上した。

性エネルギーもこれと同じである。運転する人の腕によって、よくも悪くもなる。運転手が性について無知であれば、子供に機関銃を持たせたようなもので、性犯罪にまでいつてしまうが、熟知していれば、人生を希望で満ちし、精神的進化の道を歩ませるのである。

人間の性は生殖以外の目的を持つ

人間の性は、このように運転技術が必要なものだが、それに比して動物の性はシンプルなのである。

たとえばニホンザルはどんな性生活を送っているかというところ、彼らは秋から冬にかけてしか性行為をしない。その他の季節には交尾しないのである。性ホルモンの分泌も、そのときにピークになる。いわゆる発情期である。

彼らの性の目的は、生殖、子孫維持にあるので、子供をつくるためにだけ性行為をする。それも、いちばん子育てのしやすい春から初夏に産まれるようにということで、発情期が定まっ

ている。すばらしい自然の配慮であるが、他の動物も、発情期の時期などに違いがあるものの、ニホンザルと同じような性生活を送っている。

定まった発情期のない唯一の動物——それが人間である。いつでも性行為をするし、いつでも妊娠可能である。そして性行為そのものが、子供をつくるためだけではなく、むしろ感情的な要素が強くなっている。さらに大きな違いは、できた子供を墮胎（だたい）というかたちで殺してしまうことである。これは他の動物には見られないことだ。

このように、人間の性は、他の動物のものとは根本的に異なっている。だから従来のように、生殖だけが性の目的であると考えるのは、たいへん無理があるのだ。人間の性には、もっと別の役割があると考えたほうが自然なのである。

精力の強い人は大きな仕事をする

このこととあわせて考えたいのが、精力の強い人は大きな仕事を成し遂げている、ということだ。

フランスの生理学者で、ルルドの泉の奇跡を調査したことで知られるアレキシス・カレルは、ベストセラーになった著書『人間——この未知なるもの』の中で、性腺（せいせん）について述べている。

それによると、性腺は人間の生理的な作用や知的活動、そして精神的活動のすべてを増強す

る強い腺だという。

無気力な、生きていくか死んでいくかわからないような人生を送っている人と、闘志に燃え、意欲満々で人生に立ち向かっている人の違いは、性エネルギーにあるというわけだ。

そういう目で歴史をひもといてみると、確かに歴史に名を残すような人物には色恋沙汰（いろこさた）が多い。「英雄、色を好む」の言葉どおり、アレキサンダー大王でもナポレオンでも、その周辺から女性の姿が消えたことがないし、また画家や作家には何度も恋愛を繰り返し、そのたびに相手の恋人が若くなっていくケースもある。

ドイツの文豪・ゲーテなどはその典型的な例で、若いときからさまざまな女性と恋愛している。それは年をとっても衰えず、65歳のときには30歳の人妻マリアンネと恋愛関係になり、相手を夢中にさせているし、さらに72歳のときには、17歳の美少女ウルリーケに恋をしている。このときには結婚まで決意し、婚約している。結局これは実現しなかったのだが、72歳の老人が17歳の少女にとって恋人としての魅力をそなえていたというのは、驚異的なことである。

ゲーテはすぐれた文学作品を書くだけでなく、科学者としても活躍していたのだが、そうした旺盛な創作意欲を支えていたのは、恋愛を糧とした性エネルギーだったのではないか。それをうまくコントロールすることで、パワーを充電したことは十分ありうることである。

カレルは「過度の恋愛が知能の働きを妨害することはよくわかっている」と述べ、「知能を極

度に発揮するためには、十分発達した性腺を持つと同時に、性欲を一時的におさえることも必要である」と結論している。

ゲーテなどの場合には恋愛によって性エネルギーを刺激させつつ、それを消耗しないで創作へと向けた。つまり欲望を満足させるのではなく、創造的に、方向転換させたわけである。

反対に少女を暴行して殺した少年たちは、性欲にコントロールされてしまった。酒飲みが酒に吞まれてアル中になるのと同じである。いくら強い精力を持っていたとしても、これでは何にもならない。性エネルギー昇華を行うと、この精力がさらに何倍にも強くなるのであるから、その扱いにどれほど注意しなければならないか、おわかりいただけるだろう。

ヒステリーは性エネルギーの渋滞による

女性によくあるケースで、ヒステリーも、性エネルギーのなせる業である。これは性エネルギーが渋滞したときに起こるものだ。

男性は性エネルギーを射精というかたちでたくさん消耗するので、体に蓄積する割合が少ないが、女性はどうではない。性行為によってオーガズムに達する女性は30パーセントにすぎない。その他の女性は性交渉をもったとしても、性エネルギーを放出していない。

それは体の中に蓄積されたままなのだが、そのままにしておくヒステリーの原因となる。

体内にたまる一方のエネルギーが、なんとか外に出ようとして、そういう症状を起こすわけである。

結婚していない女性の多くが、ヒステリックになったり神経衰弱に陥ったりするのも、内部に飽和状態になりかかったエネルギーをためていることによる。

性エネルギー昇華のエクササイズを実践して、それらを上昇させれば、すばらしいエネルギーとなるし、軽いスポーツをすとか、旅行をする、何か趣味を持つなどして発散すればよいのだが、それもしないし、性的な交わりも持たないままだと、エネルギーは蓄積される一方である。たいへん強いエネルギーであるから、つねに外に出るための出口を捜して、その人を落ち着かない状態にしてしまう。

どんなにささいなことでも、気に入らないことがあると、待つてましたとばかりにエネルギーを噴出させて、簡単にヒステリックな状態になるし、日常の動作でもエネルギーを発散させようとするので、たとえばただ指さすだけでも、力をこめて行う。そういう人と握手をすると、手のひらが固くなっている。これはエネルギーが張りつめているためだ。

性エネルギーを転換する方法

さて、あなたは、どんなふうに性に対しているだろうか。

暴走寸前だろうか、何とか創造へと向けようとしているだろうか、それとも渋滞した状態だろうか。あるいはマスターベーションをすることで、何とかバランスを保っているのだろうか。これは案外多いケースではないかと思うのだが、マスターベーションは性エネルギーの消耗であるから、おすすめでできない。せっかくの資本をドブに捨てているようなもので、たいへんもったいないことである。

といっても、もうやってしまったことはしかたがないので、今後はできるだけやらないようにして、エクササイズによって上昇させることを試みるとよい。ただ転換させるだけなら、次のような方法でもできる。

- ① 山や草原など緑の多いところにハイキングに行くこと。
- ② 適度なスポーツを行うこと。
- ③ 絵画や彫刻などの鑑賞、および自分で創作すること。その他、創造的な活動。
- ④ よいバイブレーションのクラシック音楽を聴くこと（性エネルギー昇華のためにはロックやジャズ、ポップスは望ましくない）。
- ⑤ すばらしい景色を目の前にして、深呼吸すること。
- ⑥ 隣人や病人など困っている人を助ける人道的行為に励むこと。
- ⑦ その他、私たちの純粋な内的感情、健康な考えに基づく正しい行動は、すべて性エネルギー

ー昇華を刺激する。

これらの方法は、性エネルギー昇華とは知らないで、だれでもが直観的に行ってきたことだ。しかしあくまでも消極的な方法である。これでは、人間を超人へと至らせることはできない。人間が超人へと変身するには、意識的なプラクティス（実践）による性エネルギー昇華が必要である。これが人間の性の秘密であり、動物の性と決定的に違うところなのだ。

古代人は性の秘密を知っていた

筆者は先ほど、この性の秘密は決して明かされることがなかったと述べた。もちろんそれは本当である。しかし厳密にいえば、これはすでに、はるか昔から人々に公開されていたともいうことができる。ただ、意識の目覚めがなくて、シンボルの意味が理解できないために、ほとんどの人が見すごしてきたのである。それを端的に示しているのが世界各地に残されている古代遺跡に刻まれた性信仰である。

たとえばエジプトのテーベの都の神殿には、エレクトしたファルス（男根）を持ったミン神が描かれたレリーフや壁画がある。ミン神というのは先王朝時代（紀元前3600年ごろ）の最古の神で、後にアメン神に同化し、アメン信仰は後にオシリス信仰に同化している。

そしてアビュドスにあるセティ1世の神殿には、エレクトしたファルスを持ったオシリスの

レリーフが残されている。オシリスというのは冥界^{めいかい}の王で、人間が死後に行く世界で、大きな力を持つ神である。

エジプトでは、ファルスは、「時のあいだをつなぐ環^わ」といわれており、敵の謀略^{ぼりやく}にはまって殺されたオシリスが、ファルスの力を借りて蘇^{よみがえ}るといふ神話がある。この壁画には死んで横たわったオシリスが、堂々とエレクトしたファルスの力によって蘇るさまが描かれている。蘇ったオシリスはそれまでのように地上にある一国の王という狭い生き方ではなく、冥界^{めいかい}（死後の世界）の王として君臨^{くんりん}するのである。

これを私たちにあてはめれば、性の力を借りて、今のちっぽけな自分から、宇宙の神々と共振^{きんごん}する超人へと脱皮^{だつひ}することだといえるだろう。

あるいはまた、大英博物館に収められているトトメス3世像は、その頭が男根の形をしていて、額^{でい}には上昇した蛇が描かれている。蛇は性エネルギーを表すシンボルで、上昇する蛇は性エネルギー昇華を意味しているから、トトメス3世は性エネルギー昇華を實踐して高次への道を歩んだ人だということである。よくファラオの額に、この上昇した蛇が描かれているのも、同様の意味だ。

そして性エネルギーを完全に昇華したなら、「黄金の霊体^{あかし}」（52ページ参照）を持つことができるので、ファラオたちはその証^{あかし}として純金のマスクをつけているのである。



↑エレクトしたファルスを持つオシリスのレリーフ。オシリスは冥界の王といわれ、ファルスの力を借りて蘇ったという神話がある。

マヤ、アステカ遺跡に残る性信仰

メソアメリカのマヤ、アステカ文明においても、人々は深い敬虔な信仰を性に対して捧げていた。

この地の主要神はケツアルコアトル(クツルカン)で、羽を持つ蛇であるが、これが性と深いかわりを持っているのだ。古今東西を問わず、蛇は性を表している。羽があるということは、上昇して空を飛ぶということである。すなわち、上昇する性エネルギーそのものを、神として礼拝していたわけである。

そればかりでなく、ここには男根崇拜の痕跡も残されている。ウシュマルには、神殿跡の正面の広場に、巨大な男根像がある。それはまるで大地からはえてきたかのように深々と地面に突きささり、天を向いている。またその周辺では、おびただしい数の男根像の遺跡も発見されている。

バレンケという地の、奥深いジャングルの中に残る寺院には、その壁にひととき大きな男根のレリーフが描かれているし、チチェン・イツァの中チチェン・ビエホと呼ばれる最も古い地域には、男根寺院が残されている。この寺院ではかつて、14歳から21歳までの選ばれた若者が集められて、性エネルギー昇華の秘儀を伝授されたということだ。

聖なるリングを崇拝するインドの性信仰

次にインドを見てみよう。

インド文明の歴史は性信仰の歴史であったといっても過言ではないほど、インドと性は密接につながっている。

古代インド人の文化と宗教の基盤となっているのが、シャクティ信仰とシヴァ信仰である。シャクティとは宇宙の女性原理であり、クンダリニーでもある。

クンダリニーとは、私たちの尾骶骨から4番目の仙骨の部分に、3回り半のとぐろを巻いて眠っている蛇のことで、性エネルギー昇華によってこの蛇を上昇させることで、超能力を獲得することができる。「性の火」あるいは「神の火」と呼ばれる、人間を超人へと変身させる原動力となるものだ。

ではシヴァとは何を象徴しているかというと、これがリング(男根)なのである。シヴァ神はヒンドゥー教の本尊(中心的神)であるから、人々はリングを神として礼拝していることになる。

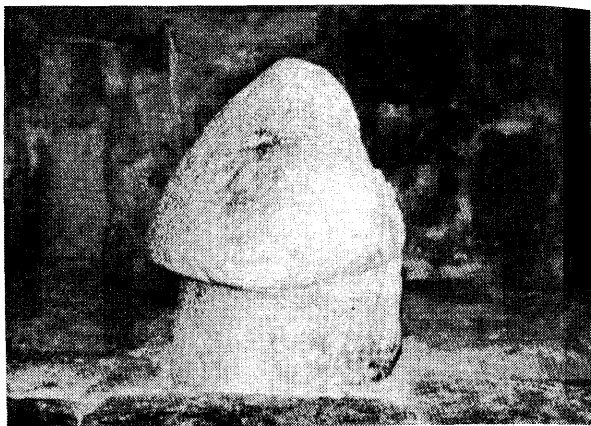
聖なるリングをもつてクンダリニーを上昇させ、神に至るということが、インドの信仰の意味するものであり、それはすなわちタントラである。タントラは、男女の性行為によって神に至る道で、ズバリ、性エネルギー昇華のことだ。

このことを最もリアルに表しているのが、有名なカジュラホ寺院である。別名「性の寺院」ともいわれ、その壮大な寺院の外壁と内壁は男女交合の彫刻で埋めつくされている。その中には女神がセクシーなポーズをとっているものから、はては動物との交合像まであるという過激さだが、性の各段階を示すとともに、性を境として人間が神に、あるいは反対に獣になることを示している。

以上でおわかりのように、性がかつては神聖な寺院で、人々が素直な心であがめたものだったのである。でなければ、巨大な男根を神殿の前に置いたり、寺院の壁面に男女の交合図を描いたりしなかったはずだ。古代人は性の重要性を知っていたからこそ、魂の抛りどころである神殿に、性のシンボルを祀り、礼拝したのである。それほど神聖だった性がおとしめられ、性の持つパワーが無駄に、あるいは退廃の方向に使われ始めたときに、人間の墮落も始まったのではないかと思う。なぜなら、高次へと上昇する道を、自らの手で閉ざしてしまったからである。

錬金術の目的は黄金の霊体の形成

しかし、まったく忘れられたわけではない。密かに性の神秘を伝えていたものがある。何かというと、それは錬金術である。



↑マヤ文明のチチェン・イツァ遺跡にある神院に祀られた男根石像。ここでは選ばれた若者たちが性エネルギー昇華の秘儀を伝授されたという(上)。ヒンドゥー教の本尊シヴァ神はリンガ(男根)を、パールヴァティはヨーニ(女陰)を象徴している(下)。

こういうと、慧眼なる読者にはピンとくるものがあるのではないかと思う。つまり、黄金の霊体をつくるのが、イコール錬金術という金をつくることなのではないか、ということだ。まったくそのとおりである。金を作る術とされている錬金術の隠された意味は、人間の霊体を黄金へと変容させることであつた。実際、金粉を降らす人がいるように、生体内で金を作ることは可能だが、それを知らないで、単純に卑金属を金に変えることだと考え、研究・実験した人は、失敗している。錬金術を表現した図版の中には、男女が裸で抱き合っているものがたくさんあるが、それはそのためなのである。

しかしそれに気づいた人はわずかである。天才的な頭脳を持ち、そのうえに求道の志をもつて血のにじむような努力をした人だけが、その秘密にたどりつくことができたのだ。

アトランチスのマスター、ヘルメス・トリスメギストス

錬金術というかたちで性の秘密を体系化して人類に最初に伝えたのは、ヘルメス・トリスメギストスという人物であるといわれる。彼は古代エジプトに現れた半神半人の神秘的な人物で、あらゆる学問をエジプト人に教え込んだ。古代エジプトがあればどの文明を誇ったのは、ヘルメスの指導があつたからであるという。

このヘルメスの正体は、アトランチスの時代のマスターである。

地球には基本的な7つの時代があり、現在はその第5番目にあたる。第3の時代はムー大陸（レムリア文明）の時代であり、第4の時代はアトランチスの時代であつた。ヘルメスはその第4の時代のマスタークラスの人物で、次の時代の人間たち、すなわち私たちに叡智を伝えるためにやってきたというのである。

アトランチス文明はたいへんな栄華を誇り、すばらしいテクノロジを開発していた。しかし、文明に溺れ、栄華に溺れ、自分たちの力を過信してしまったために、退廃の道を歩むことになった。アトランチスの時代が崩壊したのは、黒魔術があまりにも広がりすぎたからだといわれている。自分たちでコントロールできないくらい力の力を持ち、それに精神的な進化がついていかなかったために、崩壊への道をつつ走ってしまったのだ。

そうしてアトランチス大陸は地震によって沈んだのだが、全員が死んだわけではなく、生き残った人もいる。他の人々が黒魔術を実践して自分の欲望を満足させていても、それに引きずられずに霊的進化の道を歩んでいた人々である。彼らは生き残り、次の時代の人類に叡智を伝える役割を担った。そのひとりがヘルメスだったのだ。

錬金術の古典ともいえる『エメラルド・タブレット』はヘルメスの著作だが、その内容はたいへん難解である。しかしこれを解読できた天才は、偉大なる錬金術師として性の秘密を体得して、高次への道を歩んでいったのである。

性の秘密を著したサマエル・アウン・ベオール

こうして密かに伝えられてきた性の秘密を、初めて本に著したのが近代の錬金術師サマエル・アウン・ベオールである。

彼は南米コロンビアのサンタ・マルタ山脈の山奥で、原住民や農民の病気の治療をしながら、『完全なる結婚』『性の錬金術』『神秘医学手引書』をはじめ七十数冊もの本を発表した。これらの中で性の秘密が詳しく語られている。

その中の1冊、『完全なる結婚』には、次のように記されている。

「人は、性を生きることとを学ばなければならない。アクエリアスの新しい時代は性の時代であり、それはすでに始まっている。『性の錬金術』はアクエリアスの新時代の科学であり、『性の秘儀』はアクエリアスの新時代の大学で公式に受け入れられるであろう」

1962年2月4日より地球はアクエリアスの時代に入ったが、それは光の時代、また直観の時代とも呼ばれ、すべての秘密が明らかにされるときであるといわれている。それだからこそ、固く閉ざされ続けてきた性の秘密の扉は開放され、精神的進化を望むすべての人々の前にその神秘のベールを脱いだのである。

サマエル・アウン・ベオールは、性の秘密を明かしたのみでなく、性エネルギーを活用・昇

華するための具体的かつ実用的な数々のテクニックを教えている。本書に紹介した「ルーン文字エクササイズ」、「チベットの若返りの術」などもすべてサマエル・アウン・ベオールが教えているものである。

それは、古今東西の叡智を総括したエッセンス「近代的ノース」であり、全人類への重大なメッセージである。

第5の時代の終わりが近づいている

こうして今——、ついにこの秘密がわれわれの前に明かされるときがやってきた。それはなぜか。

もうあまり時間が残されていないからである。

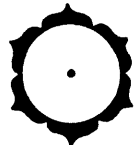
ノストラダムスの予言を引くまでもなく、2000年前後を境にして人類に危機が訪れることは、10年ほど前からいわれ続けている。地球の第5の時代が終わりかけているのである。

性の秘密が公開されるのは、そのためである。秘密を漏らしたものは死しかなかった時代には、まだ事態がそこまで切迫していなかった。けれども今はもう、それほど時間が残されていない。少しでも多くの人が性の秘密を知って、超人への道を歩めるようにというので、今、初めて、公開されるのである。

この秘密を知って、マイナスに使う人もいるかもしれないが、そのリスクについて云々^{うんぬん}している余裕はない。すべての人に平等にチャンスを与えて、努力の仕方いかんで、どんな人でも超人になれるようにという配慮である。

超人とは、プロリーグであげた7項目からわかるように、限りなく神に近づこうとする存在である。すなわち、高次へと飛躍^{とつとつ}するチャンスが「今」なのである。

—第2章—
性エネルギー昇華とは何か



性エネルギー昇華で直観力（予知能力）を開発

性エネルギーを活用・昇華しょうかさせることによって、普通の人でも超人になることができる。が、だからといって一足とびに超人になれるわけではない。それ相應の過程かていを通して、能力を目覚めさせていかなければならない。その経過けいこは、その人の個性や持っている使命、置かれている環境によって異なってくるが、いずれにしても、その人に最もよい形で運ばれていくだろう。いくつかの実例をあげよう。

本田誠くん（仮名）は17歳、現在高校2年生である。彼は超常感覚ちやうじやうかんかくとか不思議な現象に興味を持っていて、自分でも靈感が強いほうだと感じていた。

性エネルギー昇華のことを初めて知ったときも、これはやらなければ、と直観して、すぐ実行に移したという。

彼が実践してまず感じたのは、マスターベーションをする必要がなくなったことだ。それまでは何かに性的な刺激を受けると、下腹部が重くなったような気がしたのだが、性エネルギー昇華でそれを上昇させてやることによって、その重苦しさがきれいになくなってしまったというのである。と同時に、全身に力がみなぎるような感覚を持つようにもなった。

本田くんが重点的に開発したのは、直観力である。もともと靈感が強いと思っていたので、

それをさらに強化したいと考えたわけだ。そこで毎朝、毎晩、直観力のチャクラを刺激するマントラを唱えて、性エネルギー昇華を行った。

3か月ほどすると、効果が現れてきた。それは、頭の中にしばらく会っていない友人が浮かんできると、その日に町中でバッタリ会うとか、遠い親戚のおばさんのことを思い出すと、家に帰ると遊びにきていた、とかいったことが頻繁に起こるようになったのだ。一度などは、電車に乗っていて、棚に置いてあるひとつの荷物にひじょうに不安定なものを感じた。なぜだろうと思つて目を離せないでいると、電車が停車したときにその荷物が横すべりに落ちてしまい、斜め下に立っていた乗客の頭にまともに当たってしまった。幸いケガはなくてすんだものの、本田くんはぞっとしたそうである。

直観力が最も効果を発揮したのは、試験のときだ。前日勉強に集中していると、何となく気になる問題がある。それが試験に出るとはわからないのだが、何か引っかかるのだ。そこで、そういう気になる問題を重点的にやっていくと、必ずそれが出題されていたという。つまり直観力というのは予知能力でもあるわけだ。

彼がいうには、エクササイズを続けていると、頭が澄みきったような感じがするのだそうだ。そして何でもわかってしまうような気になる。今の状態から思うと、以前の自分はいつも頭に膜まくがかかったような状態だったという。

本田くんの場合はまだ3か月なので、これからが楽しみだが、いちばんのポイントはその直観力をどう生かしていくかである。ただ単に、試験問題を当てるのに使っていると、結果的には勉強を怠けることになるので、もう少しスケールの大きい生かし方を考えるとよいだろう。それは、自己観察とエクササイズを続けていくことで、自然にわかってくると思う。

疲労感が消え、ヒラメキがふえた

森本静香さん(仮名)は25歳、デザイン事務所に勤める新進のグラフィック・デザイナーである。センスのよさと仕事の確かさが受けて、注文は急増中だ。事務所を通してくる仕事ばかりでなく、彼女にダイレクトにくる仕事もあるので、とにかく忙しい。

しかしあんまり忙しすぎて、充電している時間がとれないのが彼女の悩みの種である。仕事をこなすのは苦にならないのだが、勉強したり感性を磨いている時間がない。そうするとどうしても発想がワンパターンになって、人をハッとさせるデザインができなくなるのである。今はいいにしても、いずれそういうときがくるにちがいない。

そこで彼女は、超視覚の開発と創造力の開発のエクササイズを行った。やはり、夜眠る前と朝起きたとき、そしてときどき昼間に公園に行く時間がとれたときには、そこでも行った。

1週間ほどして気づいた変化は、疲れないということだった。少々睡眠時間が少なくなっても、

平気なのである。そして仕事中にヒラメキがよくある。アイデアを練っていると、パッとヒラメいて、斬新な作品に仕上がるのである。

超視覚については、エクササイズを始めてから1か月ほど後に、ひとつだけ変化があった。それは人の体を包んでいるオーラのようなものが見えるようになったことだ。ようなもの、というのは、まだボーッとしてはつきりとは見えず、また自分の体のコンディションによって、見えるときとそうでないときがあるからだ。

そして、オーラの雰囲気、その人が信頼できる人かいいかげんな人かを判断できるということだ。

神の御姿が見え、前世の記憶が蘇ってきた

もうひとりだけ実例をあげよう。松本のり子さん(仮名)、19歳の大学生である。

彼女はもとも超視覚のある人で、幼いころから花の精や土の精を見た体験を持っている。また夢でメッセージを受けることがよくあって、たとえば、つき合っているボーイフレンドが他の女性とデートすると、すぐわかったという。

そういう素地のある人だから、性エネルギー昇華の効果もめざましかった。何といってもすごいのは、よく神や天使の御姿が見えるようになったということだ。教会や神殿など、神聖な

場所に行く、真っ白い長衣チユウソクを着て翼つばさのはえた天使や、虹色にじの羽を持ったフェニックスの姿を見ることができるようになった。またエクササイズをやっている最中さいちゆうに、天使がやってきて手助けしてくれることもあるという。

夢に関するきわだった変化は、しばしば自分の前世ぜんせいの夢を見るようになったことだ。それによれば、彼女は、かつてアメリカとベルシアとギリシアに生まれたことがあり、その3つの前世の断片的なシーンを、夢の中で追体験ついたいけんさせられるというのだ。その夢にはいろいろな登場人物が出てくるが、その人物と自分との関係は、夢の中でははっきりとわかっている。

そこで筆者はこういう質問を試みた。

「前世で生きているアメリカ人の自分の意識があり、同時にその夢を見ている松本さんの意識がある。そうすると違う自分が2人いることになるわけだけど、そのへんはどんな感じなのでしょう」

「ごく当たり前に受け入れています。何の異和感いわかんもありません。夢を見ているときは、見ている自分と登場している自分の2人がいますよね。それと同じ感覚です」

彼女にはまだおのおのの前世のすべての流れがわかったわけではないし、互ないの関連もわからないという。おそらく一度に知らせると混乱するので、それを防ぐための配慮はいりようがどこかでなされているのであろう。

超能力とは「身近な問題を解決して、得意な能力を開発する」ことから始まる

さて以上の実例をお読みになって、読者はどう思われただろうか。おそらくひとつの共通点に気がつくたのではないかと思う。

それは超能力がごく身近なものとなっていて、生活に密着みつちゃくしたところで発揮されているという点だ。それと、その人の得意のジャンル、および必要な能力がまず開発されるということである。デザイナーの森本さんが、疲れがなくなり、すばらしいヒラメキが湧わくようになったと述べているのは、その典型的な例であらう。

超能力というと、どこか日常生活とかけ離れたような感じを受けるが、実際はそうではなく、「身近な問題を解決して、得意な能力を開発していく」ものだといえることができる。

そういう目で前にあげた7項目を見直すと、これらが意外と身近なものであることに気づくだろう。

そこで、性エネルギー昇華によって、なぜこのような能力が得られるかを次に説明しよう。

なぜ、脳細胞が活性化されるか

人間の脳細胞は約150億あるといわれている。しかし実際に使われているのは、そのうち

の5〜6パーセント、天才であってもせいぜい10パーセント程度で、その他の脳細胞は眠ったままである。

性エネルギー昇華のプラクティスでは、性腺のあたりにたまった性エネルギーを背骨にそって上昇させ、脳にまで至らせる。そして脳を光で満たすのだが、そのとき眠っている脳細胞が活性化するのである。

脳細胞が活性化すると、意識が目覚める。「意識が目覚める」とは、人生の意味を自覚して生きることだ。目先のことにあまりとらわれず、視野を広く持つて、自分のやるべきことを実現していくことである。そうすれば天才にも匹敵する仕事を成し遂げることができる。というより、そうやって集中力をもって仕事をした人のことを天才というのであろう。

意識が目覚めた状態の感覚は、ちょうど本田くんがいていたように、頭に膜がかかっていたのがとれて、澄みきった感じになるというのが近いと思う。エクササイズをずっと続けていけば、さらに澄みきって、いわゆる「冴えた」感じになる。頭の回転が速く、一を聞いて十を知る頭脳になるのである。

なぜ、強靱な体力と病氣知らずの肉体になるか

これは次の超能力の開発と関係が深いので、あわせて読んで理解していただきたいと思うの

だが、これを実現するのに基本的なことは、性ホルモン（性エネルギー）を外に放出せず、体内にフィードバックすることである。はっきりいえば、男性は射精をせず、女性はオーガズムに達しないことだ。「接して漏らさず」とは仙道でいわれることだが、性エネルギー昇華においても、精を体外に漏らしてしまうのは、エネルギーの無駄使いとされている。

というのは、性ホルモンはたいへんなパワーを秘めており、これが私たちを超人へと飛躍させる「素」だからである。

フィードバックされた性ホルモンは、内分泌腺に栄養を与えていく。内分泌腺とは各種のホルモンを分泌する腺のことで、これが強化されることによって、強靱な体力と病氣知らずの体を持つことができる。またホルモンは、人間の体に劇的な変化を起こす力を持っている。

たとえば、男女の性別は胎内で決まるのだが、その変化を起こさせるのはホルモンである。また、身長を伸ばしたり、少女を女へと、少年を男へと変身させるのも、あるいは若返りや老化を司るのもホルモンである。

ホルモンのひとつである甲状腺ホルモンの分泌が少ないと、小人症になるし、逆に多すぎると巨人症になる。頭頂にある内分泌腺・松果腺が傷ついて、ホルモンの分泌が異常になると、ものすごい速度で老化が進む。たとえば、まだ7歳くらいでしかないのに、顔はシワだらけで、腰も曲がった老人のようになってしまふ、といったことが起こるのである。

サナギからまったく形態の違う蝶に変身するのもホルモンのはたらきだし、おたまじゃくしが、やはり形態の異なるカエルになるのもホルモンの作用である。

つまり、ホルモンというのは、動物の飛躍的な成長に対して力を発揮するのであり、それは人間が超人へと飛躍するときも、例外ではない。

普通の人間が超人へと変身するには、チャクラというものの開発が不可欠である。チャクラとは、古代ヨーガで「力の湧き出る泉」と呼ばれていたもので、人間の力の源だが、このチャクラの部位が内分泌腺の位置と一致しているのである。これが何を意味しているかというところ、内分泌腺を強化し、ホルモン分泌を活発にすることで人間の体が変化を遂げるということである。

おそらく、ただ分泌がよくなるだけでなく、ホルモンそのものの成分も変わるのではないかと思われる。チャクラが動き始めるためには、クンダリニーというものすごいエネルギーがその中を通過しなければならぬ。そのときにホルモンの成分やはたらきが変化すると考えられる。古代の人々はそれを知っていて、チャクラという、人間を超人へと変身させる体のポイントを開発し、驚異的な数々の文明を築いたのではないだろうか。チャクラの開発は性エネルギーを使わなければならないので、古代文明の遺跡には、きわめてくつきりと性信仰が刻まれているのである。

したがって、強靱な肉体、内分泌腺の強化、チャクラの開発という3つの変化は、並行して進んでいき、そのベースとなるのが性ホルモンであるということができる。

なぜ、超能力が開発されるか

性エネルギー昇華を実践することで、超視覚、超聴覚、直観力、テレパシー能力などの、いわゆる超能力を開発することができる。それはチャクラの開発によるものだが、それにはクンダリニーを上昇させなければならない。チャクラは、クンダリニーという性の火を点火されない限り、燃え上がって威力を発揮することはできない。

クンダリニーについてはインドの性信仰のところで少しふれたが、私たちの仙骨のところにぐるを巻いて眠っている火の蛇のことである。この蛇を目覚めさせ、背骨にそって、ある不可視の気道、スシュムナー、イダ、ピンガラの中を上昇させていく。

クンダリニーは上昇しながら、各チャクラの中に入って活性化させ、出ていくということを繰り返す。そうして頭頂のチャクラにまで上昇したとき、すべてのチャクラが開発され、超能力が発現するのである。

クンダリニーの目覚めに必要なのは、電気的熱である。上昇させるのに必要なのは、性エネルギーだ。性エネルギー昇華で体内に熱を起こさせようとするのは、クンダリニーを目覚めさ

せるためで、カップルによるエクササイズはこの点において有利である。そして上昇させるためのエネルギーは、性エネルギーでなければならぬ。これが人間の持つエネルギーの中で最も強く、その仕事をするために与えられたエネルギーだからだ。

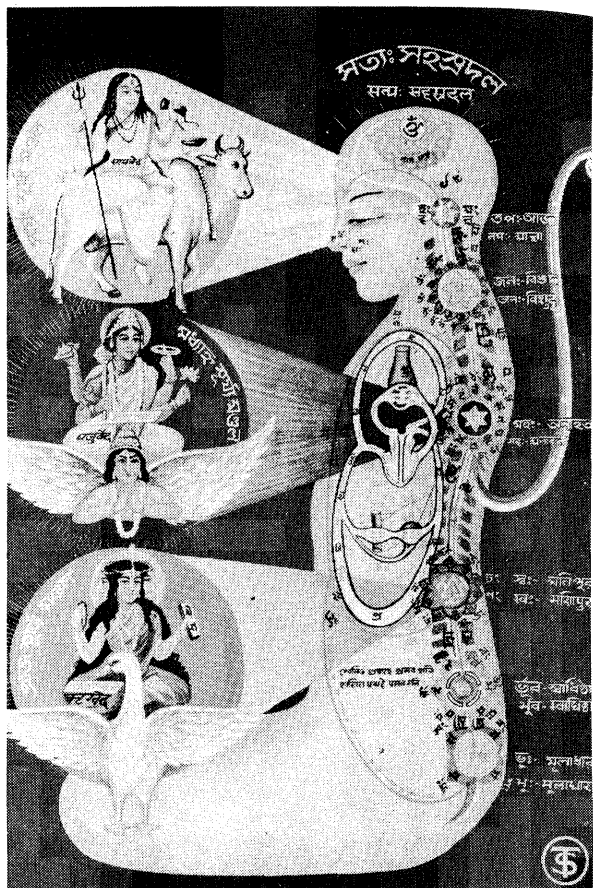
性エネルギー昇華によって異次元世界に参入する

チャクラとクンダリーニは、超能力を開発しようとするとき、きわめて重要なものなので、もう少し説明しておこう。

超能力、特に超常感覚機能とは何かというと、それは、3次元に属する肉体の諸器官が感じることでできないものを、感じとる能力のことだ。つまり異次元を感知する能力である。そしてチャクラとは、異次元に対して開かれている感覚器官のようなものだといっている。

では、このチャクラはいったい何に属しているのだろうか。肉体でないことは確かである。肉体ではないとしたら、いったい何なのか。人間は肉体以外のもうひとつの体を持っているのだろうか。

超常現象に興味をお持ちの読者はご存知だと思うが、人間は肉体以外にアストラル体(幽体)という体を持っている。よく幽体離脱といことがいわれるが、この現象は肉体からアストラル体が抜け出すことである。チャクラはこのアストラル体の感覚器官なのだ。



↑チャクラの図。性エネルギーの熱でクンダリーニが目覚めると、この火の蛇は、上昇しながら各チャクラの中に入って活性化させる。それがついに頭頂のチャクラにまで到達したとき、すべてのチャクラが開発され、超能力が発現されるのだ。チャクラは異次元に対して開かれている感覚器官のようなものである。

だからチャクラを開発することは、アストラル体の感覚を感じることであり、そうやってアストラル体を認識することは、異次元世界にトリップしやすくなることにはかならない。つまり幽体離脱ができるようになるわけである。特に、頭のてっぺんあたりにある松果腺のチャクラ（サハスラ・チャクラ）を開発すると、自由自在に肉体を離れて、意識を持ったまま高次の領域に入ることができる。そしてそのトリップで経験したことを、鮮明な記憶として脳にとどめておくことができるのである。

多くの人が幽体離脱の経験をしているし、異次元世界で貴重な体験をしてきているのだが、残念なことにその詳細を覚えている人は少ない。幽体離脱、つまりアストラル・トリップは、夜、無意識の状態で起こることが多い。したがって、これを夢だと思つて、軽く考えている人が大部分である。またその体験中、自分の意志を持つて行動している人はさらに少ない。

意識が眠りこけているためだが、実はこれはたいへんもつたいないことだ。ちょうど、外国に旅行して貴重な体験をし、すばらしい景色もたくさん見てきたのに、それをまったく覚えていないのと同じことである。

夢の中で意志をもって行動できないというのはさらに悲惨で、それはちょうど昼間、私たちが理性のない状態で行動しているようなものだ。いわば、本能のおもむくままに、とでもいうか、自制心のない、むきだしのままの心の状態でアストラル界を動き回っているのである。

だから誘惑にあうと、すぐに負けてしまう。特に性的な誘惑にあうと、簡単に誘いにのつて、大切な性エネルギーを盗まれてしまうのだ。

チャクラを開発して、あるいはしながらでも、アストラル・トリップする場合は、そうはならない。意識が目覚めかけているので、異次元世界（または夢の中）にいても、自分が何をやっているかがわかつているからだ。

そして、超人への道を歩むものにとって、アストラル・トリップはたいへん重要な意味を持っている。特にトリップして高次の世界へ行くことが大切で、これができるとできないとでは、その進歩に大きな開きが出る。

古来より、クンダリーニーの開発にはたいへんな危険が伴うとされている。そのため修行は、必ず優秀なグルについて行わなければならないといわれているのだが、実はこのグルは生身の体を持った人間だけを指しているのではなく、高次の霊をも指している。いやむしろ、高次の霊の指導を受けてこそ、より速く、より安全にクンダリーニーが覚醒するといってもいい。

どうやって高次の霊に会うかという点、それがアストラル・トリップなのである。高次の存在の姿を見、その声を直接聞き、マンツーマンの指導を受けるには、アストラル・トリップしかない。アストラル体の感覚をつかむことで、それはよりやりやすくなるし、そのためのテクニックもある後述。実行しさえすればだれでも可能なことだから、ぜひやっていただきたいと

思う。

なぜ、異次元へ自由自在に出入りできる黄金の霊体が持てるか

さて、チャクラとクンダリーニの説明がずいぶん長くなってしまったが、基本的なことなのでしっかりと頭に入れていただくとして、次に黄金の霊体について述べよう。

これは性エネルギー昇華によって、霊体（アストラル体）を黄金に変容させることである。黄金の霊体というのは、異次元世界の乗り物で、これがあれば幽体離脱が好きなときにできるし、異次元世界のどこにでも自由自在に行くことができる。高次元へも低次元へも行けるし、また、異次元の住人である土の精ノームや火の精サマンドラなどに会って話をすることもできる。地球が始まって以来の出来事すべてを記録しているアカシック・レコードを読んで、人類の歴史を研究することもできるのだ。

通常の幽体離脱では、アストラル体の行動範囲は限られている。自分の精神レベルと心の許容量に合ったところにしかトリップできないからだ。高次元に行って高次の存在に会うなどということは、とてもむずかしいのである。自分の心がよほど清らかに澄みきっていない限り、無理である。

だから性エネルギー昇華は、幽体離脱をやりやすくするばかりでなく、その行動範囲まで広

げる効果があるわけで、この2つのエクササイズは同時に行ってこそ意味を持つということができる。

なぜ、欠点を取り除き、性格を変えられるか

自分の欠点を取り除く。このメリットは、これまで述べてきた4つのメリットに比べてずいぶん地味な感じを受けるかもしれない。

しかし、そうではない。欠点というのは自分の欠陥部分である。車にたとえれば欠陥車だ。性能のいいエンジンを持ち、ガソリンもたっぷり入れ、運転手の腕がよくても、欠陥部分を修理しない限り必ず事故を起こす。

事実、いくら愛したいと思っても、憎しみという欠陥があるうちは、心からの愛は開発されない。虚栄があるうちは、謙虚になりたくてもそれは表面だけに終わってしまう。つまり、そうしたいと思うだけで、欠陥は修理できないのだ。また、欠陥を外に出さないようにコントロールしても、いつかはボロが出てしまう。欠陥はその原因から改善しなければだめなのである。この欠陥部分をどうやって直すかという点、昇華した性エネルギーを欠点の排除に向けてやるのである。それは瞑想と自己観察という2つの方法で行い、自分の欠陥部分をひとつ、またひとつとなくしていくのだが、そうすることで、それまでおおい隠されていた自分のよい面が

出てくる。

欠点がなくなれば、性格はよくなる。これはいうまでもないことだ。欲張りの人が無欲になる、怒りっぽい人が寛大になる、神経質な人が大らかになる……。たったひとつの欠点がなくなっただけでも、私たちの性格はまったく変わってしまうだろう。よく性格を変えるのは不可能だといわれるが、昇華した性エネルギーのみがそれを成し遂げることができるのである。

あなたには、自分でもつくづくいやだなと思っている欠点はないだろうか。それがもて、いつも同じ失敗ばかりを繰り返してしまいう欠点である。これは自分の性格だからしかたがない、とあきらめてしまうのはまだ早い。昇華した性エネルギーを、その欠点の撲滅へと向けることで、それは跡かたもなく消えうせてしまう。性のパワーはそれほどの能力を持っているのだ。

なぜ、創造力が開発されるか

性エネルギー昇華を行っている人の創造力には、目をみはるものがある。

異次元に対する感覚が磨かれているので、キャッチする情報量が違うのである。頭の回転が速いので、それらの情報をまとめてひとつのものを創るのも速いし、直観力によって人々が真に求めていることを知ることまでできる。つまり、これまでにあげてきた5つのメリットを自分のやりたい仕事に生かすことで、創造力が出てくるのである。

音楽、演劇、映画、絵画、彫刻、科学などの分野でもかまわないし、仕事を持っている人はその仕事の中で創造力を発揮することもできる。要は、その分野にうまく応用して感覚を磨いていくことだ。

なぜ、真の愛が開発されるか

人が大きなパワーを持ったとき、最も必要なものが愛である。愛のない人がパワーを持つと、それは欲望のためにだけ使われ、多くの人を不幸に陥れる。反対に愛することを知っている人がパワーを持つと、それは増幅されて多くの人々を幸福へと導いていく。

本書で紹介する性エネルギー昇華テクニクの編成のすばらしさは、この愛の開発を自然になさしめる点にある。背骨にそって上昇させ、脳に至らせた性エネルギーを、今度はハート（心臓）に導くからである。ハートは魂が鎮座しているところである。これは象徴的というのではなく、実際のことで、アストラル体に包まれた魂がちょうど心臓の左心室にあるのだ。

崇高な感動に包まれたとき、胸がいっぱいになるように感じるのはそのためである。

ハートに導かれた性エネルギーは魂の栄養になる。そうすると魂の力が強くなり、その力は人間に献身と創造というすばらしい行為をさせる。いや、させるというよりも、せずにはいられない気持ちになるのだ。そしてそれらの行為を通して、人間は愛を開発していくのである。

心臓の位置にあるアナハタ・チャクラは、直観力開発のチャクラである。この直観力と愛が結びつくとうなるかという、愛に満ちた心で人の役に立つことを直観的に感じるということである。

どうだろうか。

すばらしいとは思わないだろうか。

この7つのポイントをきちんと実行しさえすれば、人はだれでも超人になれるということがおわかりいただけたことと思う。つまり、実行することによって得られる効果が、そのまま実行するためのポイントになっているわけである。

さらに効果的にするための2つのエクササイズと防御法

そしてさらにすばらしいのは、この性エネルギー昇華テクニクには、それをもっと効果的にする2種類のエクササイズと、魔の攻撃から身を守るための防御法がついていることである。

2つのエクササイズというのは、「神聖文字ルーンのエクササイズ(第5章)」と「チベットの若返りエクササイズ(第6章)」である。この2つについては実践編で詳しく説明するが、簡単にいうと次のようなものである。

ルーン・エクササイズは太陽エネルギーを吸収して肉体をパワーアップしていこうというも

のだ。人間の肉体と精神を改造するだけの効果を持っていて、性エネルギー昇華の効果をさらに倍増させるものである。

チベット式エクササイズは、その名のとおり、チベットのラマ僧寺院に伝わる若返りのためのエクササイズである。これは莫大な量のプラーナ(生氣・生命エネルギー)を体内に取り入れることで可能となる。そして肉体の各臓器と交信して、次々と若返らせていくのである。体の調子がよくないという読者は、まずこのエクササイズを実践して調子を整えながら、同時に性エネルギー昇華法をやるとよい。みるみるうちに健康になり、意欲が満ちてくることだろう。

さて、もうひとつ、第7章で述べる魔からの攻撃から身を守るための防御法だが、読者の中には性エネルギー昇華になぜこんなものが必要なのか、と疑問を持たれる方もいらっしゃるだろう。しかし、これはひじょうに大切なことで、多くの人が超人をめざして歩み始めながら、ある程度能力をつけた段階であらぬ方向にいつてしまうのは、この防御が欠けているからなのである。

目に見えない次元では、つねに凄絶な戦いが繰り広げられている。それは白魔術と黒魔術の戦い、光と闇の戦い、善と悪の戦いである。そして超人への道歩み始めるといふことは、目に見えない次元(異次元)に参入したことにほかならないから、否応なくその戦いの中に巻き込まれてしまう。特によい意図をもって進化しようとするとき、それを引きずり下ろそうとする力

がはたらくのだ。そのマイナスの力が魔からの攻撃であり、それはときには黒魔術であったり呪いであったりする。攻撃をしかけてくる相手も、人間である場合もあるし、4次元の存在、たとえば悪魔などの場合もある。

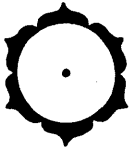
そういう戦いがあることを知らずにいると、思わぬところで攻撃を受けて敵の思うつぼにはまってしまう。というのは、こうした目に見えない次元での戦いは、考えもしないところから攻撃をしかけてくるからだ。たとえば夢や感情の動き、人間関係、周囲の出来事などである。これについては第3章からの実践編で詳しく説明するが、そうした攻撃を防御することが、精神的進化の道を歩むものにとって特に重要なのである。

だからこの超人への道は、決して楽なものではない。努力も必要だし、攻撃されて辛い思いをすることもある。しかしこの道を歩むことによって得られる喜びは、そうした苦勞を補^{おぎな}って余りある喜びであり、他の何によっても得ることのできないものだ。それは、ここまで本書を読み進めてこられた読者には、よくわかりのことと思う。

筆者はくどくどとはいわない。ただ、せっかく生まれできたのだから、せいっぱい努力して生き、肉体を捨てるときには、胸を張って神々の前に出られるようにしておこうではないか。とそれだけを、筆者自身への訓戒^{くんかい}もこめて申し上げておきたいと思う。

それでは次章よりいよいよ実践に入ろう。

—第3章—
1人で言う性エネルギー昇華秘法



マントラと呼吸と想像力がポイント

この章では、いよいよ性エネルギー昇華のための具体的なテクニックに入る。

まず最初に、これらのテクニックに共通するいくつかの点について、説明しておこう。それはマントラ（真言）と呼吸法と想像力である。この3つを意識集中して行うことが、性エネルギーをより効率的に上昇させるコツだ。

マントラを唱え、高次元の力と共振する

さて私たちが発する言葉はすべてひとつの振動（バイブレーション）である。だから言葉が発されると、その振動は幾何学模様を生じさせ、それが肉体とアストラル体に何らかの効果を与える。マントラというのはこの効果を最大限に生かすように、叡智のもとに文字と音節が組み合わされたものだ。

マントラがリズムと意識の集中をもって発音されるとき、私たちの体内にはパワフルなエネルギーが目覚める。

マントラの用途はいろいろある。高次の霊を呼んで援助を願うためや自然界の力を操作するため、また黒魔術の攻撃から身を守ったり超常感覚機能を開発するなど、多岐にわたっている。

これらの共通点は、目に見えない次元に対して何らかのリアクションを起こさせるということだ。つまりマントラとは肉眼では見えない次元において高次元の力と共振し、活動させることができるのである。

マントラが聖なる音と呼ばれるのはそのためである。したがって遊び半分に発音すべきものではない。

またもともと声を出すことと性エネルギーは関係が深く、生理学的にも性腺とのどこにある甲状腺は密接なつながりがあることが確認されている。

性腺の活動が活発になる14歳ごろに声変わりがあるのも、そんな理由による。ヨーロッパでは、ボーイソプラノを保存するために去勢するということがかつて行われていたが、これなど性腺とのどの関係の深さを表す好例であろう。

性エネルギー昇華のときのマントラは、そのエネルギーを純化・洗練して昇華し、それを霊に結晶させるのに効果あるものだ。

呼吸は生命のリズムを維持する栄養だ

次に呼吸である。

人間はいろいろなかたちでエネルギーと栄養を受けとる。固体と液体の栄養、すなわち食物

は肉体の栄養であり、ホルモンのエネルギーは内分泌腺と血液の栄養、外部から受ける印象や感覚はマインドの栄養となる。そしてこういったあらゆる要素をひっくるめた生命のリズムを維持するもの、それが呼吸という重要な栄養である。

呼吸の重要性は他の栄養よりきわだっており、5分間呼吸をしないで生きていられる人はほとんどいない。

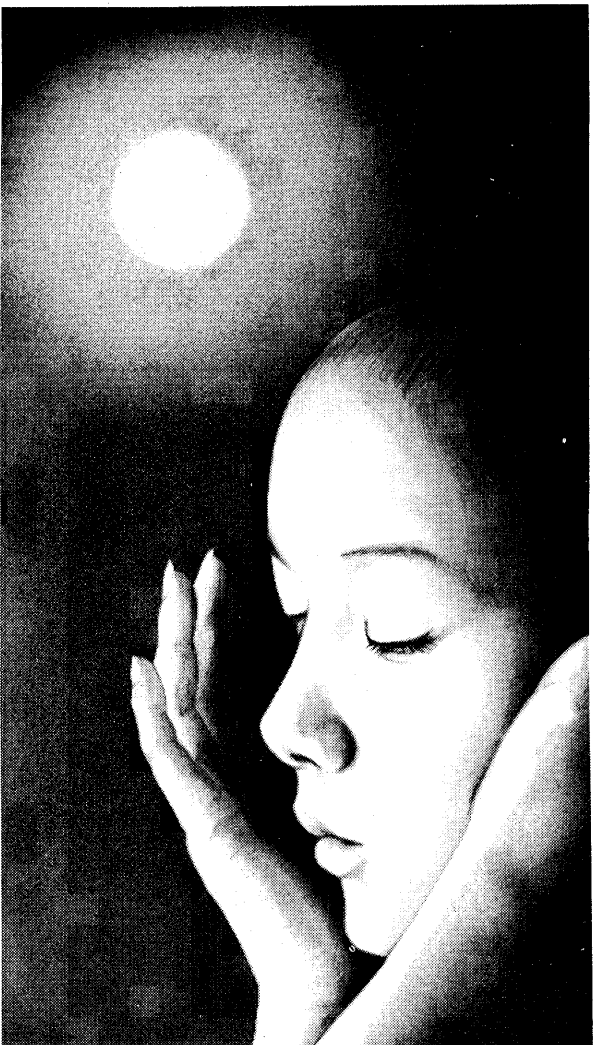
酸素を吸って二酸化炭素を吐き出す呼吸は、血液循環、血液浄化、脳細胞の活性化、神経系統の滋養・強壮、体内の電気の流れの促進など、たいへん多くの仕事をしている。

性エネルギー昇華のときの呼吸法は、酸素だけではなく「気」をも吸収して、内的な生命を活動させるためのものである。

想像力でマインドを一点に集中する

3つ目の想像力は、創造力につながるものである。想像することは空想することとは異なり、マインドを導くことにはかならない。

マインドは受動的なものであるから、導きがないと、とりとめもなくいろいろなことを思い浮かべているだけである。ところがマインドを正しく一点に集中すると、すばらしいパワー(念力)になり、物事を実現に導く。



よい方向に導けばすばらしいものを創造するし、悪いほうに導くと破壊的なものをつくる。成功するための方法を書いた本がたくさん出版されているが、そのどれもが決まって力説している点は、やはり、ありありと想像すること、である。

何を創るにしても、最初に頭の中にアイデアが浮かび、それを想像力で肉付けしてから行動に移す。その想像力が強ければ強いほど、できあがるものにリアリティが持てるわけで、それは性エネルギー昇華においても同じことだ。いやむしろ、肉眼では見えない、エネルギーというものを操作するがゆえに、さらに大切なものであるといえる。

性エネルギー昇華では、エネルギーを正しく方向づけるために想像力を使い、呼吸法とマントラで動かしていく。この3つが一体となって機能するとき、効果があがるのである。

それではいよいよテクニクに入ろう。各エクササイズに示された時間は初心者用の目安で、はじめのうちはそれに従う。それぞれ異なった形でエネルギーを活動させるので、エクササイズによってはあまり長時間やらないほうがいいものもあるからだ。

慣れてくると体の様子を見ながら自分で調整できるようになる。また順番もこのとおりである必要はないし、エクササイズの組み合わせを毎日変えてもさしつかえない。

なお、このエクササイズは、7歳の子供から結婚前(離婚や死別で独身になった人も含む)の人を対象としたものである。

エクササイズ1〔超視覚・ヘアジャーチャクランの開発〕

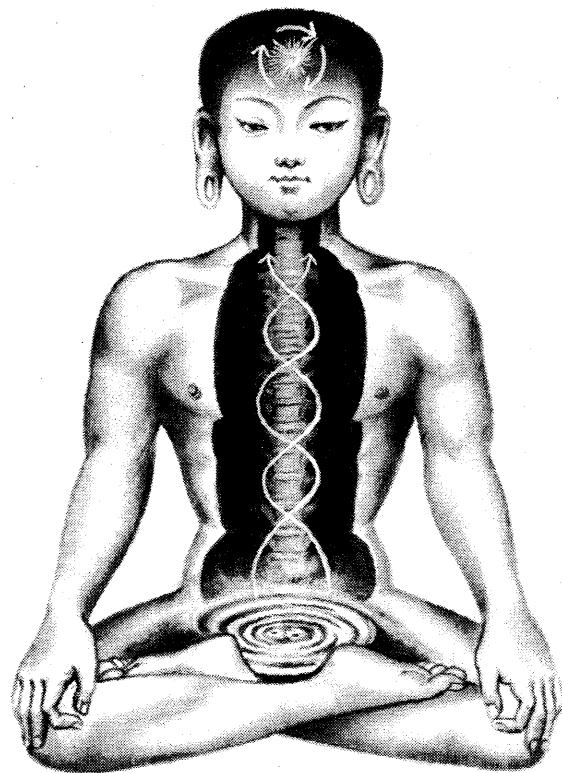
①背骨をまっすぐにして座る。座り方は正座でも結跏趺座、半跏座でもよい。また椅子に腰かけてもかまわない。要は図①のように背骨がまっすぐに伸びていることである。性エネルギーがスムーズに上昇するには、それがとても大切である。

②気が散るのを防ぐために、目は閉じる。そして精神を集中し、次のような情景を想像する。背骨の下、尾骶骨から数えて4つ上の仙骨のあたりに、こんこんと湧き出る命の泉を想像し、ほとんど視覚化する。その泉からは純白の輝くばかりの光が湧き出ている。その光のエネルギーこそ偉大な性エネルギーだが、それをイダとピンガラの2本のナーディを通し、背骨にそって上昇させる(図②)。

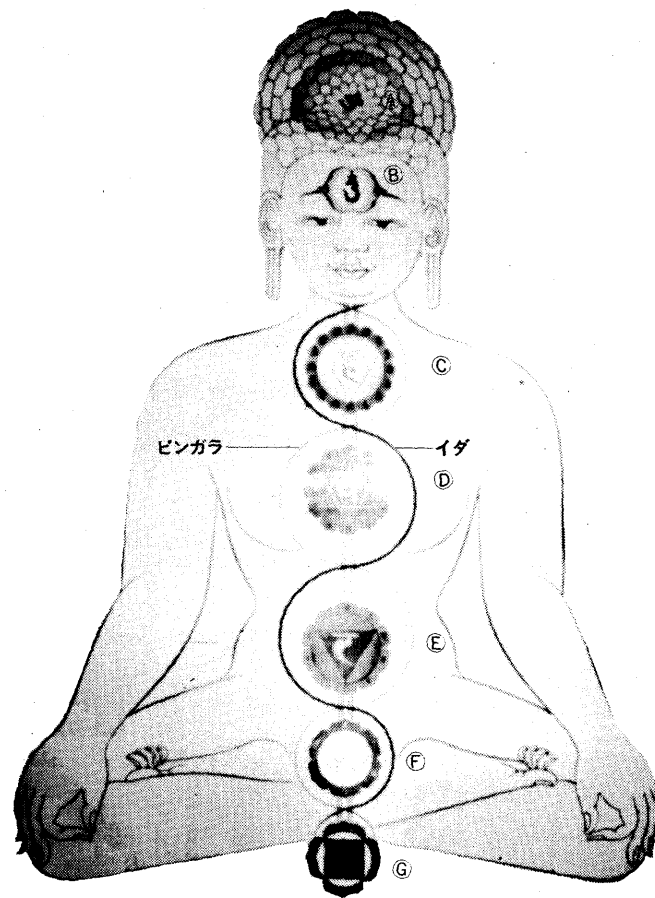
③その光のエネルギーが上昇するのを見ながら、ゆっくりと深く息を吸う。腹と胸と肩を、吸い込む空気でいっぱい満たすような感じで行う。

④光のエネルギーをらせん状に脳まで上昇させたら、息を止め、脳細胞すべてをそのエネルギーの光で満たす。

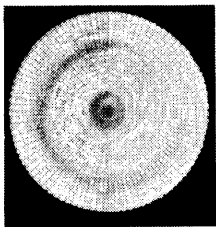
このとき大切なのは、つねに自分のやっていることを意識しておくことだ。漫然と意識を漂わせるのではなく、意識を意志によって導くのである。悩みごとや、終わったら何をしようか



図② 仙骨から上昇する性エネルギーを想像する。それは輝くばかりの純白の光となって、黄金の蛇のようにうねり、あるいは一筋の煙のように上昇する。その情景をありありと想像するのだ。



図① 人体のチャクラの位置とそのシンボル。性エネルギーは、イダとピンガラの2本のチャンネルを通して上昇する。イダは女性ホルモン・月を、ピンガラは男性ホルモン・太陽を象徴する。



図③ IIINNN
イ—ン

などといった雑念にとらわれず、自分が今やっていることの一举一動に意識を集中する。このエネルギーは機械的にやって動くものではないので、そこに注意することである。

⑤次に額の中央、眉間の奥（脳下垂体が位置しているところ）に意識を集中する。ここに超視覚のチャクラがあり、これが第3の目である。そのシンボルは図①⑧のようなものだ。

⑥このチャクラを、想像力を使って、右回り（時計回り）に速いスピードで回転させる。

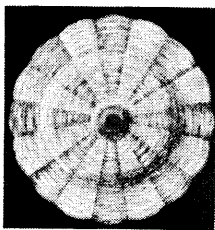
⑦チャクラが回り始めると、それは図③のような模様に見える。それを見ながらゆっくりと息を吐き、同時に次のマントラを唱える。

イ—ン (IIINNN)

このマントラのバイブレーションは私たちの意識に共振し、超視覚を活動させる。

エクササイズ2〔超視覚「ヴェイシユダーチャクラ」の開発〕

①前と同じように深くゆっくりと息を吸い、光のエネルギーを仙骨から上昇させる。白い光を想像するかわりに、電気の花火や花火の光を思い出し、その光が上昇するさまを思い浮かべてもよい。



図④ EEENNN
エ—ン

②頭部まで上昇させたら、脳を光で満たす。

③次には、眉間より少し下、のどの甲状腺の位置に意識を集めし、紫色の光を放つ輪を思い浮かべる（図①⑥）。この輪を右回りに回しながら、次のマントラを唱える（図④）。

エ—ン (EEENNN)

このマントラのバイブレーションは、私たちの内部聴覚を目覚めさせ、遠距離の音や目に見えない世界の音を聞くことができる超聴覚を開発する。「第九交響曲」で有名なベートーベンは耳が聞こえなくなっても作曲することができたといわれるが、それはこの超聴覚の開発によるものである。

エクササイズ3〔直観力「アナハタチャクラ」の開発〕

①背骨が曲がらないように注意しながら同様に座る。が、まっすぐに座るからといって緊張するのではなく、肩の力を抜いてリラックスする。そして、前と同じように息を吸いながら、光の上昇をありありと思ひ浮かべる。「想像する」「視覚化する」ことができるかどうか、それが訓練の成否を分ける。

②頭の位置までエネルギーを上昇させ、脳を光で満たしたら、心臓のやや左の位置にその光

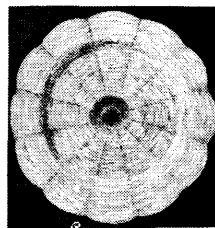


図5 000NNN
オ——ン

を下ろす。心臓の左心室が魂の座だからである。心臓のチャクラは血のように赤い。純粋な愛を表す真紅のバラの色をしている(図①⑤)。このチャクラを右回りで回しながら、マントラを唱える(図⑤)。

オ——ン (000NNN)

このチャクラの開発は特に重要な意味を持つ。というのは、これで私たちの体の3つのポイント、性—脳—心を結ぶことになるからである。

エクササイズ4「テレパシー能力・ハニビュラチャクラの開発」

①新たに息を吸いながら、光が上昇するさまを思い浮かべる。呼吸の長さは肺活量によって個人差があるので、むりやり長くする必要はない。自分の能力に合った呼吸を行えばよい。

②エネルギーを頭部に上昇させ、脳を光で満たす。ここまではどのエクササイズも同じだが、とにかく雑念を振り払って意識を集中して行うことが大切である。

③次に光のエネルギーを頭から下降させ、体の前側を通して、

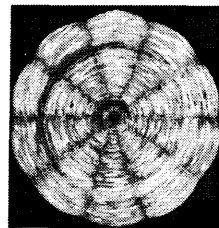


図6 UUNN
ウ——ン

へそのまわりに位置する太陽神経叢に導く。ここにはテレパシーの機能を持つチャクラがあり、開発すると、遠くからのメッセージを受け取り、自分からも送ったりする能力が開発できる(図①⑥)。

④チャクラが勢いよく右回りに回っているのを見ながら、次のマントラを唱える(図⑥)。

ウ——ン (UUNN)

このマントラは、テレパシー開発に有効だけではなく、胃や腸など、消化器の病気の治療にも使うことができる。

エクササイズ5「超記憶の開発」

①ここでの記憶は、現世だけではなく前世記憶の開発も含まれる。

まず、これまでのように息を吸いながらエネルギーを上昇させ、頭まできたら脳を光で満たす。

②次にそのエネルギーを、今度は体の後ろを通して肺の位置まで下降させる。

③肺の部分に意識を集中しながら、次のマントラを唱える(図⑦)。

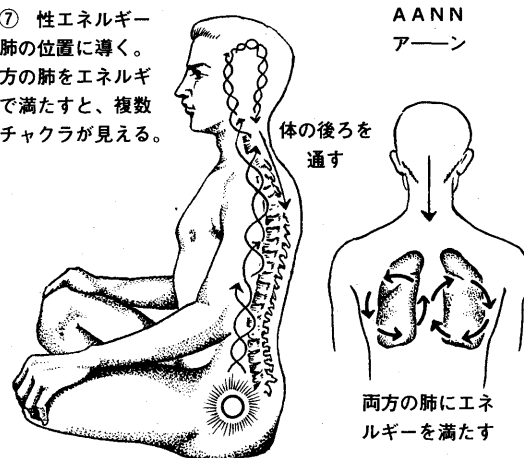
ア——ン (AANN)

マントラについては前にもふれたが、こうした一定の音のバイブレーションが、いかに私た



図⑧ 練習の仕上げとして全身を光で満たす。

図⑦ 性エネルギーを肺の位置に導く。両方の肺をエネルギーで満たすと、複数のチャクラが見える。



AANN
アーン

体の後ろを通す

両方の肺にエネルギーを満たす

ちの体の一定部分に振動するか、このマントラで実験すればよく確認できるだろう。

その方法は、「アーン」と発音するとき、手のひらを背中の肺の位置、ちょうど肩甲骨の付近に当てるのである。すると本当に肺の部分だけが振動しているのを感じることができる。この振動によって、その部分の血液循環も促しているのだ。

エクササイズ6 (全身を光で満たす)

① 息を吸いながら、光はまだ上昇させずに、性器に意識を集中する。そして口を固く閉じて、鼻から息を吐きながら、

MMMMMMMM

のマントラを発音する。これは日本語では書き表しようがないのだが、「ムー」でも「モー」

でもなく、口を閉じた「ム」の発音といった感じだろうか。このバイブレーションは、性ホルモンのエネルギー的成分を活動させるものだ。

②そして、最後にもう一度息を吸いながら、黄金のコブラが立ち上がるさまを思い浮かべ、輝くエネルギーを上昇させる。

③ゆっくりと上昇させながら、このエネルギーが全身の内分泌腺に栄養を与え、体じゅうを光で満たすのを強く想像する。

④その間、息を吐くときには、

SSSSSSS

というマントラを唱える。これは日本語の「スー」ではなく、口を横に開けて歯の間から息を出すようにして発音する。ガラガラ蛇のような音である。

⑤らせん形を描きながらエネルギーが頭まで上昇すると、全身が光で満たされているのが感じられると思う(図⑧)。

以上のステップで、超常感覚開発の1サイクルが終了する。

練習時間は毎日15分〜30分。何回かこのサイクルを繰り返せばよい。重要なのは、機械的に繰り返すのではなく、想像力と意志力を使って、つねに意識的にエネルギーを方向づけること

である。それには、各マントラを3回ずつ発音したり、順序を変えたり、ひとつのエクササイズに集中するなどして工夫をこらすとよい。

エクササイズ7「エネルギーを創造力に向ける」

このテクニックで使うマントラは「ハム サッ」(HAM SAH)である。インドのヨギが使う、性エネルギー昇華のマントラだが、一般には秘密とされている。

①まず結跏趺座、または半跏座で座る。できなかつたら正座でもよい。香を用意しておいてそれをたくと、気持ちをは落^おち着^きかせる意味でも効果がある。

②呼吸を整え、卵^{たまご}巣^{うす}または前立腺^{ぜんりつせん}の位置に意識を集中する。そして、ゆっくり、ゆっくり、できるだけゆっくり、同時に深く息を吸いながら、声を出さずに(息を吸っているので声は出せない)メンタルに次のマントラを唱える。

ハム (HAM)

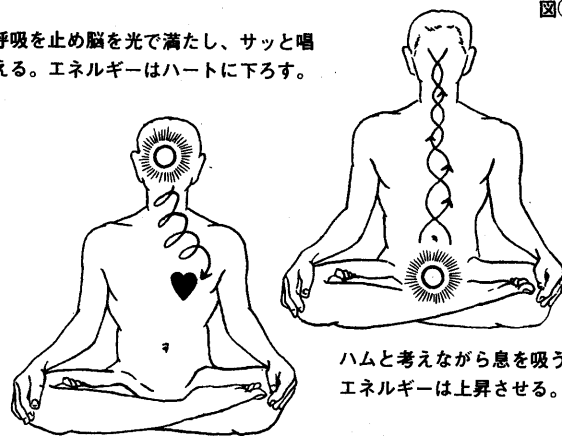
③今までの練習と同じように、背骨にそって性エネルギーが上昇していく情景を視覚化する。

④エネルギーが頭部まで上昇したら、息を2、3秒止め、その間、輝く黄金色の光で脳を満たす。

⑤次に、息を吸ったときとは反対に、速く、短く、ほとんどくしゃみをするような感じで、

図⑨

呼吸を止め脳を光で満たし、サッと唱える。エネルギーはハートに下ろす。



ハムと考えながら息を吸う。
エネルギーは上昇させる。

息を吐く。同時に次のマントラを唱えながら、エネルギーをハートに下ろす。

サッ (SAH)

⑥このマントラは音を出す。息を吐きながら、口から外に出るのは空気だけで、エネルギーはすべてハートに残ることを想像する。

⑦息を吐き終わったら、すぐに再び「ハム」と考えながら、ゆっくりと息を吸う。そして性エネルギーの上昇、呼吸を止め脳を光で満たし、「サッ」と強く速く息を吐く、という一連のサイクルを繰り返すのだ(図⑨)。

⑧この要領で、3分間、何回か繰り返す。初心者は3分以上は行わないこと。肉体を強制することになるからだ。強制は何ごとにつけても望ましくない。

⑨このテクニクを実行していると、やがて

偉大なエネルギーを感じるようになるだろう。3分間、「ハム」「サッ」を行った後は目を閉じ、自分の中でどんなイメージや光が見えるかを知るために、静かに瞑想する。

エクササイズ8「アストラル体を黄金のシャワーで満たす」

いくつかのテクニクを続けて行う場合、その間を5分間くらい休むほうがよい。呼吸を普通のリズムに戻すためである。そうしないと、私たちの呼吸器系を強いることになる。

練習は立ったままでも、楽な姿勢で座ったままでもいい。ただし、エネルギーを上昇しやすくするため、背骨をまっすぐに保つようにするのは今までと同じである。

①まず性器に意識を集中し、ゆっくり息を吸う。次に息を吐きながら次のマントラを唱える。

カン デイル (KAN DIL)

この場合は「カン」を高く細く、「デイル」を低く太く発音する。

②次にもう一度息を吸い、そして息を吐きながら次のマントラに移る。

バン デイル (BAN DIL)

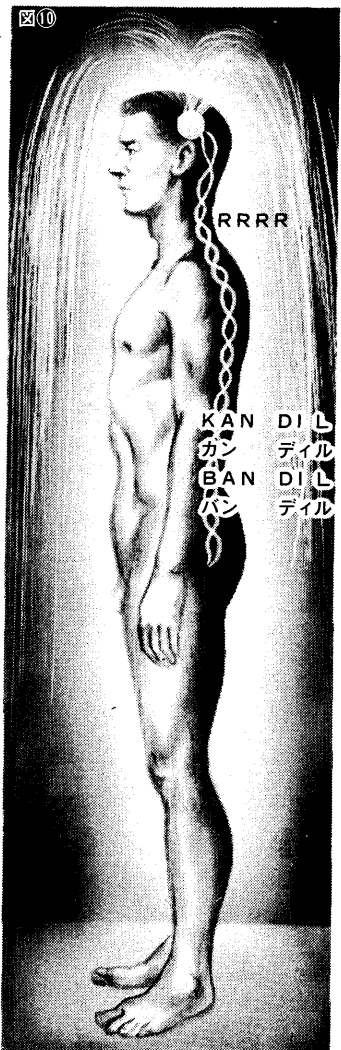
これも「バン」を高く細く、「デイル」を低く太く発音する。

③すぐにまた息を吸い、今度は次のマントラを唱える。

RRRRRRRRR

これは巻き舌で、モーターの音のように、あるいは子供の声のように高く細く発音する。
④さて、右のようなマントラを唱えると同時に、想像力もはたらかせる。背骨を上昇する性エネルギーを視覚化するのだ。

⑤性エネルギーが頭の位置まで上昇したら、それは松果腺を通り、アストラル体をおおうように、黄金のシャワーとなってふりそそぐ。その場面をありありと思い描く。松果腺はアストラル体が外に出るとき、すなわち幽体離脱をするときの出入り口になる場所である(図10)。
⑥このエクササイズは最高15分間まで行ってもよい。

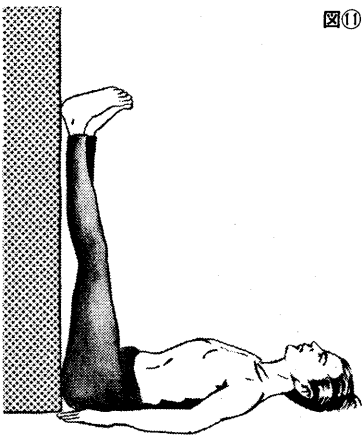


エクササイズ9 [脳の血液循環とチャンネル洗浄]

このエクササイズは、脳の血液循環を促進して頭のはたらきをよくし、同時に7万2000の神経チャンネルを洗浄するものである。このチャンネルというのは、気の通り道で、このチャンネルに汚れがなく、流れがスムーズになることで、幽体離脱がたいへんやりやすくなる。

①両足を壁に向け、その前におお向けに寝る。

図11



②そして、両足を高く上げて壁と床とで直角を形づくる。足は壁で支えられているので楽にできるはずだ(図11)。

③そのままの状態で心身をリラックスさせる。ここでも想像力を使って、頭を、両眼を、口を、舌やあごにも力を入れずに完全にゆるめる。肩、腕、指など、次々に体じゅうに意識をかけめぐらせながら、リラックスしていく。その際、自分なりに体の各部に意識を向ける順番を決めておき、いつもその順番どおりにやって

いくと効果が早く現れるだろう。

④この練習は行動を起こす(能動)のではなく、リラックスした体の中を、自由に流れるエネルギー(氣)が感じられるように受動的な気分で行うとよい。そのポーズも受動的なものであるからだ。足を高く上げているので、足から頭に向かって流れるエネルギーが、アストラル体の出入り口である松果腺まで流れていくのがわかると思う。

⑤この練習は比較的楽なので、30分まで行ってもよい。

エクササイズ10 (エジプト式性エネルギー昇華法)

①東を向いて結跏趺座(半跏座・正座)で座る。あるいは椅子でもいいが、例によって背骨がまっすぐになるよう注意する。手は自然に太ももの上に置く(図⑫)。

マントラは、

トン サー ハン

トン ラー ハン

男性と女性ではちょうど反対になるので、注意して説明を読んでもいただきたい。

②目を閉じて呼吸を整え、雑念をはらったら、仙骨に意識を集中する。

③聖なる母に、性エネルギーの昇華、および正しい方向づけを祈る。子が母に願うような、

図⑫



心から湧き出る言葉であれば、表現は自由である。

④次に男性は、右手の親指で右の鼻孔を押さえ、声を出さずに、

トン (TON)

と心の中で発音しながら、ゆっくりと息を吸う。

⑤同時に右の睾丸から仙骨の位置に性エネルギーを移動させる。もちろん今までの練習で習得した想像のテクニクを使う。

④女性の場合は、右手の人差し指で左の鼻孔を押さえ、声を出さずに、

トン (TON)

と心の中で発音しながら、ゆっくりと息を吸う。

⑤同時に左の卵巢から仙骨の位置に、性エネ



ルギーを移動させることに意識を集中する。
⑥そのまま右手の親指と人差し指で両鼻孔を閉じ、声を出さずに、

サー (SA)

と発音する。

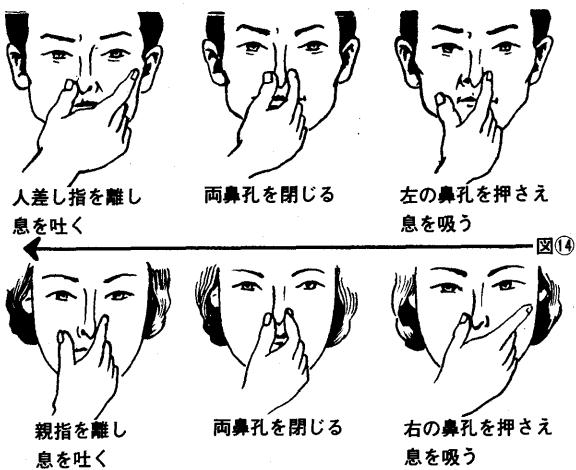
⑦同時に、今度は仙骨の位置から脳まで、性エネルギーを上昇させることに意識を集中する。青白く輝く光、白い蛇、らせん状に上昇する光などを強く想像するのだ。

⑧男性は右手の親指を離し、右の鼻孔から息を吐きながら、

ハン (HAM)

と発音する。同時に性エネルギーを脳からハートの位置へと移動させる。

⑧女性は右手の人差し指を離し、左の鼻孔から息を吐きながら、



ハン (HAM)

と発音する。同時に性エネルギーを脳からハートの位置へと移動させる(以上図13参照)。

⑨次に男性は、右手の人差し指で左の鼻孔を押さえ、右側から深くゆっくりと息を吸う。

⑩トン (TON)

と発音しながら、左の睾丸から仙骨へ性エネルギーを移す。

⑨女性は、右手の親指で右の鼻孔を押さえ、左側から深くゆっくりと息を吸う。

⑪トン (TON)

と発音しながら、右の卵巣から仙骨へ性エネルギーを移す。

⑪そのまま、右手の人差し指と親指で両鼻孔を閉じ、ゆっくりと、

ラー (RA)

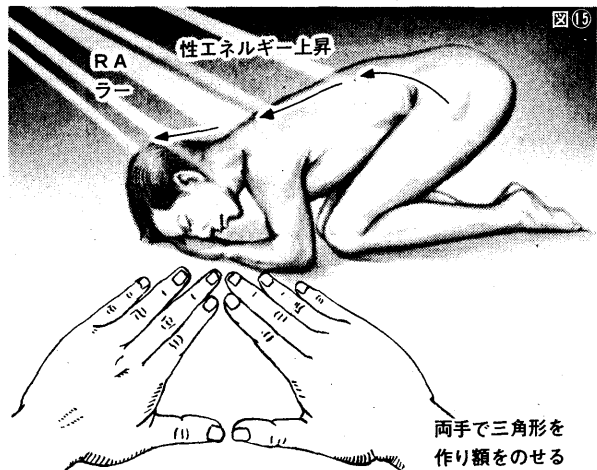


図15

と発音する。同時に仙骨から脳まで性エネルギーを上昇させる。

⑫最後に男性は、人差し指を離し、左の鼻孔から息を吐きながら、

ハン (HAM)

と発音する。同時に脳からハートの位置へと性エネルギーを移動させる。

⑬女性は、親指を離し、右の鼻孔から息を吐きながら、

ハン (HAM)

と発音する。同時に、脳からハートの位置へと性エネルギーを移動させる(以上図⑭参照)。

⑭ここまでの動作を1サイクルとして、朝・晩、各6サイクルずつ行う。

⑮6サイクルの練習が終わったら、東を向いて床にひざまずき、両手の親指と人差し指で三

角形を作る。

⑮ついで両手の三角形を床につけ、そこに額がつくように前かがみになる(図⑮)。

⑯聖なる母に意識を集中しながら、

ラー (RA)

のマントラを7回続けて発音する。同時に性エネルギーが仙骨から頭部に向かって上昇するありさまを、リアルに思い浮かべる。

⑰最後に聖なる母に感謝して練習を終了する。

聖なる母への祈り

このエジプト式性エネルギー昇華法の特徴は「聖なる母」への祈りである。聖なる母とはインドではデビ・クンダリニー、エジプトではイシス、キリスト教徒にとってはマリア、日本では観音または弁財天と呼ばれる、私たちの内に宿る魂の母のことである。

私たちを産んでくれた肉体の母が、私たちに乳を与え、病気になるまで看病し、いつも成長を見守ってくれたように、魂の母は、私たちの精神的な変化を見守り助けてくれる。精神的な成長、霊的進化を遂げるために努力するとき、聖なる母は惜しみない援助を与えてくれるのである。

性エネルギー昇華は霊的進化と二人三脚で進めていかなければならないものだ。だからこのエクササイズを成功させるためには、聖なる母の援助は欠かせないものである。どのようにして援助してもらうかという点、それは「祈り」である。

神々と人間を結ぶ性エネルギーを操作するとき、一方通行にならないためにも、神々と人間との会話である祈りが重要になる。この祈りによって、高次元からのエネルギーが私たちの周りを取り巻いて、さまざまな私たちでエクササイズを成功に導いてくれるのである。一度も祈ったことがない人でも、恥ずかしがらずに、素直な気持ちで祈るとよいと思う。心から自然に湧いてくる言葉で、自分の魂の母に話しかけてみよう。

聖なる母に助けを願うときの祈り方をひとつご紹介しよう。雰囲気を整えて、自分が真摯な気持ちになれるような条件をつくって祈る方法である。

①小さなテーブルか台を用意して、できれば東側に置く。その上に香とろうそくを置き、雰囲気を整めるために香をたく。ろうそくは必ず白を用い、エクササイズを実践している間は火をつけておく。仏陀や観音、竜神やキリストなど神聖なイメージを喚起させるものがあつたら、それもいっしょに置いておくとよい。それらは高次元のパイプを開くのに役立つものである。反対に邪悪なイメージのものは決して置いてはいけない。

②用意ができたなら両腕を胸の前で交差させる。このとき右手が上側にくるようにする。そし

てひざまずく。この「ひざまずく」という動作は、自分のすべてのエネルギーをこめて、真剣に祈るということの意味している。

③次に頭を下げて、ハートに意識を集中し、

万物が幸福でありますように

万物が幸運でありますように

万物が平和でありますように (以上3回繰り返す)

アーオーム (3回繰り返す)

聖なる母、私の性エネルギーを光と愛に昇華するよう助けたまえ。仏陀の名において ありがとうございます (3回繰り返す)

仏陀でなくてもキリストでも天照大神でも、単に神々の名においてでもよいのだが、祈るときにはこのように神の名において、または、聖なる法により、という言葉をつけ加えることが大切である。それは、神の介在、聖なる法の介在を頼むことで、祈りの内容に対しての最もよい結果を得ることにつながるからである。

④祈りが終わったら、今までに紹介してきたテクニックのうちで、自分にいちばん合うものを選んで実践する。この祈りと昇華法を組み合わせることで、単独では発揮しえない大きな効果を生み出すことができる。

⑤終わったら、ハートに意識を集中して、聖なる母に心からの感謝を捧げる。

全体的な注意点

さて性エネルギー昇華法の説明が終わったところで、全体的な注意点について述べておこう。まず、すべてのテクニクをひととおり全部やってみて、ひとつひとつのテクニクを覚え、理解する。そうして自分に最も効果があると感じるもの、また合っていると感じるものを選び、2つか3つを夜眠る前に行う。それは昼間活動しているときに、いろいろなかたちで蓄積された性エネルギーを昇華させるためである。そうすることで、夢精や夢の中の性的誘惑による性エネルギーの消耗が避けられる。朝起きたときにも、もう一度実行する。それによって一日中落ち着き、仮に性的な誘惑があったとしても、退けることができる。

このように朝と夜、性エネルギー昇華を行う。時間があるときは昼間、1時から5時の間にもう一度やってもよい。また、食後は最低2時間たってからにしたほうがよい。

テクニクは一度に3つまで行うことができる。ただし各テクニクは続けては行わず、間に必ず5分間の休憩を入れる。呼吸を普通のリズムに戻してから、次のテクニクに入るためである。

性エネルギーを洗練し昇華させるためには、生野菜を多く食べ、豚肉は極力食べないように

する。豚肉は性ホルモンに害を与えるからである。また美しいクラシック音楽は内分泌腺を調和させるので、エクササイズを実践しているときにBGMとして流しておくとうい。

何かの刺激を受けたり思い出したりして、性的な考えが頭に浮かぶごとにホルモンが分泌される。それをそのまま下腹部にためておくとう性欲が起こってくる。そこでこのエネルギーを上昇させて、体内の上部に分配しておけば多くの利点がある。それについてはこれまでに詳しく述べてきたので、おわかりのことと思う。

成功のための重要ポイント——心理

最後に、性エネルギー昇華を成功させるための重要なポイントである「心理」について説明しておこう。

人間はだれでも、魂、霊（心理）、肉体の3つから成っている。そして霊、すなわち心理は、魂と肉体の間にあって、その2つの媒体の機能を果たす。私たちの感情を中和させて、内的な調和を保つ、ということである。この内的調和がなければ、人間は理性を失ってしまい、たいへん危うい状態であることになる。反対に心理に疲労や圧力がなく、完全な調和にあるときには、肉体も健康である。

心理学でも確認されているように、心理のあり方によって、必ず何らかの物理的な結果が生

じる。それは、私たちが考えたり思ったりすることが、遅かれ早かれ言動となって現れるということである。エロチックな考えが浮かぶごとに性ホルモンの分泌が促され、それが言動につながるということだ。私たちが考えることによって、性エネルギーは大きな影響を受けるのである。

だから、性エネルギー昇華を正しく行うためには、メンタル・クリーニング（心理の浄化）が必要不可欠となる。

もし、心理を浄化して意識的にエネルギーを方向づけるのでなければ、エネルギーは勝手に自分の道を見つけて進んでしまうのだ。その危険性は大きいし、しかもその道とは、ほとんどの場合、私たちの欠点に直結している。そうなると、自分の欠点をさらに増長させてしまうことになるのである。せっかくのエネルギーが無駄に使われるどころか、悪いことに使われるわけだ。ここが性エネルギーのこわいところである。

心理的な自己観察なしでは、性エネルギー昇華は失敗する危険があることを、くれぐれも忘れないでいただきたいと思う。

自己観察というのは、自分の心理の動きをつねに見張っていて、欠点が出てきたらそれをなくすように努力するということだ。その内的ワークのポイントは、次のようなものである。

内的ワークの方法

① 私たちの心理の中から、ねたみ、嫉妬、うぬぼれ、動物的性欲、憎悪、虚栄などを追いつ決心をする。そして、そうした自分の内なる敵と戦うべく、勇気をもって立ち上がる。そのような陰性な考えが浮かんだら、マインドの中に居座る前に、すぐに追い出してしまうことである。

② 敵（心理的欠点）に栄養を与えて太らせないために、読書、映画、テレビの番組などを選択し、ボルノや暴力的なものを避けるようにする。

③ 性エネルギー昇華、その他霊的進化をめざすエクササイズを行うときには、できるだけ健康的な、また純粋な考えを持つこと。

④ 強敵があつて、雑念ばかりが湧くようなら、昇華された性エネルギーと聖なる母の助けによって、その欠点を抹殺することができるという点に注目しよう。どうするかというと、欠点を怪物に見たて、黄金のコブラがその怪物と戦って呑み込んでしまう情景を思い浮かべるのである。

この方法を繰り返すことによって、敵を衰弱させ、徐々に滅ぼしていくことができる。

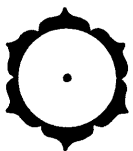
⑤ 日常生活のどんなときにあつても、自分の心理を観察することを忘れないこと。考えたこ

とは言動となり、何らかの結果を引き起こすということを肝に銘じて、マイナスの考え↓悪い結果、プラスの考え↓いい結果、という図式を自分の中にたたき込んでおくことよい。また心理ばかりでなく、言動にも注意を払うことが大切である。

⑥結婚前の性関係は避けること。結婚後にはカップルのための昇華法がある（次章参照）。

以上である。この内的ワークとエクササイズを同時に進めることで、私たちは超人への道をまっすぐに歩んでいくことができるのである。

—第4章—カップルのための性エネルギー―昇華秘法



カップルの昇華法には高度なエクスタシーが伴う

この章では、男女が協力して行う性エネルギー昇華法をご紹介します。

このプラクティスをうまく成功させれば、その効果はひとりで行うものよりもはるかにすばらしいものだ。しかし失敗する危険性も高い。ひとりで行う昇華法で、性エネルギーを消耗することはまずないが、カップルで行う場合は、第1に消耗しないことから学んでいかなければならないからだ。

なぜなら、カップルは互いに交わるからである。しかし射精はしない、オーガズムにも達しない。それらは性エネルギーを外へ放出してしまうことになるからだ。

〈男女の交わりイコール射精〉と考えている人には、こういう性行為はたいへん奇異なものに思えることだろう。おそらく「そんな味気ないセックスをするくらいなら、消耗でも何でもいから、今までどおりに楽しんだほうがいい」といわれることと思う。が、それは早合点というもので、そういう一種動物的な性行為を超えたところにあるエクスタシーは、言葉ではいい表せないくらいすばらしいものである。

人間は、この生命を産みだす神秘的な力である性を通して神になろうとする。人間同士でありながら、神の創造に参加するという神聖な儀式としての性行為を行うわけである。だからそ

の行為における感覚も、人間離れたすばらしいものであることは、十分想像できることだ。しかしそうした高度のエクスタシーは、どんなカップルでも得られるというものではない。カップルの条件というものがある。以下それを列記してみよう。

カップルの条件

- ① 相手を心から愛していること。
- ② その愛は奪うものではなく、惜しみなく与えるものであること。
- ③ 思考と感情と意志が一致していること。
- ④ 互いの間に打算がないこと。
- ⑤ 愛と情欲を混同していないこと。
- ⑥ 一生を誓い合った夫婦であること。

サマエル・アウン・ベオールは、右の条件を満たしたカップルの性エネルギー昇華では、次のようなことが起こるといっている。

① カップルが性的に結ばれ合い、至高のエクスタシーに満たされるとき、2人は神々のような創造力を持ったアンドロギヌス（両性具有）となる。超視覚者ならば、そのとき2人の周囲を、聖なる黄金の輝きを取り巻いているのが見える。

②性の行為が長くなるにつれて、また甘美な愛撫によるエクスタシーが高まるにつれて、精神的で至高なる官能のふるえを感じる。そんなとき、カップルは宇宙的な電気と磁気で充電されておき、宇宙の強烈な力が彼らのアストラル体の奥深く蓄積される。そしてチャクラが輝き始め、神秘的な力が体の経路を循環する。

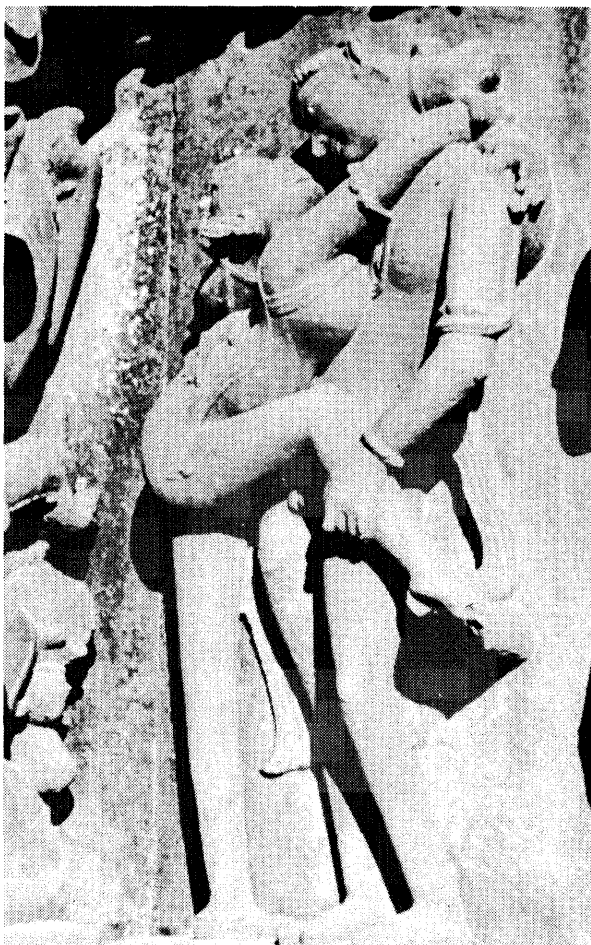
③燃えるような口づけと愛撫は、宇宙のオーラを通して、感動的に響きわたる不思議な調べに変えられる。そして火の蛇は揺り動かされる。

④カップルによる性エネルギー昇華によって、宇宙的な流れのすべて、聖なる力のすべてを保持することができる。そのときクンダリーニが目覚める。そしてわれわれを神々へと変えるのである。

つまり、カップルのための昇華法は、できるだけ長く行い、エクスタシーが高まるにつれて、宇宙のエネルギーを吸収できる。そしてクンダリーニが目覚め、チャクラが開発されるといえるのである。

この昇華法には、いろいろなマントラがあるのだが、それらは、特にどのチャクラを開発するためのものと決まっていはいない。自分たちにピッタリくるマントラを、そのつど選んで発音すればよいのである。

ということは、このときのチャクラの開発は、クンダリーニの上昇につれて順番になされて



↑カジュラホの寺院の外壁は、男女交合の彫刻で埋められている。この交合像は、性の各段階を示しており、性を境として人間が神にも獣にもなることを示している。

いか、あるいは自分に最も必要なチャクラから動き始めるということになる。それは、ひとりで行うプラクティスのときよりも、ずっと速いスピードで進んでいく。

しかし、だからといって、決してひとりで行うプラクティスが劣っているということではない。ただ、2人で行うものが破格な効果を持っているといったほうが正確である。それだけに失敗の危険性も高いわけで、パワーをつけるにしたがって黒い力に利用されることもあるので、十分な注意が必要である。

次に、その方法について順次述べていこう。

プラクティスの方法

〔体位〕

男女が向かい合う形がもっともよい。

体の中で磁気が強い部分は、目、腋の下、胸、口、そして生殖器である。それらが互いにふれ合う姿勢がよいのである。それさえ守られていれば、横になっても、男性上位、女性上位、どちらでもかまわない。

またタントラの図によく見られるように、男性が半跏座で座り、女性は男性の胴に足をからませるような格好で、男性の両足の上に座る体位でもよい。これは射精を避けるために有効な



↑タントラに示された半跏座の体位。インドのヨガ行者たちもこの体位で性エネルギー昇華を行い、何時間もの間、エクスタシーの状態であいられたという。

姿勢である。

はるか昔、インドのヨギ（ヨーガ行者）たちは、この体位で性エネルギー昇華を行った。ヨギたちはプラクティスの実践中は何も考えず、エクスタシーの状態のまま、何時間もすごしたということだ。

〔ふれ合い〕

男女の体が近づくと熱が生じる。この熱は、単なる肉体的な熱ではなく、崇高な感情から呼び起こされる電氣的な熱である。これが性ホルモンを昇華させるのに重要な役割を果たし、クンダリーニーを目覚めさせるためにもなくてはならないものだ。

この「熱」をたくさん出すには、感情の動き、つまり相手に対する情熱的な愛が必要である。それによって感受性を鋭くし、体じゅうに熱を満たすのである。特に女性は感受性が強いので、それをさらに鋭くしていくとよい。行為の間の集中力が威力を増してくれるだろう。

動きはソフトに、ゆっくりやさしく行う。強くて速い動きは動物的な肉欲を呼び起こしやすいため、そこをおさえて、相手に対する熱い想いをひとつひとつの愛撫にこめるのである。感情をまずコントロールし、それに動きをそわせていくことで、うまくいくはずだ。

熱い口づけ、やさしい愛撫は長く続けるとよい。このときは先ほどの体位に特にこだわらなくてもよいが、退廃的なことはやらない。何が退廃的な行為であるかは、おのおのが直感的に

知っているはずだから、あえていわないが、ひとつだけあげると、性器への接吻は行ってはいけない。これは黒魔術師たちが好む方法で、人間の意識を眠りの彼方へと押しやってしまう。

行為中、ボーッとしていっていると、マインドの中にこれまで蓄積してきた性的な情報が出てくる。これをそのままにしておくと、肉体は妻（夫）と性行為をしていながら、心では他の女性と交わっているということにもなりかねない。

そうになると、いくらかたちは性エネルギー昇華をしていようと、もうそれは上昇していかない。こういう目に見えないエネルギーを動かすときには、やはり目に見えないものである感情（心理）の状態が大きく影響するからである。

性エネルギー昇華は、崇高な感情と意識をもって、精妙なエネルギーを操作するのである。高次に通じる一種の儀式というとならえ方をしてもいいほど、神聖なものなのだ。

〔結びつくところ〕

男女が文字どおり結合するところは、男根と女陰である。それだけである。他の部分との結合は、エイズの例をひくまでもなく、往々にして性病の原因になる。

〔水の中の性行為〕

水の中の性行為は不能と麻痺の原因となる。水はたいへん磁氣的なもので、性エネルギーの昇華をさまたげる。またそのように一種の遊びとして性エネルギー昇華を行うことは、慎重

なければならない。

〔性エネルギーを消耗したとき〕

男性が性エネルギーを消耗、つまり射精をする、もう性エネルギーは上昇していかない。そこでそのプラクティスは終わりである。たとえ女性のほうがオーガズムに至^{いた}っていなくても、これは2人のチームワークで行うものなので、それ以上続けることはできない。

射精する前に身を引く、ということ覚え、熟練^{じゆく}していくことである。はじめは失敗することもあるだろうし、人によっては射精を止めることにせいっぱいで、精気を上昇させるまでにはいかないこともあるだろうが、うまくなると、体の中に精力がみなぎってくる。もし射精をしてしまいそうになったときには、すぐに行爲を中断し、息を止めるとよい。鼻をつまむとさらに効果が増す。また、肛門^{かうもん}の括約筋^{くわつやくきん}をしめるのも役に立つ。

女性がオーガズムに達したとき、男性がまだ射精をしていなくても同じことである。オーガズムに達した瞬間、女性の生体的な機能^{きか}は一時的にストップする。女性のオーガズムを「小さな死」と呼ぶのはそのためだ。そうなるともう性エネルギーは上昇しないので、そこでプラクティスをやめなければならない。女性の場合も同じく、息を止めることで防ぐことができる。

〔呼吸法〕

ひとりで行うプラクティスでも呼吸が重要なポイントになっていたが、それはカップルの場

合でも同様である。おもにマントラとの組み合わせで行う。

呼吸はつねに深くゆっくり行う。よく映画などで見られる、あえぐような呼吸はよくない。そして、マントラを唱えるとき男女の呼吸はちょうど逆になるようにする。男性が息を吐くときには女性は息を吸い、女性が吐くときには男性は吸うのである。こうすることで、磁気的な陰と陽のエネルギーが交差^{かうさ}する。女性が吐く息によって男性は磁気エネルギーを得、男性が吐く息によって女性もそれを得る。

息を吸うときに、性エネルギーを仙骨^{せんこつ}から背骨にそって上昇させ、脳とハートに送る。これはひとりで行う場合と同様である。この呼吸法にマントラを組み合わせるのである。

〔マントラ〕

性エネルギーの上昇を助け、それを脳とハートの栄養となる高等な成分として結晶させるのが、マントラのはたらきである。

発音の仕方は呼吸のところでは述べたように、男性が発音しているときには、女性は息を吸い、次に女性が発音しているときには、男性は息を吸う。その繰り返しだ。マントラを発音しているときにも、スシュムナ、イダ、ピンガラの3つのチャネルをエネルギーが上昇し、脳とハートに至る状態をありありと思ひ浮かべることが大切だ。

マントラは一種類だけを選んで発音しても、いくつかを組み合わせてもよい。同じものばか

りを発音していると、プラクティスが機械的になるので、いろいろ工夫するとよいだろう。

●マントラ「ヘーアーオー」(HAO)

男性 イー (女性は息を吸う)

女性 イー (男性は息を吸う)

男性 アー (以下同じ)

女性 アー

男性 オー

女性 オー

この繰り返しである。何度発音してもかまわないが、雑念を極力排除して行うこと。たとえばそのとき、自分が抱えている問題のことを思い起こして発音すると、その問題は強いエネルギーによってさらに強烈に残ってしまう。意識集中が大切な所以である。

●マントラ「ヘーイス ダアス ドオス」(DIS DAS DOS)

男性 デイ—ス— (女性は息を吸う)

女性 デイ—ス— (男性は息を吸う)

男性 ダア—ス— (以下同じ)

女性 ダア—ス—

男性 ドオ—ス—
女性 ドオ—ス—

この「ス—」という発音のときに、性エネルギーが仙骨から上昇していく様子をありありと思い浮かべる。この音はエネルギーを上昇させるのに特に効果があるので、できるだけ長く発音する。おそらく、背骨にそってらせん状に上昇していくエネルギーを、ありありと感じられることと思う。

●マントラ「ヘーイ オン イス イオ」(DI ON IS IO)

男性 デイ— (女性は息を吸う)

女性 デイ— (男性は息を吸う)

男性 オ—ン— (以下同じ)

女性 オ—ン—

男性 イ—ス—

女性 イ—ス—

男性 イ—オ—

女性 イ—オ—

これはギリシアの秘儀で実践されていたマントラである。

● マントラ ヘヤム ドラム フム (YAM DRAM HUM) >

男性 ヤム—— (女性は息を吸う)

女性 ヤム—— (男性は息を吸う)

男性 ドラム—— (以下同じ)

女性 ドラム——

男性 フム——

女性 フム——

これはチベットのマントラである。

こういったマントラを発音するとき、決して機械的に繰り返すのではなく、集中することが大切だ。いずれも調和のとれた、すばらしいバイブレーションである。

〔寝室の雰囲気〕

明るさ——真っ暗にしてはいけない。暗いところではマインドに蓄積されたイメージがどんどん出てきてしまう。といって明るすぎるのも風情がないので、ろうそくをつけておくとか、小さなスタンドをつけるなどして、ロマンチックなほのかな明るさを保つとよい。

香——上品な香り^{かほ}を漂^{ただよ}わせる香は、部屋^{こう}の雰囲気^{ふんいき}を清^{きよ}め、精神^{しん}を鎮^{しず}めるはたらきがある。また何よりもすばらしいのは、アストラル体^{こう}を浄化^{じようか}する効果を持つことである。ただ動物性や鉱



物性のものはだめで、必ず植物性のものを用いること。性エネルギー昇華のときだけに限らず、日常でも習慣的にたたくようにするといいたいだろう。

音楽——バイブレーションのいいクラシック音楽をBGMとして流しておく、官能的な考えを消すのに役立つし、愛の盛りあがりにもいい。

その他——ロマンチックで神聖な雰囲気を高めるための工夫を、そのときそのときで、少しずつ違えるなどして凝らすとよい。

〔エゴへの攻撃〕

上昇・昇華させたエネルギーを、まず向けなければならぬのが、エゴに対してである。エゴとは文字どおり、自分の欠点、欠陥部分のことだ。

たとえば欠陥車を直すときには、まず車全体を点検して欠陥部分を捜し、そこを修理する。それから古くなっているところを補強したり、ボディを洗ってきれいにしたりするわけだ。

人間でも同じで、瞑想と自己観察によって欠陥部分であるエゴを捜し出したなら、それを修理するべく集中攻撃をかける。

カップルの場合は、2人で同じエゴに攻撃をしかける。2人で話し合って、自分たちの中で緊急に直さなければならぬ欠点を見つけ、その撲滅に集中するのである。

2人が小さなケンカをよくするとしたら、その原因をさぐり、そのもととなっている欠点を

排除すればよい。それは「うぬぼれ」であったり、「嫉妬」「肉欲」「貪り」であったりするだろう。

標的としたエゴが完全になくなるまで、攻撃を続ける。完璧に行って、だいたいひとつのエゴを排除するのに3か月の時間がかかるといわれている。

洋の東西を問わず、いつの時代でも真摯な求道者が最も悩み、必死で捜し求めた解答がこれだ。すべての問題の根底にあるエゴたちを根絶するには、それより強い唯一の力、昇華された性エネルギーしかないのだ。それらをひとつひとつ根気よく排除していくことによって、私たちは真の自由を手にして、欲望の奴隷から解放される。

〔時間・間隔〕

性エネルギー昇華を行う時間は、カップルの条件が許すならば、できるだけ長時間続けるのがよい。ただ相手を強制するのは望ましくない。いくら超人になりたいからといって、疲れている相手をむりやり強制したりすることのないように注意すること。互いの心理的な同調がないのはかえって逆効果である。

行う間隔は1日に1回である。正確には24時間に1回だ。それ以上になると自然のリズムをこわすことになるからである。時間はいつでもよい。昼間でも夜中でも、そのカップルがとりやすい時間帯に行う。

〔女性の生理中と妊娠中〕

女性の生理期間中は、有機体内での洗浄が行われているので、やってはならない。行えば汚染したエネルギーを上昇させてしまう。その間、男性のほうは、ひとりで行えるブラクティスを行って、エネルギーを上昇させ続ける。カップルのブラクティスを再び始めるのは、生理後4日間たってからである。

妊娠中も、性エネルギー昇華は行わない。性行為をやつてはいけない期間なのである。胎内に生命を育んでいる大切なときなので、このときに性行為を行うと、胎児に両親の肉欲のバイブレーションを浴びせることになる。また胎児の生命エネルギーを奪うことになるので、要注意だ。

〔離婚・死別したとき〕

カップルの性エネルギー昇華で重要なのは、一生の間、同じ相手と行うことである。だから結婚には細心の注意を払わなければならないのだが、失敗することもある。あるいは死別することもある。

そういう場合には、出会いがあればもちろん再婚してもよいのだが、間を少なくとも1年、できれば3年くらいおくのがよいとされている。人間の体はひとりの異性と交わるのがもつともふさわしいようにできており、それはひとりひとりの持つ磁気エネルギーのグレードが違う

ためである。だから別の相手と交わるためには、その調整期間として、それくらいおかなければならぬのだ。その期間に、電圧の異なった異性に対する用意が体の中で行われる。

その間は、性エネルギーを消耗しないように注意し、前章で紹介したブラクティスを行っていればよい。

〔うまくいかないときはどうするか〕

ブラクティスは、いつでもうまくいくとはかぎらない。失敗することもある。

この失敗の原因には大きく分けて2つある。ひとつは自分の不注意を原因としたもの、もうひとつは外から邪魔が入った場合である。前者の場合は、自分が気持ちを引きしめてがんばるしかないが、後者の場合はいささか事情が違ってくる。自分が気を引きしめたくらいではたいうちできないことが多いのである。

これは「攻撃」といわれる現象である。目に見えない次元から、さまざまな妨害が入るのだ。たとえば、自分ではもうすっかり忘れていた過去の記憶で、情欲に関するものだけが蘇ったり、自分がとても好きになれそうにもない異性に強く惹かれたり、どうしても射精が我慢できなかったり、あるいはまた配偶者との間にこざり合いがしょっちゅうあって、とてもブラクティスを行う状態ではなかったり……等々である。

こういったことが頻繁に起こるときは、攻撃と考えられるので、2人で、目に見えない次元

からのネガティブな力をシャットアウトする防御法を行う。1度やったくらいではまだおさまらないことも多いので、攻撃されている感覚がなくなるまで、毎日行うのである。この感覚は、やっているうちにつかめるようになる（防御法については第7章を参照）。

また特に攻撃がなくても、月に1度くらいは気を引きしめるために行うとよい。この防御法は、神への祈りもかねているのでたいへん効果が強いのである。超人への道を歩むものは、神に愛でられ、それに応えるべく努力してこそ、高次の階段を昇りつめることができる。

〔年齢〕

性ホルモンが成熟し、結婚にふさわしい状態になるのは、男性21歳、女性18歳とされている。だからこの年齢の前の結婚はおすすめできない。またこの性の奥義をきわめるうえで、結婚前の性交は厳禁である。結婚前には第3章のエクササイズを実践して、体の準備をしておくことで、カップル用のものもすばらしい成功をみるのである。

では次に、今まで述べてきたことをまとめるかたちで、カップル用の性エネルギー昇華をシミュレーションしてみよう。これを基本として、あとは2人で応用すればよいのである。

カップルのための昇華法——シミュレーション——

①第3章の「聖なる母への祈り」のところで用意したような祭壇を作る。3章ではろうそく

と香だけであったが、ここではそれに加えて、花とコップ一杯の水を置く。

花は赤いバラがもつとも望ましい。赤いバラは献身的愛の象徴だからである。が、特に絶対というものではないので、季節に合わせたものを飾ればよい。

水はきれいに洗ったコップに入れる。できればそのコップは祭壇専用のもので用意をする。

②祭壇の準備が整ったら、女性がろうそくと香に火をつける。

そして胸の前で両腕を交差して、2人は、祭壇の前にひざまずく。祭壇が低い場合には正座でもかまわない。

③次に頭を下げて、ハートに意識を集中し、次のように祈る。

万物が幸福でありますように

万物が幸運でありますように

万物が平和でありますように

アーオーム

アーオーム

アーオーム

聖なる母、私たちの性エネルギーを光と愛に昇華するよう助けたまえ。

第九球体のワーク（性エネルギー昇華のこと）を成功に導きたまえ。

このワークを実践している間、いかなる悪しきものも入ってくるこのないように、エクソシズムを行うことを許したまえ。

聖なる法により、キリストの愛によって、そうありますようにこの祈りの言葉は各自のインスピレーションによって、自由に唱える。男性がリードをとって、女性が無言で従うかたちで行う。

④火のエクソシズムと水のエクソシズムを行う。また、それでも雰囲気は今ひとつ清まらない場合には、四の呪文と七の呪文を行って、目に見えない次元の悪しきものすべてを追いついてしまおう（これらのやり方や呪文は、防衛法のところでもとめたので、そちらを参考にしてください）。ここでの動作や呪文は男性が行い、女性は最初の姿勢のままひざまずいている。呪文のところだけ復唱、またはいっしょに行ってもかまわない。

⑤これで部屋の雰囲気は浄化される。4次元を通じてきていた攻撃は、このパワーの呪文の前に、たちどころに消えうせてしまう。

そこで次に、2人の心を浄化し、結びつけるために、祈る。祈りの言葉は自由だが、つねにポジティブな表現をとることを心がける。たとえばこんなふうに祈ればよい。

聖なる母、私たちが高次へと上昇し、人類の役に立てるように、性エネルギー昇華を助けたまえ。

このプラクティスにおいて、怒りのエゴを根絶することができそうです。私たちの心はそのエゴの影さえ見ることのないよう、すっかり撲滅することができそうです、どうかお力をお貸してください。

エゴに、死を！

エゴに、死を！

エゴに、死を！

私たちの心が愛に満たされ、建設的な人生を歩んでいきますように。多くの人の役に立てますように、ご援助をお願い申し上げます。

聖なる法により、仏陀の名において、そうありますように

こうした祈りの言葉は、私たちの清らかな心や力強い勇気を引き出す効果を持っている。祈ることによって、自分でも気づかなかった美しい心が出てくることもある。

⑥祈り終わったら、聖なる母に援助を感謝し、また火の精と水の精にも感謝の言葉を述べる。そして③で行った祈り（アーオームまで）をして、終える。

この儀式はたいへんなパワーを持っている。防衛と前進のために不可欠なものだ。全部できないときには、せめてプラクティスを始める前に、祭壇の前にひざまずいて祈るだけでもやってほしいと思う。そのとき③の祈り（アーオームまで）をつけ加えると、さらにパワーが強まる。

⑦そして性エネルギー昇華に入る。ゆっくりとやさしく、いわゆる前戯ぜんぎといわれるところを長く行つて“熱”を出す。

⑧熱が出たところで結びつき、マントラを発音する。性ホルモンがたいへん変化しやすい状態になっているので、とにかくすべてを脳とハートに上昇させるつもりで、集中して行う。

⑨だいたい上昇させ終わったところで、再び熱を出し、同時に性ホルモンも分泌ぶんひさせて、またマントラと呼吸法で上昇させていく。その繰り返しである。

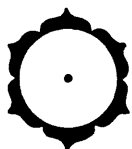
⑩終わったら、2人で祭壇の前に座り、聖なる母の援助に感謝する。

もし、カップルのどちらかに、まだ性ホルモンが残っているような感覚があったら、ひとりで言うエクササイズをして上昇させておく。この場合、「ハム、サツ」のマントラで行うもの、あるいはチベット式のものが上昇に効果がある。が、自分が気に入っているもの、やりやすいものがあれば、それでよい。

あるいはチベット式のものが上昇に効果がある。が、自分が気に入っているもの、やりやすいものがあれば、それでよい。

以上で、カップルのための性エネルギー昇華が終了する。これを24時間に1回行うのがベストだが、相手のコンディションでできない日もあるだろうから、そういう場合には、ひとりで行う昇華法をやって上昇させておく。

—第5章— 神聖文字ルーンを用いたエクササイズ



ルーン文字とは何か

今をさることはるか昔、アトランチスやムーの時代よりもさらに前に、この地上に住んだ最初の人々がいた。彼らはある神秘的な文字体系——シンボルを持っていたという。それが謎に包まれた神聖文字「ルーン」である。

現在、世界じゅうの諸民族が使っている文字は、この太古のシンボルに由来しているといわれ、文字のルーツを遡ると必ずルーンにたどりつくという。ではいったい、この神聖文字ルーンとはどのようなものだろうか。

ルーン文字はシンボリックに表現されたものだが、もともとは24の魔術的シンボルで構成されていたという。この24のシンボルは「神の24の玉座」または「天の24長老」〔ヨハネ黙示録〕第4章4節参照〕を表すものである。カバラ魔術師たちは、これら24のシンボルを4つのヘブライ文字に要約し、その4文字を24の王冠で飾り、さらにそこから発する72の光線で表した。この72という数は「72天使」を意味し、7+2+9（完全なる人間）を象徴するものである。

この4つの文字こそ、神の最も偉大なパワーが秘められているといわれる「ヨッド ヘー バウ ヘー」であり、その魔術的効果があまりにもすさまじく恐ろしいもので、ヘブライ人たちはそれを口にすることを固く禁止されたという。

ルーン (RUNE) には「神秘、叡智、火の矢、動き、秘密」といった意味がある。そしてルーンを語源とする英語の RUN は「走る、回転する」という動作を表し、同時にアメリカ大陸の一部の原住民の間の言葉では「動く人間」という意味を持っている。これらはまさにルーンの実践、つまりエクササイズを暗示するものだ。

さて、このルーン文字の痕跡は有名なバイキングのものをはじめ、イースター島で発見された「ロンゴ ロンゴ」と呼ばれる文字など、ほとんど世界じゅうに見ることができる。しかし、この神聖文字の伝統を最も忠実に保存したのは、北欧のゲルマン民族、スカンジナビア民族である。

たとえば北欧神話の中で、ルーンはたいへん重要な位置をしめている。というのは、ルーンは時と世代を経て伝えられる叡智の表現であり、主神オーディンが教えたといわれるものだからである。オーディン神は叡智の神、農耕の神であり、巨人たちと戦ってルーンの秘密を勝ちとった。また、巨人ミミールから「予言と未来を知る科学」をもらうのとひきかえに、自分の目をひとつ犠牲にしたと伝えられる。

こうした美しく壮大な神話の中に、北欧の人々はルーン文字とその魔力の秘密を密かに埋め込み伝えてきたのだが、では彼らが手にしたルーン文字の魔力とは、いったい何だったのだろうか。

ルーンの魔力が高度な能力を開発する

ルーン文字はシンボルで表現されることはすでに述べたが、このシンボルが魔力を引き出すための大きなポイントである。というのは、シンボルはその形ゆえにある一定のエネルギーをキャッチし、それに相応する人間のエネルギーを活動させるからである。

シンボルは生きているのである。そしてルーン文字は生きたシンボルとして、力の動きと人間を揺さぶる宇宙エネルギーをはらんでいるのだ。

そのルーン文字の魔力をどうやって動かすか。それはポジション(形)、マントラ、呼吸法の3つを軸として、人間に巨大なエネルギー操作の機会を与え、それによって高度な能力を開発していく。

- ①想像力(空想や思考ではなく、創造へと結びつく力)を強化する。
- ②意志力を強くする。怠惰や不安を克服させ、断固たる不屈の意志の力を養う。
- ③血液の浄化と、血液循環の促進によって体を健康にし、脳の活性化も促す。
- ④人間の内的な火、すなわち性エネルギーを活動させる。
- ⑤知性の開発。



↑ルーン文字を刻んだ石碑。スカンジナビア3国から贈られたもので、東京の日比谷公園にある。

⑥超記憶・超視覚の開発準備（この2つを開発するには性エネルギー昇華をやらねばならないが、チャクラを刺激し準備することはルーン・エクササイズでも可能である）。

こうした能力が目覚めるということは、私たちの意識が目覚めるといふことにほかならず、それによって真に自分自身で考えるということができるようになる。

また自然界から学んだり、少ない労力で多くを学ぶということもできるのである。

ルーンのポーズで太陽エネルギーを吸収する

ではルーン文字のポーズでキャッチするエネルギーとは何かというと、それは太陽エネルギーである。ルーン文字エクササイズの実践は、ちょうどソーラー・ハウスの屋根に取りつけたソーラー・バッテリー（太陽電池）や、太陽エネルギーを利用するいろいろな設備とまったく同じようなもので、肉体に無限のエネルギーの充電を可能にする。

また太陽エネルギーばかりでなく、自然界や宇宙からの最も繊細なエネルギーをもキャッチ、吸収するのである。

すなわち、ルーン文字のポジションは、そういった外界からのエネルギーをキャッチするためのリーダーの役割を果たすわけだ。そして手は、送受信のアンテナの役をする。人差し指は陽エネルギーを操作し、小指は陰エネルギー、親指はそれらを中和させる。エクササイズで使

うムドラー（印）は、これらの役割をうまく活用したものである。

また手に集中したエネルギーは、治療や祝福するときには、外に向けた手のひらから放出される。逆に受信するときには、両手の28万にも及ぶ原形質の先端を通り、有機体7万2000の神経チャンネルに導かれるのだ。

これらのエネルギーは、肉体の土台であるエーテル体（生命体）において、エーテル成分を活動させ、先ほどの4つの能力を活動させるのである。肉体をいかに正しく動かすかを知ること、自分自身を最大限に生かすことができるということだ。

意志力を強化し、エネルギーを増幅させる

以上のことでおわかりのように、ルーン・エクササイズは、エネルギーを補充するためのものだ。

自分にはどうもエネルギーが不足しているようだ、とか、いつも元気がなくていわゆる「氣」が充実しない、という人は、このエクササイズをやることによって見違えるほどエネルギーになる。

現代のように、添加物の多い食品、人工交配された果実や野菜、また環境汚染による水・空気の汚れなどの影響を受けて生活していると、知らず知らずのうちにエネルギーが低下してし

まう。それが、いわゆる現代病といわれるような、耐久力^{たいきゅうりきょく}の不足、何をしても長く続かないという諸症状^{しよしょうじょう}の原因のひとつともなっている。

そんなとき、このルーン・エクササイズをおすすめる。

この中で特に注目したいのが、意志を強化するということである。何ごとにあおうともくじけない不屈^{ふくくつ}の精神、意志の力は、超人への道を歩もうとするものにとって、何よりも大切なものだ。

また性エネルギーは、いわば私たちの内側のエネルギーであるが、ルーン・エクササイズによつて外側の太陽エネルギーを吸収することで、性エネルギー（生命エネルギー）を増幅^{ぞうふく}させるのも、見逃^{みのが}せない効果である。

その他、さまざまな付加的効果があるが、それについてはひとつひとつのエクササイズのところ^{ところ}に記しておいたので参考にしてほしい。

このルーン・エクササイズにしても、性エネルギー昇華エクササイズ、そして次の章で紹介するチベット式エクササイズにしても、いずれも私たちの目に見えないエネルギーを操作するものである。そのエネルギーを感じられるか否^{いな}かが、成否^{せいひ}の分かれ目になるので、常日ごろから、文学や音楽など芸術的なものにとめて接し、自分の感受性を磨^{みが}く努力をするとよい。高度な芸術作品というものは、そうしたエネルギーが、芸術家の崇高^{すうこう}な精神力によつて結晶した

ものだからである。

全体的な注意事項

それではいよいよ実践に入る。が、その前に全体的な注意事項を説明しておこう。よく読んで、ぜひとも守るようにしてほしい。ある点においては、性エネルギー昇華のときと同じものがあるが、それは目に見えないエネルギーを操作するときに必ず出てくる注意点なので、特によく覚えて実行することが大切だ。

★ルーン・エクササイズには年齢の制限はない。3つのポイントである、①ルーン文字のポジション（形と動き）、②マントラ（音のバイブレーション）、③呼吸法、の指示に従うだけで、無理な姿勢や力を入れる必要はいっさいないので、だれでも実行できる。

ここでは年間プログラムをつくり、毎月1つずつ、合計12のルーン・エクササイズと、各自の必要に応じて挿入^{さへい}できる5つのルーンを紹介した。この中のひとつに性エネルギー昇華の効果を持つものも入っている。

これは次章で紹介するチベット式エクササイズにおいても同様で、いかに性エネルギー昇華が重要かを語るものだ。

★このエクササイズで大切なのは「想像と意志」だ。ポジションの練習やマントラを発音する

ときは、つねに意識をもって行うこと。ただの機械的なエクササイズにならないように注意する。ロボットのような動きでは、その効果は失われる。

ルーン・エクササイズは単なる運動ではなく、想像と意志を使って、意識的に内的な力を呼び起こすのだ。

★ルーン・カレンダーは、春分の日(3月21日)から始まる。この日から1か月ずつ12のエクササイズを実行するのだ。

★練習の時間帯は日の出以後、真夜中12時までの間ならいつでもよい。しかし、夜中の12時以後、日の出前まではいけない。太陽エネルギーのかわりに月のエネルギーを吸収してしまうからだ。

★また、各エクササイズに費やす時間は、最低時間を示しておいた。人によって肉体の反応が違うので、目まいや不快感がある場合は、それより短縮してもよい。また、調子のよい人は、極端に長くするのでなければ、20〜30パーセントの時間延長は可能だ。短縮した場合は、体の慣れとともに徐々に時間を延ばしていこう。しかし、決して無理をしないこと。とくに回転を伴う「ルーン・ハガル」などは、目まいを起こす場合もあるので慎重に調節すること。

なお、時間の表示がないエクササイズは、説明どおりに実行すれば、とくに時間にこだわる必要のないものだ。

★各エクササイズはつねに太陽の昇る東を向いて行う。場所は屋内、屋外どちらでもいい。

★また練習時には、綿、麻、羊毛、絹などで作られた着衣が望ましい。化学繊維のものは、エネルギー流通の妨けになるのでおすすしめない。足もはだしか、前記の自然繊維のくつ下をはく。

★体はつとめて硬くならないように注意し、前もって軽い屈伸運動をしておくといいたいだろう。エネルギーが自由に流通するようにリラックスし、呼吸もゆっくりと深く、邪気をすべて吐き出すようにする。

★病気で寝たきりの人、また立ち上ることのできない人、足を動かすことのできない人は、ポジションのかわりにルーンのムドラー(印・各図に表示したもの)で練習する。前にも説明したように、われわれの手はひじょうに有効なエネルギー受信器なのだ。マントラや祈りはまったく同じものを使う。

★各エクササイズの見出しの何方は、上図の例のような内容である。

①練習ナンバー②練習期間③ルーンの名。□内とその下は英文による表示④ルーン文字⑤タロット・ナンバーと星座宮・惑星(ただし応用編には②がなく、④と⑤が同じ欄に入っているのに注意)。

★それでは次から想像と意志をもって、ルーンの実践に取り組もう。

Exer ①	② 月21日
③ ルー	④ フア
⑤ ①	② ⑤
③	④
⑤	⑥
⑦	⑧
⑨	⑩
⑪	⑫
⑬	⑭
⑮	⑯
⑰	⑱
⑲	⑳
㉑	㉒
㉓	㉔
㉕	㉖
㉗	㉘
㉙	㉚
㉛	㉜
㉝	㉞
㉟	㊱
㊲	㊳
㊴	㊵
㊶	㊷
㊸	㊹
㊺	㊻
㊼	㊽
㊾	㊿
㋀	㋁
㋂	㋃
㋄	㋅
㋆	㋇
㋈	㋉
㋊	㋋
㋌	㋍
㋎	㋏
㋐	㋑
㋒	㋓
㋔	㋕

精神と肉体を改造するルーン・年間プログラム

ルーン・ファ

ルーン ファ [FA] 文字F	Exercise 1
	3月21日 4月19日

♂ 1 ♀ 水星

このルーン・ファは、体内に驚くほどの宇宙の力を湧き立たせ、意識の真のめざめとなる肥沃な可能性を秘めたエクササイズだ。

エクササイズ

①両手を図①②のように上げ、両方の手のひらを太陽に向ける。左手を右手よりやや上に上げ、力を入れないで肘を心もち曲げる。

②深くゆっくり息を吸いながら、手にある28万の原形質の先端から、太陽エネルギーが吸収されるのを感じる(想像する)。

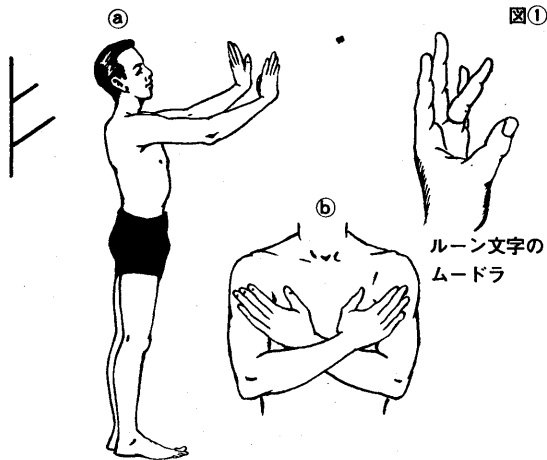
③その太陽エネルギーで体じゅうを満たし、次のように祈る。

「愛のすばらしい力よ、私の意識が目覚めるように、聖なる火をともしたまえ」

④もう一度、ゆっくりと腹、胸、肩など、体全体を空気で満たすほど深く息を吸う。

⑤同じ姿勢で息を吐きながら、マントラ「ファア」を発音する。吐く息すべてがなくなるま

図①



で続ける。

⑥再び息を吸う。そして「フェー」と発音する。

⑦同じく「フィー」と発音する。

⑧同じく「フォア」と発音する。

⑨同じく「フワー」と発音する。

⑩各呼吸はゆっくりと。また、イメージネーションを使って、吸収したエネルギーはつねに脊柱にそって脳へ上昇させ、さらにそれをハートに導くようにする。

⑪最初の祈りからマントラの発音まで(②⑩を3回繰り返す(以下のやり方を儀式Aとする))。

⑫それが終わったら、立ったまま両手を胸の前で交差させる。このときは、図①②のように必ず右手を左手の上に置く。

⑬そして、次のように唱える。

「万物が幸福でありますように」
「万物が幸運でありますように」
「万物が平和でありますように」

⑭最後にマントラ「アーオーム」3回で終わる。

ルーン・イス

1	9	Exercise	
		2	
		4月20日	5月19日
ルーン イス [IS] 文字I			
MM 水瓶座			

イス (IS) を2度繰り返し返したイシス (ISIS) とは、宇宙の永遠なる聖母の名だ。ルーン・イスは、血液循環促進、血液洗浄、超視覚開発などの効果がある。同時に、この聖なる宇宙の母の胸におのれを委ねて瞑想すると、われわれ自身の内なる光 (意識) を発見することもできる。

エクササイズ

①不動姿勢の兵隊のように直立し、ゆっくりと息を吸いながら両手を上げていく。両手と体が一直線に、ちょうどルーン・イスの形をつくるようにする (図②)。

②両手を上げた姿勢で息を吐きながら、「イース」を発音する。

③新たにゆっくりと息を吸いながら、手の指から自然エネルギーをキャッチしている情景を

想像し、脳とハートにそれを方向づけよう。

④息を吐きながらもう一度「イース」を発音する。

⑤さらに息を吸い、そして吐きながら「イース」を発音する。

⑥両手をゆっくり下ろし、もとの不動の姿勢に戻る。

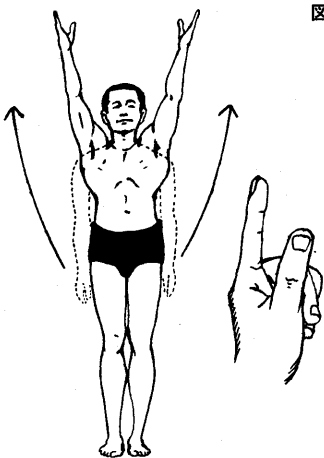
⑦ここまですべてを1サイクルとし、それを3回繰り返す。

⑧終わったらすぐに前回同様、エネルギーを逃がさないために、右を上にして両手を胸の前で交差させる。そして今度はひざまずく。

⑨そして、深く自分の内面に目を向け次のように祈る。

「私はイシス、観音、マリアの存在を信じる。それはすなわち自然を象徴する物質的力。それがはらみ、それが光明を与え、それが自然の中に啓示する。イシス、愛の愛をかけて、私はあなたに向かう。無限の宇宙よ」

⑩最後に立ち上がり、ルーン・ファの儀式 (以下Aとする) と同じことを行つて終わる。



ルーン・アール

イ 太陽 10 天王星	ルーン アール [AR] 文字A	Exercise 3 5月20日 6月20日

アールは太陽のルーンであり太陽人間を意味する。このルーン・アールは、人間を聖なる火を受けるために準備させ、情欲に打ち勝つための助けとなる。また「アー」という母音の発音は、自主性を持たせ、怠惰と不安定、不信を排除する。

エクササイズ①【10分】

①両手を自然に体の脇に下ろしたまま右足を少し前に出す(図③a)。

②深くゆっくりと息を吸い、次に息を吐きながら「アーリーオー」と発音する。

③もう一度ゆっくりと息を吸いながら、地球の磁気エネルギーと天空からの電気エネルギーを吸収し、脳とハートに導く情景を想像する。

④再び「アーリーオー」を発音する。

⑤以上のサイクルを時間がくるまで行い、最後に[A]の儀式で終わる。時間は[A]も含めて10分間。

エクササイズ②【10分】

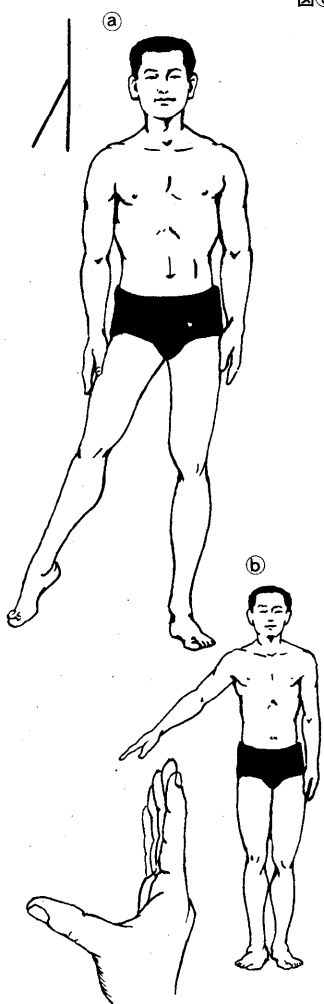
①姿勢は前と同じでマントラのみ異なる。息をゆっくり吸い、そして吐きながら「アーエー」と発音する。

②同じように「アーイー」「アーオー」「アーウー」と発音する。

③以上を時間まで行い、最後に儀式[A]で終わる。

なお、右足でルーン・アールを表現するかわりに、図③bのように右手で表現するものでもいい。

図③



● ルーン・シグ

Exercise		4	
7月22日		6月21日	
ルーン		シグ	
[SIG]		文字S	
11		ψ	
海王星			

このルーンは、われわれ自身の内なる火を呼び起こさせる。性エネルギーを強化し、性的不能や神経衰弱の回復にも役立つ。

エクササイズ

① ひざを折って中腰のまま、背筋をまっすぐに伸ばした姿勢をとる。手はひざの上に軽く置く(図④a)。

② 深く息を吸ったあと、火の音「SSSSS」(口を横に開き、歯の間から息を出す)を発音する。

③ 同時に太陽エネルギーが脳の松果腺を通じて浸透していく(図④b)。そこからは、脳とハートに導く(図④c)。

④ 体がグラグラしてこの姿勢が長く保てないようなら、かかとの下に木か石を置くといいだろう。

⑤ ここまでを3分間繰り返したあと、儀式Aを行う。

⑥ 再び①～③までを3分間。そしてAを行う。

⑦ 最後にもう一度①～③までの姿勢と発音、太陽エネルギーを導く情景の想像を3分間行い、Aの儀式で終わる。

● ルーン・テイル

このルーン・テイルはT(タオー)道を表し、

Exercise		5	
7月23日		8月22日	
ルーン		テイル	
[TIR]		文字T	
12		♋	
魚座			

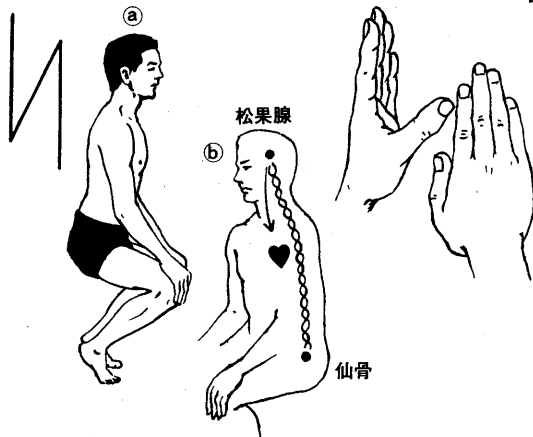
三位一体、すなわち創造する3つの力と「生命の樹」を表現する。意識を覚醒させ、血を洗浄し、エネルギーを活動させるルーンだ。

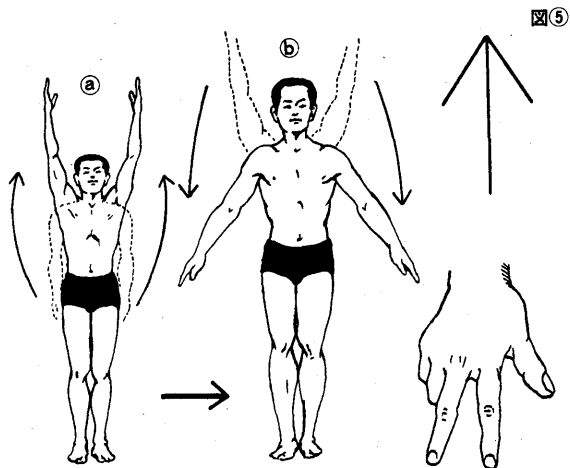
↑		12	
♋		魚座	

エクササイズ【10分】

—135—第5章 神聖文字ルーンを用いたエクササイズ

図④





①最初の姿勢は、ルーン・イスと同じように、息を吸いながら両手を高く上げる(図⑤a)。

②次に、息を吐きながら「ティール」と発音し、同時に両手をゆっくりと下ろす。そのとき手のひらは内側を向いているように。ちょうどカサを半分開いたような状態にする(図⑤b)。

③また、「ティール」と発音するときは、太陽エネルギーが黄金の光として体内を流れ、満たすのを想像しよう。

④ここまでを時間まで繰り返す。

⑤最後にAの儀式で終わる。時間はAを含め10分間。




「T」の発音によって生じる振動は、意識をたたき起こすほどの効力を持ち、「I」のバイブレーションは、血(魂の乗り物といわれる)の中で効果的にはたらき、「RRRR」は、ちょうど車のエ

ンジンがかかったときのような音で、エネルギーを活動させる。とにかく、実際に実行してみれば、その効果を体で知ることができるだろう。

パールとは「地球の子」という意味であり、このルーンの意味するところは、「生と死」「生まれ変わり」「死する者」である。

●ルーン・パール

このルーン・パールは、前述のルーン・ティールと組み合わせで行う。ティールは魚座Ⅱ水であり、パールは牡羊座Ⅱ火だ。この2つのルーンを組み合わせ、われわれ自身の内なる火と水を活動させるのだ。そして、われわれの固体と液体を、完全な健康のために調和させる。

   牡羊座	ルーン パール [BAR] 文字B	Exercise 6 8月23日 9月22日
--	-----------------------------------	--

エクササイズ【10分】


①ルーン・ティールと同じように息を吸いながら、両手を高く上げる。そして、息を吐きながら「ティール」と発音し、同時に両手をゆっくりと下ろす。

②次に左足と左手を図⑥のように曲げ、ルーン・パールを形づくる(このとき、左手の先が下を向くように注意する)。

③その姿勢で息を大きく吸い、そして吐きながらマントラ「パール」を発音する。
④ここまですを1サイクルとし、それを時間まで繰り返す。

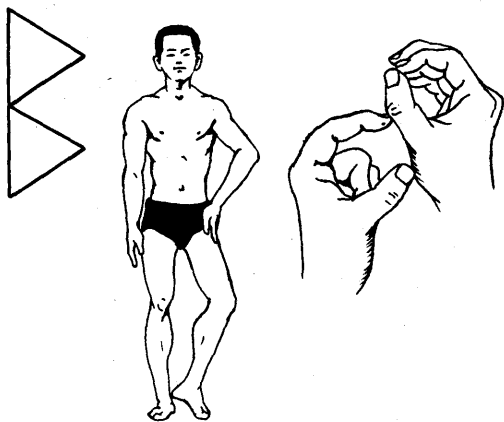
⑤最後に儀式[A]を行って終わる。時間は[A]も含めて10分間。

●ルーン・ウル

	ルーン ウル	Exercise 7
月 2 乙女座	[UR] 文字U	9月23日 — 10月22日

このルーンは、永遠なる母、宇宙の子宮を表し、また時ををはかる時計も表す。内臓の強化にもすばらしい効果がある。

図⑥



エクササイズ

①足を開いて立ち、前屈する。指先が土にさわるような気持ちでポジションをとる(図⑦)。

②そのまま、世界が生まれる前に宿される、偉大なる宇宙の母の子宮を想像し、そこに意識を集中して次のような祈りを唱える。

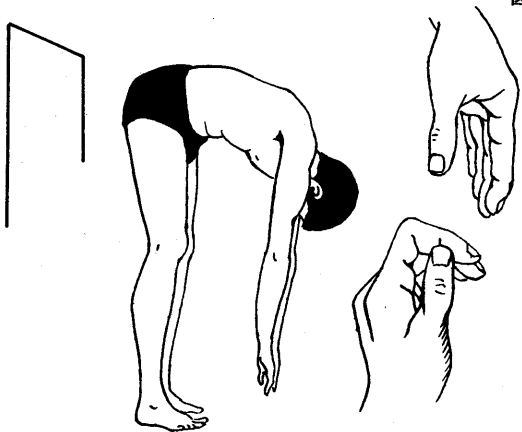
「私の真実の存在の内に、神聖な光が宿る、ラーミオー。私の存在の母よ、ラーミオー。私を助けたまえ、ラーミオー。聖なる母、私の光を輝かせたまえ。あなたこそ、私の真実の存在、黄金の子ホルスを腕に抱きたもう。彼、彼、彼に私のエッセンスが結ばれるよう」

③次にマントラ「ウー」を7回発音する。

④ここまですを1サイクルとし、3サイクル繰り返す。

⑤[A]の儀式を行い終わる。

図⑦



⑥最後に、母なる宇宙について瞑想する時間があれば、さらにすばらしい。
ルーン・トーン

Exercise		8	
ルーン		10月23日	
トーン		11月22日	
[THORN]		文字T	
太陽	3		
天秤座			

このルーンはバラのとげを表し、水晶のような意志を意味する。意志はわれわれにとってどんな高価な宝石よりも貴い。ルーン・トーンはこの意志を開発する。

エクササイズ【10分】

①不動の姿勢から、右手を曲げていく。手は体にそって動かし、腰の位置で止める。手先は下向きになる点に注意（図⑧）。

②その姿勢で深くゆっくりと息を吸い、太陽神経叢（へその部分）から太陽エネルギーが吸収されることを強く想像する。

③そして吸収したエネルギーを脳とハートに方向づけ、息を吐きながら、マントラ「タアー」を発音する。

④もう一度、深くゆっくりと息を吸い、「テエー」を発音する。

⑤同じく「ティー」を発音する。

⑥同じく「トオー」を発音する。

⑦同じく「トゥー」を発音する。

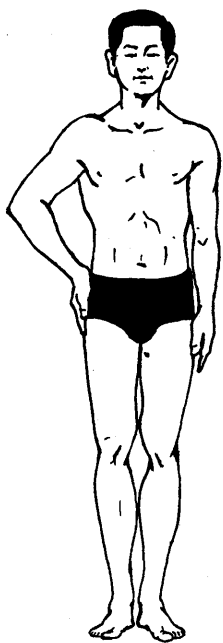
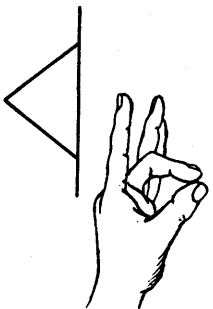
⑧太陽エネルギーを吸収し、ハートに美しい赤いバラの花を見るように想像しながら、②～⑦を約10分間繰り返す。

⑨最後にAの儀式を行う。

イエス・キリストが十字架にかけられたとき、イバラの冠をかぶっていたが、それは意志の王冠を与えられたことを象徴している。

また、幽体離脱のとき、アストラル界で頼りになるのは意志の力だけであることに気づくはずだ。このルーン・トーンで、あなたも意志の王冠を手に入れるように努力しよう（ルーン・トーンは、ドーン〈DORN〉、文字Dとも表記されるが、ここではトーンを基本にした）。

図⑧



● ルーン・オティル ルーン・オス

タイ	ルーン オス ティル	Exercise 9
4 ミ さそり座	OTHIL OS 文字O	11月23日 12月22日

ルーン・オティルはさそり座の星座に属する。さそり座はわれわれの性器と密接な関連を持ち、永遠なる創造の動きを意味する。また、生命、宇宙の4要素の活動、さらに神々の息、風の神とも関連する。

さて、このルーン・オティルは、同じ文字の女性形であるルーン・オスと組み合わせる練習する。オスは女性的原理の意味であり、月、ヨニ（女陰・子宮）を表す。ルーン・オスは、われわれの肺の活動を神が助けてくれるので、とくに酸素による脳の活性化に役立つ。

エクササイズ①【②ともで15分】

①足を開いて立ち、ゆっくりと深く息を吸いながら、頭上で合掌がっしょうするような形に両手を上げる（図⑨a）。このときは、体じゅうにエネルギーの浸透を感じるようにする。

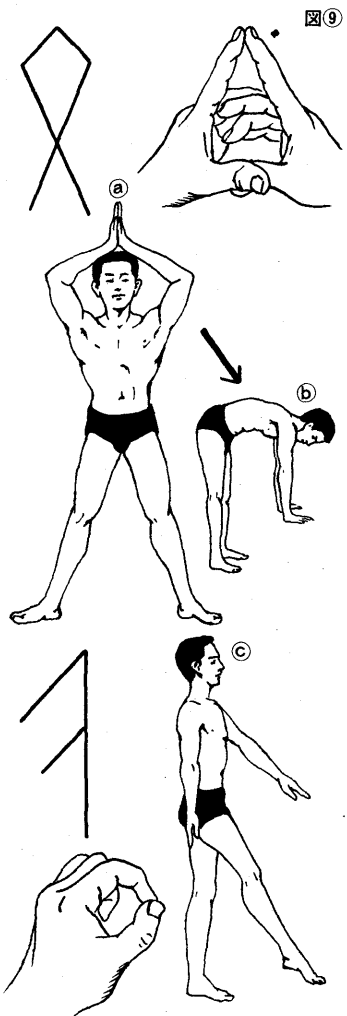
②次に息を吐きながら、両手を伸ばして前方に下ろし、同時に体も前屈させる。手のひら（指先ではなく）で、土にさわるような形をとることに注意（図⑨b）。息を吐きながら前屈するわけだが、そのとき同時にマントラ「トーン」を発音する。

エクササイズ②

①まず直立の姿勢で、右足と左手を前方に上げる。角度は図⑨cのとおりだ。これはルーン・ファと正反対の形であり、ファが能動原理、オスは受動原理を表す。

②次にゆっくりと深く息を吸い、そして吐くときに「オーサー」と発音する。「オー」は子宮、創造の卵を象徴し、「サー」は蛇へびの火、聖なる母の音だ。

以上、1と2を1対のエクササイズとして、約15分間実行し、最後にA儀式を行って終わる。



●ルーン・リッタ

Exercise		10	
5	24 木星	12月23日	1月19日
		[RIT(A)] 文字R	

これは法のルーンであり、権利、正義の意味を持つ。また、リズムと踊りのルーンでもあり、その効果は、直接、男性の内分泌腺の調和に影響するが、男女の別なく実践できる。

エクササイズ【10分】

①直立の姿勢から、左手を曲げ手のひらを腰の位置に持つてくる。指先は下を向くように。そして、左足をやや横に開く。かかとを浮かせ、つま先は地面につくようにする(図⑩)。

②ゆっくりと深く息を吸い、ついで吐きながら、マントラ「ラー」を発音する。日本人にはちょっとむずかしい発音だが、

巻き舌を使った「RA」だ。

- ③同じく息を吸い、吐きながら、「ラー(RE)」と発音する。
- ④次に「リー(RI)」と発音。
- ⑤次に「ロー(RO)」と発音。
- ⑥次に「ルー(RU)」と発音。
- ⑦最後に同じように巻き舌で、「ルルルルル(RRRRR)」と発音する。そして、吸収した

エネルギーを脳とハートに導くことを想像する。強く想い描くことが大切だ。

⑧マントラを時間がくるまで繰り返し、最後にAの儀式を行って終わる。時間はAを含めて10分間。

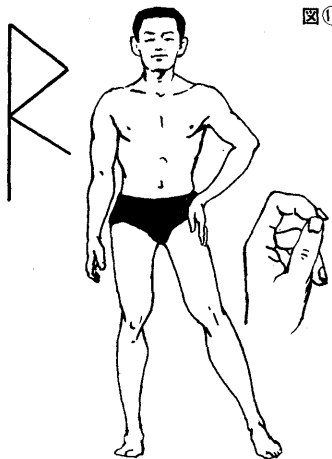
ルーンの実践に慣れてくると、呼吸が単調に、そして機械的になりやすい。呼吸は宇宙エネルギーの吸収と密接な関係があるので、つねに意識をもって行う必要がある。呼吸をするときは、つねにエネルギー吸収を意識するのだ。

●ルーン・カウム

Exercise		11	
6	金星 ♀	1月20日	2月17日
		[KAUM] 文字K	

このルーンは、巫女、妻を表す。また聖なる蛇の意味を持つ「カン(KAN)」の語もここから派生している。愛の星の

図⑩

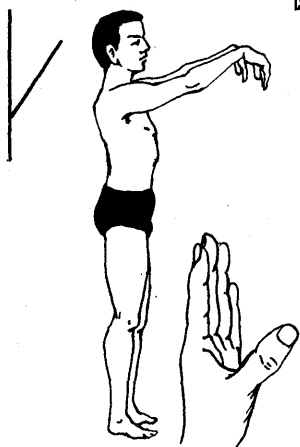


金星に属し、とくに女性の内分泌腺に直接影響するが、男女の別なく実践できる。

エクササイズ【15分】

- ①直立の姿勢から、両手を目の高さまで上げる。そして、手首から先を下に向ける(図⑪)。
- ②深くゆっくりと息を吸い、そして吐きながらマントラ「カー」を発音する。呼吸が機械的にならないように注意し、呼吸によって吸収されるエネルギーを、全身に満たすようにする。
- ③同じようにマントラ「ケー」を発音する。

図⑪



- ④以下「キー」「コー」「クー」の順で発音していく。
 - ⑤マントラの最後として「カー ウー ムー」を発音する。
 - ⑥マントラを時間がくるまで繰り返す、最後にAの儀式を行って終わる。時間はAを含めて15分間。
- それぞれのマントラのバイブレーションは、ルーン文字の魔術的ポジションと呼吸、さらに想像と意志によって調和されるとすばらしい効果を生じる。

果を生じる。

「カー」は知ること、調査することの願望を生じ、「ケー」は注意と品位、「キー」は喜びと健康、「コー」は勇氣と大胆さにそれぞれ感応させ、「クー」は冷静さと慎重さを呼び起こして活動させる。こうしたマントラの効果も、練習を重ねていると実感できるようになるだろう。

ルーン・ハガル

✳	ルーン ハガル	Exercise 12
7 射手座	[HAGAL] 文字H	2月18日 — 3月20日

ルーン・ハガルはルーンの母であり、宇宙のキリストを表す。別名「世界のルーン」ともいう。タロット・ナンバーの7が示す勝利とは、このシンボルに見られる上向きの三角(△)、下向きの三角(▽)で人間の内におけるマクロコスモス(大宇宙)とミクロコスモス(小宇宙)の結びつきが実現することを意味する。

このルーンによって、1年間のルーン・プログラムが完了する。総まとめのルーンとして、このハガルは7つのルーンを組み合わせて実践する。その中にはすでに紹介したもので、新しいルーンとして取り組むことが大切だ。それは、前にも述べたルーンの「回転する」という独

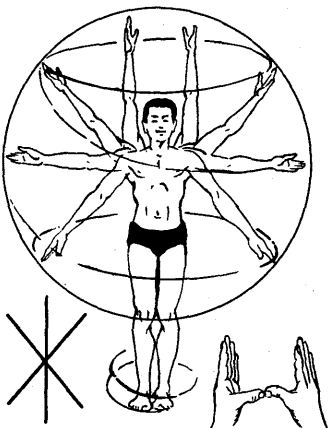
特の動作だ。

エクササイズ①「ルーン・イスとの組み合わせ」

①ルーン・イスの基本姿勢をとる。すなわち図⑫aのように、両手を体と一直線になるまで上昇させながら、深くゆっくりと息を吸う。

②それからルーン・ハガル独特の動作である回転が始まる。息を吐き「イス」と発音しながら、右回りに7回転する。バレエの回転、あるいはフィギュア・スケートの回転のような感じで。

図⑫



③7回転したら、両手を胸の前で交差（必ず右手を上にする）し、息を吸ってから、「ハー」と発音する。このマントラは、ちょうど腹の底から出るため息のような感じのものだ。

エクササイズ②「ルーン・ノット（応用編参照）との組み合わせ」

①図⑫bのように、右手を上、左手を下に開く。

②深く息を吸い、右回りに回転しながら息を

吐き、同時にマントラ「ナー」を発音する。

③1回転したら、次に左手を上、右手を下（両手はちょうど①と反対になる）にする。

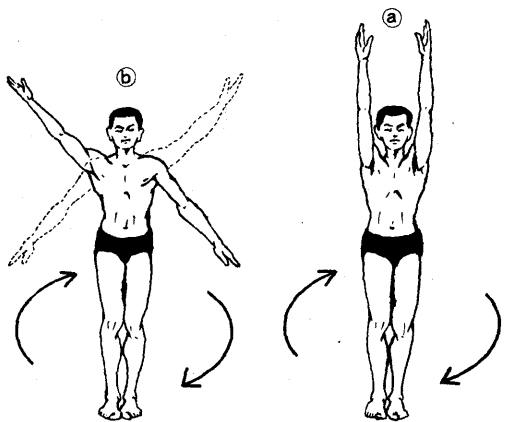
④深く息を吸い、右回りに回転しながら息を吐き、同時にマントラ「ネー」を発音する。

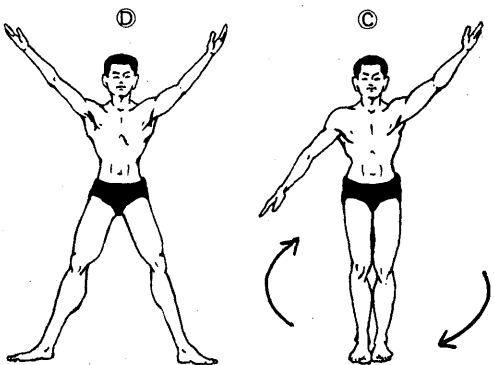
⑤1回転したら再び両手を逆にし、深く息を吸い、吐きながらマントラ「ニー」を発音。同時に右に回転する。

⑥同じように、1回転ごとに両手の位置を逆にしなが、マントラ「ノー」、そして「ヌー」を発音する。

⑦合計5回転したら、前回と同じように両手を胸の前で交差し、息を吸ってから「ハー」とため息をもらすように発音する。

エクササイズ③「ルーン・エ（応用編参照）との組み合わせ」





①図⑫(c)のように、左手を上、右手を下にして開く。

②深くゆっくりと息を吸って、手の位置は変えずに、右回りに7回転する。回転と同時に息を吐きながら、マントラ「エー」を発音する。

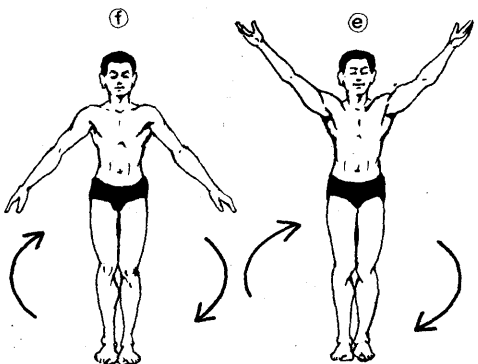
③7回転したら、前回と同じように、両手を胸の前で交差し、息を吸ってから「ハー」とため息をもらすように発音する。

エクササイズ④「ルーン・ギボール（応用編参照）との組み合わせ」

①図⑫(d)のように、両手、両足を大きく開き、全身でXの形を作る。ここでは回転はしない。

②深く息を吸って、体じゅうのすべてのエネルギーが、右手から左足、左手から右足という具合に交差するのを想像する。

③息を吐きながら「ギイー ポオー ルウー」



と発音する。それぞれの母音を長くのばしながら発音すること。

④息を吸って再び「ギイー ポオー ルウー」と発音する。

⑤同じように、合計7回、マントラを繰り返す。

エクササイズ⑤「ルーン・マン（応用編参照）との組み合わせ」

①両足をそろえて立ち、図⑫(e)のように両手を高く上げ、宇宙からのエネルギーを受け入れるつもりで、手のひらを上に向ける。

②深く息を吸ってから、右回りに回転しながらマントラ「アーム」を発音する。

③1回転したらそこで止まって再び息を吸い、今度は「エーム」を発音しながら回転を始める。

④ 同じように1回転ごとにマントラを変える。次は「イーム」、そして「オーム」「ウーム」と続ける。

⑤ 合計5回転したら、両手を胸の前で交差し、息を吸ってから「ハー」とため息を漏らすように発音する。

このエクササイズは、チャクラの開発には大いに役立つ。

エクササイズ⑥「ルーン・テイルとの組み合わせ」

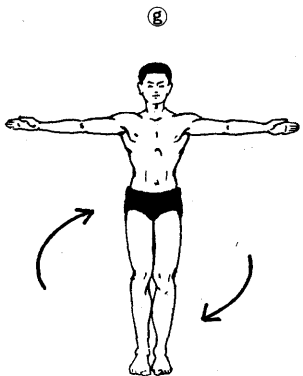
① 図⑫fのように両手を開く。ちょうどカサのような格好だ。

② 次に深く息を吸って「テイル」と発音しながら、右回りに7回転する。

③ 終わったら、両手を胸の前で交差し、息を吸ってから「ハー」とため息をもらすように発音する。

エクササイズ⑦「終了のルーン・ハガル」

① 直立の姿勢から、図⑫gのように両手を水平に伸ばす。このとき手のひらは前方を向くようにする。



② 深く息を吸い、右回りに7回転しながら、マントラ「ハガル」を発音する。

③ 7回転したら、図Aの儀式を行い、7つのルーンを組み合わせたハガルの終了とする。

このエクササイズは、とくにエーテル体を活動させ、また前世の記憶をも活動させる。

以上、7つのエクササイズがルーン・ハガルを構成するものだ。これを1日に1回行うことで、太陽が黄道帯の12の星座を1周することを表現する。同時に、1年間のルーン・プログラムすべての仕上げとする。

このすばらしいルーン・ハガルは、すべてのエネルギーを吸収し、防衛のシンボルとしても役立つ。そのときには、体によるポジションでも、また地面や床にルーン・ハガル（＊）を書いてよい。

ここまで根気強く、想像と意志の力を使って実践してきたあなたは、1年前の自分と比較して、肉体的にも精神的にも健康に、また、何にもまして自分の内にみなぎる力強いエネルギーと気力を発見することだろう。

潜在エネルギーを活用するルーン・5つのプログラム（応用編）

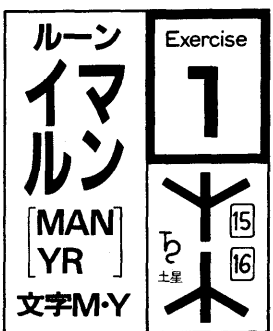
ここにあげた5つのプログラムは、年間プログラムとは別に、必要に応じて行うものだ。特に性エネルギーをよい方向に位置づける力を持っているので、毎日の性エネルギー昇華の中で

何か問題点が出てきたときに行うとよいだろう。あるいはまた、緊急にエネルギーを向けなければならぬ事態が生じたときにも活用できる。肉体はもちろん、精神にエネルギーを充電するのにも、たいへん有効だ。

5つのエクササイズは、それぞれ効果が異なるので、自分の置かれている状態や修行の進み具合、心理的な問題点などを把握したうえで組み合わせるとよい。

ルーン・マンは、人間の持つ最も偉大なエネルギーである「性エネルギー」の昇華のために使うものだ。とくにこれは北歐式と呼ばれる。また、ルーン・イルは、マンと1対をなすもので、性エネルギー昇華と同時に、自己の根強いエゴを根絶するときに使う。

●ルーン・マン ルーン・イル



エクササイズ①「ルーン・マン」

- ①直立し、手のひらを上に向けて図①②のように開く。
- ②深く息を吸って「アーム」と発音する。息を吸うときには、仙骨の位置から脊柱にそって、光が脳にまで上昇するさまを想像し、マントラの発音とともに、脳に達した光をハートに導くようにする。これは以下すべて同じだ。
- ③再び息を吸い「エーム」と発音。

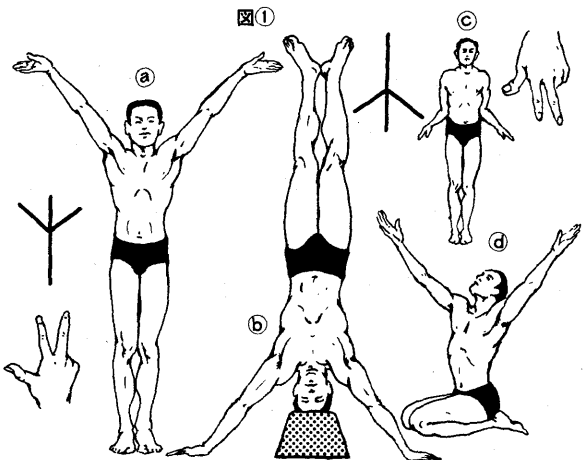
④同じように「イーム」「オーム」「ウーム」と発音する。

⑤最後にAの儀式で終わる。

エクササイズ②「ルーン・イルとマンの組み合わせ」

- ①ルーン・マンの後、図①②のように逆立ちをして、ルーン・イルを形づくる。頭に枕などを置き、足を壁などで支えるといいだろう。なお、それができない人は図①②の姿勢でもいい。
- ②その姿勢で約1分間「ドリム」を発音する。
- ③次に性エネルギー昇華とエゴ根絶の効果を強める祈りを行う。その姿勢は図①②のように、ルーン・マンの形で体をややひねり、両手を斜め上に開く。

④祈りは次のような語句を唱える。このとき、目は閉じ、ハートに意識を集中する。

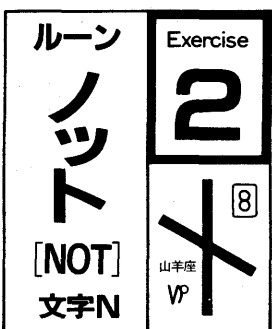


「おおマツト。天の永遠なる存在であるあなた。霊の本源。あなたこそ過去のすべて。だれひとりと死すべき者は、ベールを取ることでないあなた。あなたは夜の輝く星の下に、そして砂漠の深い空の下に。私は純粋な心をもって、蛇の炎の中にあなたを呼び、あなたを求める。ここにきたれ。ここにきたれ。ここにきたれ」

⑤そのままの姿勢で、われわれに最も悪影響を及ぼしているエゴの根絶を、聖なる母に請願う。心からの祈りであれば、言葉はあなたの自由だ。自己反省とともに祈りを捧げる。

⑥最後に自然な正座の姿勢に戻り、気持ちを落ち着かせるために、少しの間瞑想し、そしてマントラ「オーム マーシー パドメー ヨム」を発音して終わる。

ルーン・ノット



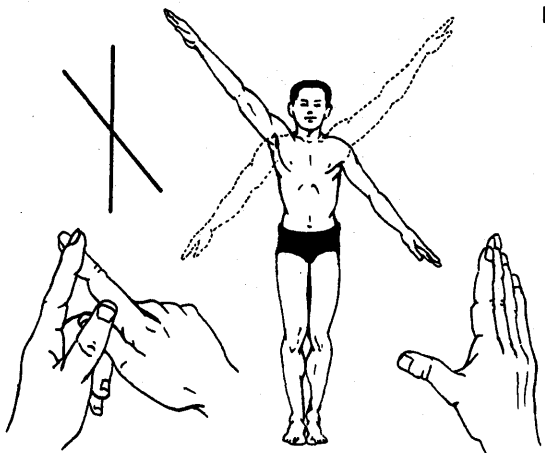
ルーン・ノットは無限の正義を表す。そこでこのルーンは、法の審判を呼び、われわれの犯したあやまちの許しを請うときに使う。また、自分のカルマの免除を願うときにも使うことができる。

エクササイズ

①右手を上、左手を下に、図②の角度で開く。

②そして、心の底からの敬いと真剣な後悔の念をもって深

図②



く息を吸い、マントラ「ナー」を発音する。

③次に右手と左手の位置を逆にしながら息を吸い、そして、マントラ「ネー」を発音する。

④同じように左右の手を逆位置にしながら息を吸い、マントラ「ニー」「ノー」「ヌー」を発音する。

⑤これを3回繰り返す。

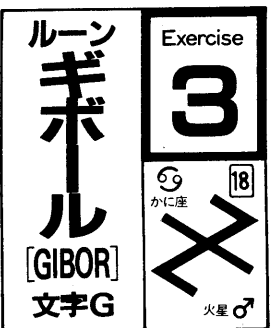
⑥それが終わったらひざまずき、両手を胸の前で交差(右手が上)させて許しを請い、二度と再びそのあやまちを犯さないことを、あなたなりの言葉で誓う。

⑦カルマの免除の願いは、願ったあとに必ず「聖なる法により」という語句をつけ加える。

⑧最後にAの儀式を行って終わる。

許しを請い、あるいはカルマの免除を願う真剣な言葉がポイントだ。

●ルーン・ギボール

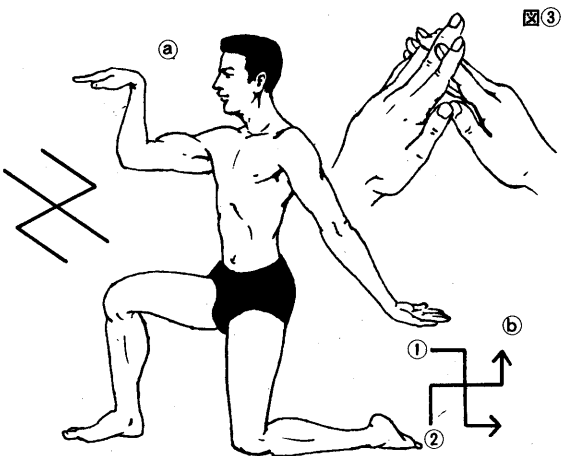


このルーン文字は神々のシンボルであり、万物の始めと終わりを象徴する。また、錬金術のシンボル、すなわち性エネルギーのシンボルであり、意識の真の目覚めに使われる。

エクササイズ

①図③aのように片ひざをついて中腰の姿勢をとる。そして、右手を前に、左手を後ろにして手首を曲げ、全身でルーン・ギボールを形づくる。

②そして、マントラ「ギボール」を3回発



音する。

③その姿勢のままさらに次の祈りを唱える。

「ひとつがすべてに、すべてがひとつになりますように。ギボール、すべての創造物の父、私をとともにいさせたまえ。父とともにあるために、帰さしめたまえ。キリストの名において」

④ここまですを1サイクルとし3回繰り返し、最後に儀式Aで終わる。

このルーン・ギボールは、悪霊を追いはらうためにも使える。それには、空中で図③bのような形を、指によって描きながら、火の音「SSS」を発音するのだ。

●ルーン・ラフ



救世主、変換の意味を持つこのルーンは、毎月27日の午前中に行う。その日は太陽の日とされ、とくに有益なエネルギーが太陽から届くからだ。

エクササイズ

①太陽に向かって不動の姿勢をとり、両手を図④のように前方に少し持ち上げる。そのとき、手首から先は下に向けて折り曲げる。

②救世主の精神的援助を求めながら（言葉はあなたの真剣な気持ちがかもっていれば、好き

な文句でかまわない。口に出さず頭で考えるようにする)、大きく息を吸う。

③次に息を吐きながら、マントラ「ラーフ」を7回発音する。すると、エネルギーが全身を満たすはずだ。

④終わったら感謝をこめて儀式[A]を行う。

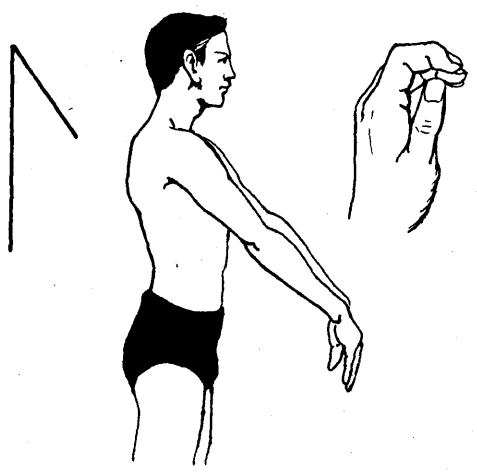
●ルーン・エ

ルーン	Exercise
エ	5
[EH]	17
文字E	双子座 II

このルーンは、希望の星、高い理想を表す。建設的な理想の達成を願うとき、このルーンを

行する。あなたの純粋な考えを結晶させ、実現に導く助けとなるはずだ。

図④



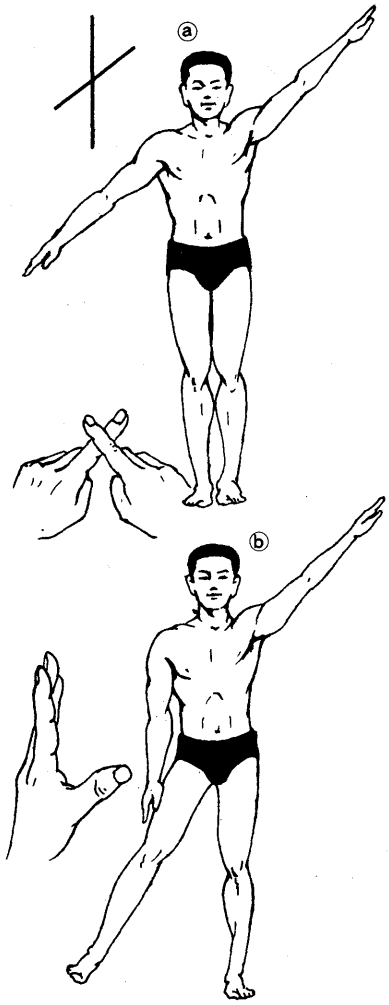
エクササイズ

①直立して、左手を上、右手を下にした図⑤aのような姿勢か、左手を上、右足をやや地面から離れた図⑤bのような姿勢のどちらかをとる。

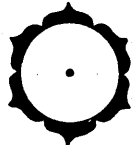
②あなたの理想を念頭に置きながら、マントラ「エー」を7回発音する。

③終わったら儀式[A]を行う。

図⑤



—第6章—チベットの秘法若返りエクササイズ



聖地ヒマラヤにある秘密の寺院

チベットの奥地、ヒマラヤは、いまだに多くの謎に包まれたところである。ここには、ある段階にまで達した修行者たちのための、秘密の寺院があるといわれている。

その寺院には、神々の領域にまで至った高次元のマスターたちが、あるときは肉体を持って、またあるときはアストラル体のまま現れて、修行者たちに教えを授けるといふ。

しかし、その秘密の寺院にたどりつける人はわずかである。求道の志と持続する情熱のない者の前には、その寺院は決して姿を現さない。入門を許される資格のある人だけが、その寺院を見つけることができるのだ。

この伝統的ときえいえる寺院はラマ僧寺院で、“若返りの泉”“青春の泉”などと呼ばれ、昔から修行者たちのあこがれの地となってきた。そこには若返りのための秘法が伝わっており、ラマ僧たちはほとんどが100歳をすぎているにもかかわらず、せいぜい30〜40歳くらいにしか見えないというのである。この章で紹介するのは、そうした秘密の寺院で行われているエソテリック・エクササイズのひとつである。

このエクササイズの目的は、霊的進化を遂げることにある。そのため、進化の基礎(道具といってもいい)となる肉体の健康と、霊の純化、そして後述するボルテックスの活性化に重点をおくが、

何よりもすばらしい効果は先に述べた“若返り”ということである。若返りとは、いいかえれば不老にはかならない。

霊的進化には霊の純化が不可欠の要素だ。これは私たちが人生の苦しみを通して学んでいくものであるが、残念なことに多くの人は学ぶだけの時間が足りない。真の人生を生き始める前に、どんなに多くの人が病気になるっていたり、脳細胞が破壊されていたり、老化していたり、神経系を冒されたりしていることだろうか。

これは老人のみにいえることではない。10代、20代の若者でありながら、神経がボロボロになって、あたかも老人のような人生を生きている人々が、どれくらいいることだろうか。

このエクササイズの若返り・不老という効果は、それらのカバーしようとするものである。進化を遂げるためには修行が必要だ。その修行に必要な時間を、このエクササイズは与えることができる。性エネルギー昇華によってクンダリーニを頭頂のチャクラにまで上昇させ、すべてのチャクラを開発するのに必要な時間、あるいはまた、運命を転換するために大きな善行を積むだけの時間、それらをこのエクササイズは創り出すことができるのだ。

ボルテックスを活性化して莫大なプラーナを吸収する

ではどうして若返りが可能なのか。そのメカニズムについて少し述べておこう。

人体には7つのチャクラがあることはすでに説明したが、このエクササイズではそのほかにブラーナ（生氣・生命エネルギー）を取り入れるボルテックス（渦の意）があるという。チャクラと同じくやはり7つあるボルテックスは、すべての生命器官と関係していて、それらを活性化させることで、私たちの体内には莫大なブラーナが入ってくる。

このエクササイズは、おもにそのボルテックスを活動させようとするもので、そうすることによって若返りと不老が可能になるのだ。

7つのボルテックスとは次のようなものである。

第1のボルテックスは後頭部（せんがくぶ）にあり、体内に生命エネルギーが入るための扉（とびら）のような役割を果たしている。第2は前額部（ぜんがくぶ）で、これも扉としての役目である。

この2つのボルテックスを速いスピードで回転させることによって、莫大なブラーナが体内に入り、すべての臓器（ぞうき）を若返らせる。そして、血液（けつえき）を洗浄（せんじよう）することによって、体じゅうのすみずみにまで酸素と栄養（えいよう）がいきわたるようになる。

第3のボルテックスは喉頭部（こうとうぶ）にある。これは声と関係があつて、すべてのマントラはこのボルテックスを活動させる。また高すぎる声（たとえば金切り声のような）や低すぎる声は、反対にこのボルテックスの機能（きんのう）をおさえてしまう。

楽しい歌を歌うことも、喉頭部のボルテックスを活動させるのに有効である。ベルカント（しやう）唱

法（ほう）のように、お腹（なか）の底から声を出すのはとてもよい。正しい発声法で歌う歌手がいつまでも若々しいのは、喉頭部のボルテックスが活発に動いているためである。

第4は前立腺（ぜんりつせん）のボルテックスである。ここにたいへん多くのエネルギーが集中することは、読者も経験されていることと思う。これが性エネルギーだ。そしてこのエネルギーの使い方（かた）（方向）を正しく行うか間違えるかによって、人生がまるつきり違ったものになることは、すでに理解されたことだろう。正しく使えば、私たちを神々の領域にまで高めてくれるすばらしいエネルギーである。

このチベット式エクササイズにおいても、性エネルギーが注目され、そのためのエクササイズまである（エクササイズ7）ことで、いかに性エネルギーが重要とされていたかが確認できる。この第4のボルテックスは、前の第3のボルテックスと互（たが）いに深いつながりを持っていて、私たちの肉体の健康（けんこう）を司（つかさど）っている。

5番目のボルテックスは肝臓（かんぞう）のあたりにある。このボルテックスを活性化させると、肉体のすべての器官が調子よく機能して、病氣知らずの体になる。肝臓という器官は体内に入り込む毒素（どくそ）を排泄（はいせつ）するはたらきをすることで、ボルテックスの活性化によってその機能がさらに促進（そくしん）されるのだ。

6番目と7番目のボルテックスは、両足のひざ頭（かざがしら）のところにひとつずつ存在する。ここは地

球の持つ地磁気エネルギーと天空の電気エネルギーが交差する場所で、私たちの体の中で両方のエネルギーがバランスをとって存在するのに重要なところである。

このボルテックスが活性化することで、肉体とアストラル体の両方により影響を与えることができる。

“想い”の集中によって内臓を若返らせる

これら7つのボルテックスを活発に動かすことができれば、私たちはまったく別人になれる。バラ色の頬と輝く瞳を持ち、つねに意欲と情熱、希望に満ちた精神を保って、人生のらせん階段を昇っていきけるのだ。

青春の苦悩のあとに、おなかの突き出た中年になって生きる必要はない。苦悩を通して得たものを、まだ若い肉体のままで生かしていけるのだ。

あるいはまた、病気がちの人や体が弱っている場合は、その弱っている部分に集中的にプラーナを送り込む。そうすることでその臓器が若返り、本来の、いやときにはそれ以上の機能を取り戻すこともある。

このエクササイズで使っているマントラは、そのほとんどが治療の効果を持っている。もちろん肉体ばかりでなく、心の病の治療にも効果を発揮するものだ。だから発音するときには「必

ず健康になるんだ。病気なんかのために魂までが病んでたまるものか」という強い決意を持つようにする。

このエクササイズも、他のエクササイズと同様、肉体的な動きは簡単である。だれにでもできる。しかし何よりも大切なのが集中力だ。頭ではかのことを考えながら、体だけ動かしていても、何の効果もない。この点も、性エネルギー昇華、ルーン・エクササイズと同じである。

なぜなら、これは肉体のためだけのエクササイズではないからだ。逆に肉体の動きを利用して、ボルテックスという不可視のエネルギーの渦を回転させようとするのである。

ボルテックスにせよチャクラにせよ、肉体的な器官ではなく、超視覚によってのみ見ることが出来るものだ。それを活動させるには別のレベルからアタックしなければならない。筋肉を鍛えるのとはわけが違うのである。

ボルテックスを動かし、肉体の各器官を若返らせるには、指示してある観想にしたがって、涙が出るほどの精神集中をしなければならない。

つまり、私たちの“想い”のエネルギーこそが、それを実現する原動力なのである。あなたの熱意しだい、どのようにも自分を変えることができるわけだ。

若返りと霊的進化のためのエクササイズは7つある。それぞれが、

● 肉体の動き

●観想（心の使い方）

●魂への祈りとマントラ
 を持っている。この3つを注意深く実践していけば、雑念の入る余地はないので、ぜひマスターしていただきたい。

このエクササイズでは「祈り」が重要なポイントとなっている。たいへん大切である。若い人にとっては祈りはうさんくさいものに見えるかもしれないが、実はそうではない。祈りこそ、私たちの内に潜む清らかな心、何ものにも負けない強固な意志を引き出す力なのだ。あなたの魂に祈りを捧げて、エクササイズを成功させてほしい。

エクササイズ1「十字架のポーズでエネルギーを交差させる」

①東に向いて立ち、足はかかとの部分をきちんとつけておく。そして、胸の前で両手を交差させる。このとき必ず右手が上にくるようにする（図①）。

②そのポーズで、自分の内にある聖なる母クンダリーニに祈りを捧げる。聖なる母は、霊的進化を心から望み、そのための努力を怠らない者に対して、惜しみない援助を与える。このエクササイズも彼女の援助を得ることで、より早く上達する。祈りは次のようなものだ。

★聖なる母／私のボルテックスを活動させてください／多くのエネルギーが入ってきて、内臓

図①



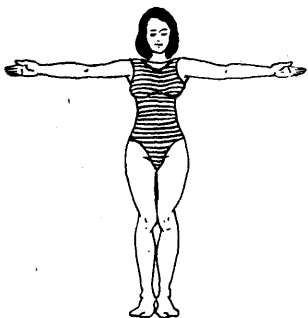
を浄化し、健康になりますように／チャクラが開発されますように／キリストの名において／そうありますように

③祈りが終わったら両手を水平に開く。そうすると体が十字形になるが、このポーズをとることで体の中にエネルギーの交差が起こる。それを自分で感じることができるよう、体の内側に注意を向けること（図②）。

④そのポーズで、目は開けたまま、右回り（時計の針の方向）に12回、回転する。できれば激しく、スピードを上げて回る。

回っているあいだじゅう、聖なる母に祈り続けること。体が回転することによって、ボルテックスも回転しているので、それを強く感じながら行う。想像力をはたかせることが大切である。

図②



もし最初から12回、回ることがむずかしかつたら、もう少し少なくてよい。しかし、徐々にその数に近づけていくようにする。

⑤12回、回り終わったら、もとの東向きの位置に戻って、①と同じポーズをとってストップする。動から静にビタッと決まるのが大切である（もしよろめいてまっすぐに立てないようなら、少し足を開いて練習してもよい）。

⑥ストップすると同時に目は閉じる。まだ回転している感覚があるはずだから、それに意識を集中する。エネルギーの流れやボルテックスが速いスピードで渦まいていく様子を、体の内側に向けた眼で感じとるようにつとめること。

開発したいチャクラがあればそこに集中して、チャクラが活動している様子を想像してもよい。たとえば、超視覚を開発したければ眉間にあるアジナー・チャクラに精神を集中し、そのチャクラがグルグルと回っているのを強く想い浮かべる。そうするとその念のエネルギーによって、本当にチャクラが活動を始めるのである。ただし、真剣に集中しなければならない。だからはじめのうちは、集中力に気を配ることが必要である。

⑦体の内側に回転する感覚がなくなったら、目を開ける。それで1サイクルが終わったことになる。

このエクササイズは自分のリズムに合わせて、好きなだけ行ってもよい。軽快な音楽をかけて

やるのもよいだろう。「フィガロの結婚」(モーツァルト作曲)の序曲は、このエクササイズにピッタリの曲なのでおすすめです。心が浮きたつような、すばらしい感覚があるだろう。

エクササイズ2「開け、セサミ」で脳神経と交信する

①床の上にあお向けになる。両足のかかとを合わせ、両手は水平にして、体で十字形を形づくる。手のひらは上に向ける(図③)。そのポーズで聖なる母に祈る。

★聖なる母/私の脳神経の治療を助けたまえ

②そして目を閉じる。その目を脳の内側に向けて、脳を見る。本当に視覚化するくらい集中する。

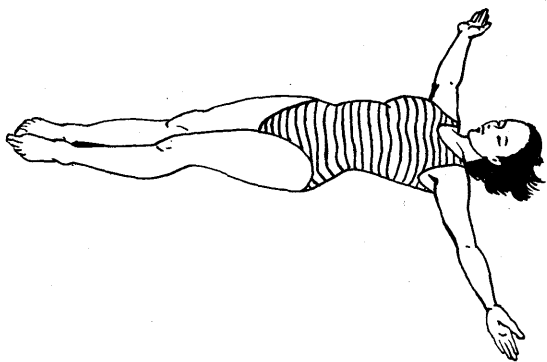
私たちの脳神経は、日常の多くの出来事によって疲れたり病んだりする。それを健康に保つことが、何を行うにしても大切である。

③次に脳と交信する。脳に限らず、私たちの体の器官、内臓などと交信するのはとても重要なことである。多くの人は交信することさえ考えないだろうが、次の呪文を唱えることによってコミュニケーションの通路が開く。

★開け、セサミ

この単純な呪文によって、与えられるエネルギーを吸収するために、体の器官が開く。

図③



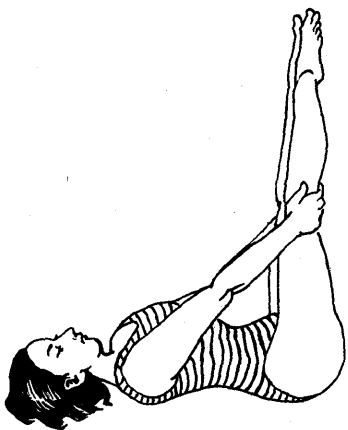
④脳神経が疲労していて、そこにエネルギーを送り込みたいときには、次のように脳に話しかける。

★私の脳神経、開け、セサミ／この生命エネルギーを受けよ／健康になれ／キリストの名において／仏陀ぶつだの名において／私の聖なる母に
より

そして脳が金色の光に包まれて洗せんじよう浄され、いきいきと活動を始める様子を強く想像する。

この「開け、セサミ」という呪文は、みなさんもよくご存じの『千夜一夜物語』で使われていたものだ。何も気づかずに読みすごしていた人が多いと思うが、実はこの呪文は4次元世界においてはとても役に立つものである。幽体離脱りゅうたいりだつをしていて、開かない扉にぶつかったときなど、この呪文を唱えたと簡単に開く。ぜひ試し

図④



てほしい。

⑤床に横たわったまま、両足を上げていく。上半身と足が直角になるまで上げて、両手でひざの後ろ側を持って足を支える(図④)。

ピンと伸ばした足からエネルギーが入ってくる様子を感じる。そして、そのエネルギーが脳にいきついて、脳神経に吸収されることを思い浮かべる。たとえばこんなふうに。

★太陽エネルギーが光の球体となって足の裏から入ってくる。上昇してひざまで至り、そこでたいへんな速さで回転している。それがさらに上昇して脳にまで到る。そして、回転しながら脳細胞にエネルギーをそそぎ込んでいく。

この想念によって、実際にそれが起こる。はじめはうまく感じられないかもしれないが、毎

日続けるうちに、本当に脳がエネルギーを吸収しているのが感覚としてわかるはずだ。

⑥そんな想像に心を集中しながら、次のようなマントラと祈りを唱える。

★開け、セサミ／エネルギーを受けよ／アエ ガエ／アエ ガエ／グフ／グフ／グフ／健康になれ／ニューロン強化されよ／知識の光を受けよ／キリストの名において／そうありますように

⑥終わったらゆっくりと足を下ろし、あお向けのままで両手を胸の前で交差させる(図①と同じ形)。こうすることで、受けたエネルギーを自分の内に保存できるのだ。

聖なる母に心の中で感謝を捧げ、自分の脳神経がすっかり回復していることを感じるために、少しのあいだ瞑想する。

エクササイズ3 (呼吸法と祈りでハートに愛と力を満たす)

①東に向いて、両ひざを床につけてひざまずく。この姿勢をとるだけで、ヒザのボルテックスの活動を促すことができる。腕は胸の前で交差する(図⑤)。

②その姿勢で上体を心もち前に傾けて、次のプラーナ・ヤマ(呼吸法)を3回行う。

これは右手の人差し指と親指を使って行い、他の指は決して使わない。左手は太陽神経叢の位置(へそのところ)に置く。

プラーナ・ヤマ(図⑥)

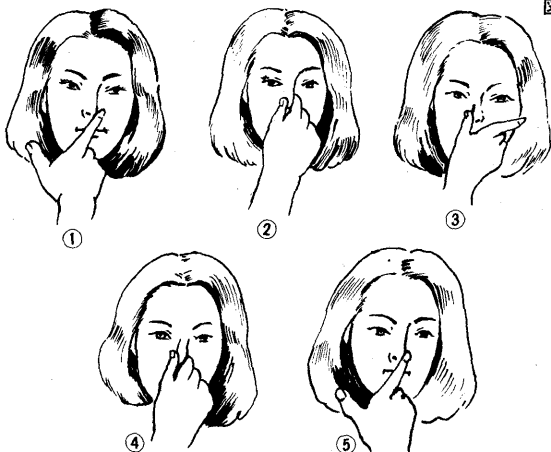
①人差し指で左の鼻孔を押さえ、右の鼻孔からゆっくりと息を吸う。吸い終わったら、親指で右の鼻孔をふさぎ、息を止めたまま少しのあいだ保つ。

②苦しくなったら人差し指をはずして、左の鼻孔から肺のすべての空気を吐き出す。吐き終わったら、同じ鼻孔から、ゆっくりと深



図⑤

図⑥



超能力をコントロールするためにアストラル・トリップする

性エネルギー昇華はアストラル体の感覚器官を目覚めさせる効果を持つが、そのアストラル体が肉体から脱け出して、異次元世界を旅することをアストラル・トリップという。この旅で学べることは、通常の日常生活から学ぶものとはたいへん異なっている。このことについては『アストラル・トリップ』（ミゲル・ネリ著、徳間ブックス）に詳しく書いたので、それをお読みいただきたいと思うが、ここではその方法、すなわち幽体離脱を行うためのテクニックをいくつか紹介したいと思う。

というのは、性エネルギー昇華によってある程度の超能力が目覚め始めると、多くの不思議な出来事に遭遇するからである。それらは、いわゆる“常識的な判断”では対応できないタイプのものだ。なぜなら、3次元レベルのものではなく、4次元以上の世界に属するものだからである。

普通の人の目には見えないものが見える、聞こえないものが聞こえる、多くの思念波が感じられたり、直観が次々の中していく……。こういったことに会おうと、その人はたいへんな精神不安定状態に陥るか、反対に、さあ超能力がついたとばかりに天狗になるか、たいいていそのどちらかである。性エネルギー昇華をやっていれば、そうした能力がつくのは当たり前だし、

そう騒ぐこともないのだが、それがわからないのだ。

そしてそこから迷いが始まったり、うぬぼれて手がつけれなくなったりして、道を誤っていく。そうならないためにはどうすればいいか。そこで必要になってくるのがアストラル・トリップのテクニックなのである。

何度もいうようだが、アストラル界というのは異次元世界である。すなわち、彼らがおそるおそる片足を踏み込んで、その光景に目をみはっている世界だ。そのとほ口のところで彼らは迷っているのである。

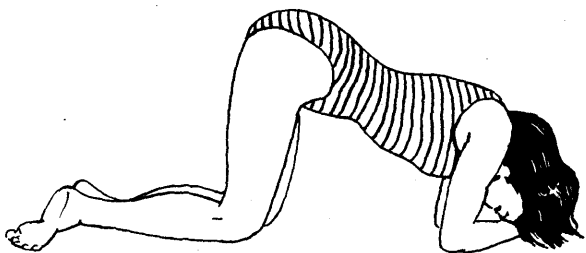
その迷いをふっきり、自分の開発しかけた能力の使い方や、それをさらに磨いていく方法を学ぶ、つまり、超能力のコントロールの仕方を学ぶためには、アストラル界を自在に旅することが必要になってくるのだ。

高次元の存在の指導で霊的進化を最短距離で進める

アストラル界には、われわれ人類を導き助けることを仕事としている高次元の霊が存在する。そして、あなたが超能力のコントロールの仕方を学ぶのは、彼ら高次元の霊からである。

あなたのアストラル体が肉体から脱け出して高次元へとトリップし、そこでグルに出会えるよう強く念じれば、あなたにピッタリ合う高次の霊と出会うだろう。そうして自分の修行のア

図⑦



く息を吸う。

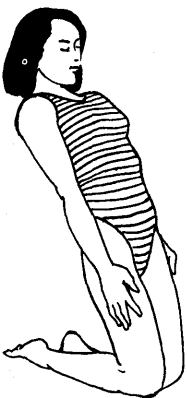
◎吸い終わったら、再び人差し指で押さえて息を止める。何秒間かそのまま置いて、苦しくなったら、今度は親指を離して右の鼻孔から息を吐く。吐き終わったら同じ鼻孔から吸う——この繰り返しである。左と右で1回と数えて、3回行う。

これにより体じゅうの気の通る道が浄化できる。

③プラーナ・ヤマが終わると、ひざまずいたまま、上体を前に倒す。手をついた上に額をのせて、深々としたおじぎの姿勢である。ちょうど五体投地のような形だ(図⑦)。

そして祈りを捧げる。デビ・クンダリーニー(聖なる母)に、あなたの願いを受け入れ、かなえてくれるようにと祈るのである。文句はあなたの

図⑧



自由だ。

④祈りが終わるともとの姿勢に戻る。そして、今度は上体を後方に傾ける。頭、上半身、ももが一直線になるように注意しながら、できるだけ後ろに傾ける。手は体にそわせるように下ろす(図⑧)。

きついポーズであるが、これによって体の鋭敏さを取り戻し、体内の毒素を燃やすことがで

きる。がんばってほしい。

⑤そのポーズをとったまま祈る。特に心臓を強化するのに効果があるエクササイズなので、次のように祈るとよいだろう。

★聖なる母／私の心臓、開け、セサミ／オ——ン／大日如来の名において／そうありますように

この「オ——ン」というマントラは、心臓のあたりにあるチャクラを開発する効果を持つ。直観力を得たい人は、心臓のチャクラに集中して、何度もこのマントラを唱えろとよい。

⑥そう祈りながら、次のように想像する。

★真^まっ赤^かに輝^{かが}く太陽から、清らかな赤い光がそがれている。その光が太陽神経叢^{そうそう}から私たちの体に入り、心臓まで上昇していく。光が心臓を包んで心臓を強化し、ハートに愛と力を授^{さづ}けていく。

このとき、愛と力で全身が満たされることを強く想像しながら、

★愛、力／愛、力／愛、力
と唱^{とな}えるときよい。

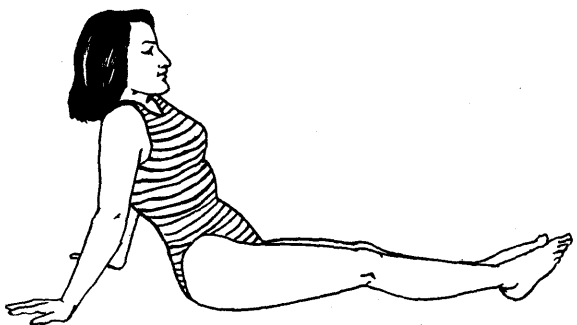
⑦このエクササイズで得たすべてのエネルギーを体内に保存するつもりで、両手を胸の前で交差させて、①のポーズ（図⑤）をとる。そして、デビ・クンダリニーに感謝の気持ちを表す。

エクササイズ4（テーブルのポーズで悪を外に追い出す）

①両足を投げ出して座^{すわ}る。上体を後ろに傾け、それを両手で支える姿勢をとる（図⑨）。とても楽な姿勢である。

そのまま、聖なる母・クンダリニーに集中し、助けを求める。このときの祈りの言葉は自分の心に浮かぶインスピレーションにしたがって、できるだけ詩的な表現をとる。そして、毎回表現を変えていくときよい。それによって自分の心をいつも目覚^めめた状態にしておくことができる。

図⑨



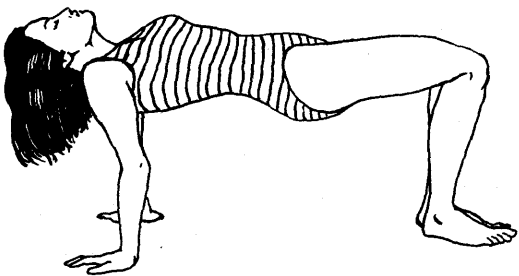
る。

★聖なる母／われらをつねに導^{なび}き、光を与えてくださるあなた／あなたのマントは夜空の星で満ちている／その星の光のエネルギーが私の体にさし込むように／その光が私を健康にするように／そして、あなたの愛が私を変革^{へんかく}するように／仏陀の名において

たとえば、こうしたインスピレーションは、エクササイズを実践していくうちに、自然に心に湧^わいてくるものだ。

聖なる母の存在も、実感として感じられるようになる。聖なる母はすばらしいエネルギーを持った蛇^{へび}であり、またいつもあなたを見守っている真の母（もうひとりの母といってもいい）であるから、あなたの呼びかけに必ず応^{こた}えてくれるはずだ。あなたがしなければならぬのは、呼びか

図10



けること、それだけである。

② 祈りが終わったら、そのままの姿勢でひざを立てる。そして腰を上げていく。ちょうどへそに糸がついていて、それが上へと引っばられるようなつもりで、腰と上半身を持ち上げていく。上半身、腰、ももが一直線になり、両手と両足がそれを支える、つまりテーブルのような格好である。顔は真上を向いている(図10)。

慣れない姿勢だから辛いように思うかもしれないが、そんなことはない。いつもは2本の足で体を支えているのが、このポーズでは4本の足があるのだ。つねにへその糸を意識していれば、自分の体重をそれほど感じなくてすむはずである。

③ そのポーズで内臓とコミュニケーションする。

これは特に心臓、胃、生殖器、卵巣を強化、若

返らせるのに効果がある。また、テーブルのようになった体の上の部分にあるすべての器官も強化される。太陽神経叢に暖かい慈愛に満ちた光がそそがれているのを想像し、自分が強化したい器官に語りかけ、祈る。

★私の脾臓、開け、セサミ／このすばらしいエネルギーを受けよ／細胞よ、若返れ／おまえの持てるすべての力をもって、私の肉体を強化せよ／私がすばらしい仕事ができるように／肉体よ若返れ／チャクラよ、活動せよ／私を害するネガティブなエネルギーよ、去れ／クッティ／クッティ／クッティ／完全な健康体になれ／神々の名において／そうありますようにこの「クッティ クッティ クッティ」というマントラは、インカ文明の時代に使われていたもので、何かを外に追い出すためのものである。

胃や脾臓は外から入るネガティブなエネルギーの影響を受けやすい器官である。ストレスがあると胃が痛くなったり、食欲がなくなったりという経験はだれにでもあると思う。

しかし一方で、この器官は、私たちが健康で強靱な体力をもって建設的な人生を歩んでいくために、つねによい状態に保っておかねばならないところでもある。だから決してネガティブなものが入り込まないよう注意すると同時に、入ってきたものを追い出してやることがきわめて大切なのだ。

自分の心が暗い気持ちになったり、腹が立ったりしたときも、このマントラを唱えて、そう

いうものを追い出してしまおう。

★聖なる母／私の心を浄化してください／この暗い陰気な雲を、私の心から取り除いてください
い／ネガティブなエネルギーよ、去れ！／クッティ／クッティ／クッティ／明るい心よ、
蘇れ／意欲で満ちよ／テトラグラマトンの名において／そうありますように

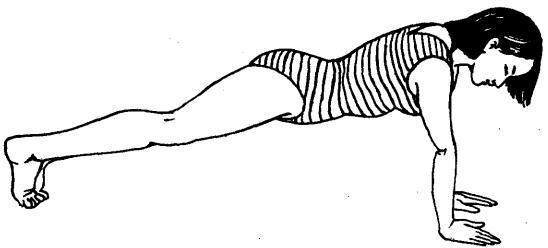
そんな祈りを心の中で唱えたとよいだろう。腹立ちにしても暗い気持ちにしても、自分をマ
イナスのエネルギーで満たし、心ばかりか体までも痛めつけてしまうものだから、さっさと外
に追っばらってしまうのがよい。いつも陽気でプラスのエネルギーで満ちているために、この
マントラを生かしていただきたい。

④体に無理がない程度の時間、テーブルのポーズを続けたら、ゆっくりもとの姿勢に戻る。
手は後ろにはつかず、胸の前で交差して、少しのあいだ目を閉じて、いきいきと活動し始め
た脾臓の様子を、内側を向いた目で見つめるようにとめる。聖なる母への感謝の気持ちも忘
れずに。

エクササイズ5「ピラミッドのポーズで脳を活性化させる」

- ① ひざまずいてエクササイズ3で行ったブラーナ・ヤマを3回行う。
- ② 次にトカゲのポーズといわれる姿勢をとる。

図⑪



両手を肩幅の広さに開いて床につけ、体をま
っすぐに伸ばし、足のつま先を床につける。ち
ょうど腕立て伏せをするような姿勢である。頭、
首、上体、足のラインが一直線になるように注
意すること。また、おなか床につかないよう
にする(図⑪)。

③その姿勢で少しのあいだ静止状態を保つ。
そして、聖なる母に意識を集中して、このエク
ササイズによって肉体が強化されるように祈
る。

肝臓と背骨の強化に効果のあるポーズなの
で、肝臓のボルテックスがスピードアップし、
背骨が正しく伸びていることを想像する。

背骨は人体の支柱であり、また、聖なる母・
クンダリニーが上昇する通路でもあるので、ゆ
がまないでまっすぐにしていることが大切であ

図⑫



る。

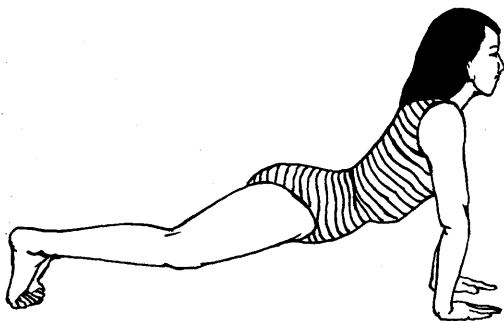
④そのまま腰を上げていき、ピラミッドのポーズをとる。息を吐きながら行う。腰はできるだけ高く、足の裏はピッタリと床につける。顔は足のつま先を見る位置におき、背中と頭是一直線になる(図⑫)。

その姿勢で祈る。自分が特にはたらいてほしいと思う器官に親しく話しかけ、コミュニケーションするようにつとめる。

このポーズは人間アーケードともいわれ、頭に血液を送り込んで循環をよくし、脳と細胞、そして、頭部にあるすべての器官を洗浄する。次のように祈るとよいだろう。

★私の脳細胞、開け、セサミ／清らかなブラーナが流れ込むのを吸収せよ／血液が浄化されて 脳細胞のすべてがいきいきとはたらきま

図⑬



すように／ブラーナよ、回れ／脳細胞を若返らせよ／知性を開発せよ／健康になれ／カルトブー／カルトブー／カルトブー／ヨーヘーバウヘーの名において／そうありますように⑤次にコブラのポーズをとる。息を吸いながら行う。

ピラミッドのポーズから腰を下げていき、上半身をそらす。ちょうど体が弓なりになるように。かま首をもたげたコブラの形である。体ができるだけそらすように努力しながら、しばらくその姿勢を保つ(図⑬)。

⑥息を吐きながら④(図⑫)のピラミッドのポーズに戻る。この間ずっと聖なる母に祈り続ける。そして、次のようなマントラを唱えてもよい。

★ア——／ア——／ア——

これは肺を浄化するマントラである。肺に精神集中し、マントラの振動で包むようなつもりで行うとよい。記憶を呼び戻す力も持ったマントラなので、自分の準備が整っていれば、前世の記憶を思い出す可能性もある。

⑦ピラミッドのポーズのまま足を数歩前に進める。下腹にもぐつつくような姿勢になるので、そこで起き上がれば、楽に立てる。まっすぐ立ち、両手を胸の前で交差、聖なる母に心の中で感謝する。そして、頭がスッキリし、よくはたらいっていることを確認する。

ここで1サイクルが終わるが、まだやりたければもう一度、あるいは好きなだけ行ってもよい。しかし、つねに熱意をもって、精神を集中して行わなければならない。何度行うか、どれくらい長く持続するかよりも、密度の濃い集中こそが重要である。

また、あまり速いスピードで行うのも望ましくない。落ち着いて、ゆっくりと、エクササイズそのものが祈りであるように行うのがよい。

このエクササイズ5は、いわゆるはてい腹をなくすのに効果がある。脂肪でふくれ上がった腹は、求道者にはふさわしくないものだ。

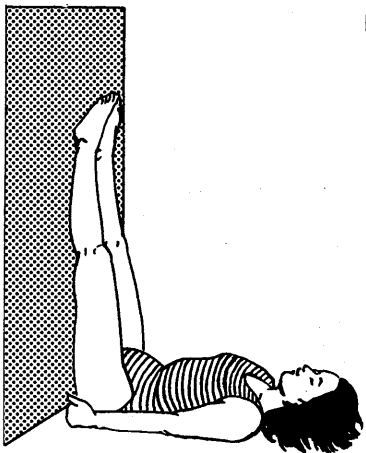
読者の中にはあまりいいと思うが、身近な知り合いにそういう人がいたら、教えてあげてほしい。

エクササイズ6〔第3ロゴスの援助で太陽と月を交換する〕

①壁にお尻をくっつけておお向けになる。足は上体と直角になるように、壁にそわせて上げる。手は体の側面に自然につけておく(図14)。

②この姿勢で祈る。

図14



★聖なる母／私の中で太陽と月が入れ替わりますように／太陽が脳に至って、輝ける知性が開発されますように／月がへそまで移動しますように／第3ロゴスの名において／第3ロゴスの援助によって／聖なる法が許すのであれば／そうありますように

このエクササイズについてはこんな話がある。私たちの頭には月があり、へその部分に太陽がある。が、これは望ましい状態ではない。人間が天国を追われて以来このようになってしまったので、完全な人間であるためにはこれが

逆にならなければならない。このエクササイズはその入れ替えを行うためのものだ。

それは第3ロゴスの援助があつてこそ成し遂げられる、というのである。

第3ロゴスというのは、この宇宙に存在する第3番目の神聖な存在でありパワーである聖靈（父と子と聖霊）、シヴァ（ブラフマン＝創造、ヴィシュヌ＝持続、シヴァ＝破壊）、その他、3の原理で表されるすべてのことを含んでいる。それは破壊（死）から再生をもたらす根源的なエネルギーであり、

高次元からのパワーである。その名において援助を求めることで、許可とパワーが与えられる。

③このエクササイズは肉体の若返りにたいへん効果がある。まず5分くらいから始めて、毎日1分ずつふやしていくとよい。つねに心の中で、細胞が若返ることを念じながら行う。

長時間やるほど効果がある（毎日3時間実行すれば、死に対してさえ勝利するといわれている）が、ぼんやりとそのポーズをとっているのでは何の意味もない。精神集中と想像力を持続してこそ、成功を手にすることができる。

また、脳の血液循環を促進して、視力を回復させるという効果もある。

エクササイズ7（性エネルギー昇華）

①まっすぐに立つ。足はかかとをつけて、背骨をまっすぐに伸ばす。

②両手をへその横に斜めに置き、そのまま自然に体にふれたまま下げていく。内ももを通っ

てひざまでいき、上体もそれに合わせて前屈、ちょうど深々とおじぎをしたような格好になる（図15）。

前屈しながら息を吐いていく。肺にある空気をすべて吐ききるつもりで行い、手がひざまできたときに吐き終わっているように。

③息を止めて、ヒザのボルテックスを活性化させるつもりで、グルグルとマッサージする。

④息を止めたまま、内ももを軽く上下に摩擦する。次に性器の部分を摩擦する。そうすることで性エネルギーが動き始める。

⑤性エネルギーが動き始めたら上体を起こし、手は腰に持つていく。そして息を吸いながら、同時に性エネルギーを上昇させてやる。背骨にそってらせん状に、黄金色の性エネルギーが上昇していくのをありありと思い浮かべるのだ。

⑥性エネルギーを脳まで上昇させ、それをさらに心臓に至らせて光り輝かせたら、また息を吐きながら前屈していく。その繰り返しである。

⑦実践しているあいだ、ずっと、私たちが上昇させようとしている聖なる母・クンダリーニ



図15

に援助を請い続けること。

★聖なる母／どうか仙骨の洞窟より出て、上昇してください／私に大いなる力をお授けください。私が人生で勝利し、高次元へと昇ることができるようになりますように／いかなる困難に出会っても、それを打ち破る勇気をお与えください／クリシュナの名において／神々の意志によって／そうありますように

以上7つのエクササイズは全部を行う必要はない。いちおうひととおりやってみて、自分に合うものを2つか3つ選んで実践すればよい。すべてのエクササイズは、すべての生命器官を活性化させる。あなたが最も生命力を必要とする器官を活性化してくれるよう、祈ればよい。

また、何かさし迫った悩みがあれば、それを解決してくれるよう祈ってもよい。それがかなうことで、あなたの霊的進化が促進されるものであれば、願いは聞きとどけられる。

しかしあなたの低次の心から発した願い（欲望）ならば、かなえられることが、あなたにとっでかえってマイナスになるので、聞きとどけられることはない。反対にそれから心が離れていくように作用するだろう。

心からの祈りによって神々の援助がある

さて、7つのエクササイズを見てあなたはどうか思われただろうか。おそらくひとつの特徴に



気づかれたことと思う。このエクササイズで最も重要視されている「祈り」についてである。

祈りというとすぐに思い浮かぶのが宗教だろう。そして、あなたの頭の中には、強いな布教活動を行っている新興宗教や、狂信的な人々の姿が浮かんできたかもしれない。しかし、祈り「狂信とするのは大きな誤りである。」

もし、あなたの愛する人が死にかけていたら、あなたはどうするだろうか。あるいは、あなたが避けられない困難に出会ったらどうだろう。知らず知らずに天を見上げて祈るのではないだろうか。何の邪心もなく、幼子が母に対するように、

「神さま 助けてください。」

「お願いします——」

そう援助を求めることだろう。

それが祈りなのである。何も宗教団体の専売特許ではないのだ。

祈りによって何が起こるかという点、私たちの生命を育み、世界を生かしているすばらしいエネルギーが、あなたのもとに降りてくるのである。そして、あなたの想いの強さと清らかさにしたがって、援助を与えてくれるのだ。このエクササイズは、その偉大なるエネルギーを最大限に生かそうとするものである。

祈りの言葉に特定の神々の名が出てくる。「キリスト」や「仏陀」などだが、それにこだわら

ず、あなたのメンタリティに合う神に援助を求めればよい。

しかし、必ずどなたかにお願いしなければならない。なぜなら、強いエネルギーは神だけではなく、ほかにもそれを持って悪用している存在があるからだ。クンダリーニを危険なく上昇させ、チャクラをいい方向に開発するためには、高次の存在の援助が不可欠なのだ。

行動すれば願いは実現する

だからといって、毎日エクササイズをしてお願いはかりしていればよいというものではない。その願いごとを実現するべく、自分で行動し努力することが大切だ。エクササイズや祈りで得たパワーを、最大限に生かすのである。

目標を達成するためにアイデアを考えれば、必ずヒラメキがある。ヒラメキにしたがって行動をすれば、まるで何かに導かれているかのように道が開かれていく。それがこのパワーのすばらしいところである。が、あくまで行動を起こすのは自分の意志だということを肝に銘じておくこと。何もしないで怠けていると、何も発展していかないのが人生の構造である。

もうひとつ大切なのが、自分の持っている願いごとの点検だ。願いをかなえてほしいと思っている、自分の根元の心を見つめるのである。同時に、自分の生活の仕方を反省することも怠ってはならない。たとえば、健康を損なって当たり前のような生活をしながら、具合が悪いと

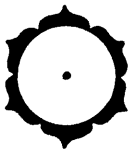
ころの治療を願っても、それは穴のあいたバケツに水をそそぐようなものである。

まず、自分の生活と心理状態をしっかりと見つめ、それが誤っていれば正すという努力をしながら、援助を願っていただきたい。そうすることで、いちばん必要な援助を受けとることができる。もちろん、それは、ときには自分の願うこととは正反対のかたちで現れるかもしれないが、それがあなたにとっていちばんいいからそうなのである。

黒魔術は人間の欲望を、それがいい悪いとかかわりなく実現しようとするものだが、高次の神々の援助を願って行う場合は、決してそうはならない。神々への祈りが大切な所以である。

その祈りをさらに効果的に行う方法がある。次の章で、それについて詳しく述べていく。そして、黒魔術という、人間を地獄へ引きずり込んでいくものから身を守る方法についても、あわせて述べていきたいと思う。

—第7章— 目に見えない次元の敵をはばむ



超人に近づくほど「攻撃」が多くなる

神々をめざして性エネルギー昇華を行い、進化の道を歩むものには、多くの試練があり妨害もある。その道は決して坦々としたものではなく、劇的な展開を見せるドラマのような人生である。

このドラマは、視聴者から見れば、主人公（つまりあなた自身だ）の進むべき方向は明快にわかるが、その渦中にあるあなたは、ときには迷い、悩むこともある。その悩みが自分の内からのものであれば、大いに悩んで何かを学べばよいのだが、そうではない場合、つまり外から攻撃を受けられた場合は、そんな悠長なことはいつていられない。即対抗策をこうじなければたいへんなことになる。それまでに歩んできた道が、すべて無駄になることだってありえないことではない。

この章で紹介するのは、その「対抗策」であり、黒魔術、呪いから身を守る方法である。

あなたが超人に近づけば近づくほど、いろいろなかたちで攻撃は多くなる。それはある意味では当たり前で、人の進化を喜ばない存在は実際に数が多いからである。

あなたの能力をうらやみ、人を引きつける魅力をねたみ、あなたのやさしさや寛大ささえ悪く受けとる人だって存在する。たとえ自分が何も悪いことをしていなくても、悪感情を持たれ

る覚えがなくても、だれかが勝手に嫉妬して、黒魔術に走ることだって起こりうるのである。そして超人に近づくほど、あなたの影響力は広範囲に及ぶので、そのぶん攻撃も多くなってくるというわけだ。

人が持つ悪感情は、あなたの進歩を妨害するし、黒魔術や呪いをかけられると、実害が及ぶこともある。あるいは、とんでもないかたちで道を外らされることもある。

そういったものに對抗して、決して道を誤らないようにするには、次の2点をつねにチェックしておくといよい。

①自分の心理がいつも同じかどうか。変に感情的になったり、何かに固執しすぎたりしていないか。

②自分の周囲の状態はどうか。いつもはめったにないことが、頻繁に起こったりしていないか。

この2点である。

黒魔術の攻撃というのは、それを攻撃と見せないように巧妙に行われるし、同時に攻撃されている人の意識を眠らせて気づかせないようにするので、つねに自分をチェックすることが必要になるのだ。

以上が黒魔術や呪いを察知するための心がまえである。が、ここでくれぐれも注意しなければ

ばならないことがある。それは、黒魔術をしかけてくる相手を特定することは、無意味だということだ。

もし、安易に特定の人物を敵だと決めつけてしまったら、そのこと自体、黒魔術の術中に陥ったことを意味している。何かの悪意を感じても、絶対に反撃してはならないのだ。反撃を加えることは、悪に対して悪を行うようなものであり、自分自身を傷つけることになる。その悪意に対してはただ防御するのみだ。それによって、黒魔術や呪いは、かけた本人へと自然に返っていくものである。

さて、これらのことを十分留意していただいたら、次には、黒魔術の攻撃が具体的にどのようなかたちで行われるかを見ていこう。

攻撃のパターン

次にあげるような症状に心あたりがあれば、黒魔術の攻撃を疑ってみる。

①夢……悪夢が頻繁に続く。特にだれかにおそわれたり、動物に飛びかかれたりする夢。夢は目に見えない次元で起っていることをわれわれに伝える手段のひとつなので、黒魔術が作用してくる4次元の出来事を知ることができる。ただし、満腹のまま就寝したり、悩んでいるときなども悪夢を見るから注意する。

②トラブル……家庭、学校、職場などでまわりの人と頻繁に問題が起こる。友人間でも気まぐしくなったり、仲たがいが起こる。黒魔術は被害者を孤立させ、まわりから敵対視されるようにしむける。

③事故……考えられない状況で事故が頻繁に起こる。これは疑われずに相手を攻撃する絶好の手段である。まったく危険もなかったような状況で、しかもどう考えても納得のいかないかたちで、事故死や瀕死の重傷を負う。あるいは大事故ではないにしろ、とにかく頻繁に事故にあう。

それは交通事故のようなものとは限らず、階段から足をすくわれるように落ちて骨折したり、やけどをしたり、ころんで足首をくじいたりといったものである。

④仕事……何の原因もないのに商売や仕事がかんばしくないときは、ねたみが成功を妨げようとしていることがある。おうおうにして、どん底に落ちるまで下降線をたどることになる。

⑤恋愛……何の魅力も好意も感じなかった人物に、急にひきつけられ、その人のことばかり考えていたり、何かに引っぱられて行動しているような感覚があるとき。本当に好きでもないのに、結びつけられそうになる、といった漠然とした不安を感じる。

⑥健康……あまりにも頻繁に病気になる。特に原因不明の病気や痛み。医師も精神的または神経的なものとしか診断できない。

⑦心理……最も典型的な例は、自分が自分の中にいないような感覚。いつもうつろで、まるで機械のように感情もなく生活し、無気力、無関心。行動したあとでどうしてそんなことをしたのかわからなかったり、どうでもよくなる。

こうした症状以外に、呪い人形による黒魔術の場合は特に次のような症状も見られる。

⑧痛み……体の一部（特に心臓）、または何か所かに、頻繁に痛みを感じる。また、感電したようなショック、けいれんを、特に足や後頭部に、少し痛みを伴って感じ、痛みは毎回強くなっていく。

⑨貧血……有機体内のミネラルを除去したり変質させたりすることによって、有機的アンバランスをきたし、それが貧血、全体的な衰弱感として表面化することがある。ただ、一般的に貧血も多いので注意すること。

⑩神経過敏……原因もなく神経過敏に陥り、まわりの人に対して神経がとがり、イライラや怒りをすぐに感じるとき。こうした症状が急に始まり、頻繁に起こるようなら黒魔術の可能性がある。

特に結婚したり会社で昇進したりという、何らかのねたみをかうような進歩があった直後から不快な出来事が続く場合は要注意。

⑪気配……夜、眠りかけたとき、だれかが近づく気配を感じたり、ひとりでいるときに不思議な音や何かがいるような感じがするとき。幽霊である可能性と同時に、黒魔術師の訪問の可能性もある。

⑫不運……いくら勉強しても試験に合格しなかったり、だれとも結婚できなかったり、どうしても子供が授からなかったり、といった不運の中には、各人の運命によるもの以外に、嫉妬やねたみによって引き起こされるものもある。

⑬絶望感……急に激しい絶望感におそわれて死にたいと思ったり、原因もなく衝動的な自殺行為に走ったり、自己破壊欲におそわれたりするとき。

⑭周囲の出来事……被害者のエネルギーが強いいため攻撃をはね返し、それがまわりのもの、たとえば家族や家で飼っている動物に向けられるケースもある。金魚や小鳥、猫などが原因もなく急に死んだりするのだ。

猫科の動物は特に感性が鋭いため、目に見えない次元の攻撃から主人を守ろうとする。猫が血を吐いて死んだりするとき、それは明らかに自然な死というより、主人に向けられた呪いによると考えられる。

このように症状は多岐にわたり、黒魔術は巧妙に展開される。しかしまず大切なことは、数多い症状を正しく識別することであり、被害妄想のように大げさに考えることも、また反対にあなどることもなく、冷静に観察し、状況を考えることである。そうすれば正しい判断を下す

ことができるだろう。

ときには、ねたみや恨みの心あたりがまったくないというのに、黒魔術の症状が現れることがある。それは、前世に自分が行った黒魔術のカルマとして、現世でそれが自分に戻されることがあるためだ。

人類自身のエゴ（ねたみや恐怖、我欲、憎悪などが悪の根源であり、原動力であることはいうまでもない。そして、人類のエゴが存在するうちは、黒魔術は消え去ることなくはびこり続けるだろう。

黒魔術の攻撃にも影響されない不死身の人間は存在するだろうか。答えはイエスだ。

ひとりの人間の心の中が、憎悪のかわりに愛で満ちあふれ、何ひとつエゴイズムがなく、たえまなく人類のために献身するなら、黒魔術の入り込むスキがないからである。

魔術はエネルギー対エネルギーの戦いにほかならない。

したがってほんの少しでも、不純な考え、欲望を持っている人間は、黒魔術の攻撃の影響を受ける可能性があるといえる。

その現実にはいたずらに目をつぶって無知な犠牲者、被害者となるよりは、それに対する防御法を習うことのほうが賢明である。

次にそうした黒魔術の攻撃から身を守るために、防御のバリヤーを張りめぐらすテクニク

を紹介しよう。

1 夜間の攻撃から身を守る

黒魔術師たちはいたいへん活動的で、昼夜を問わず、執拗に攻撃をしかけるのが常である。なかでも、われわれが最も影響を受けやすく、また無防備な状態、それは眠りのときだ。というのも、夜中の12時すぎは特に闇の力の活動が盛んになる時間であるうえ、われわれの肉体は休養中でまったく受動的な状態にあるからだ。

そこで、次の①から⑦までにあげる防御法は、夜間、われわれに向けられる呪いのバイブレーションの道を外らせ、吸収してしまう磁気コンデンサーを準備する方法である。

①水のエクソシズムで悪を洗浄する

コップ1杯の水を枕もとに置いて寝る。

実に簡単で、それでいてたいへん効果的なこの方法は、水のエネルギー媒体としての磁気的パワーによるものだ。

コップは、この目的のために新品を用意し、ほかの用途には使わないこと。

やり方

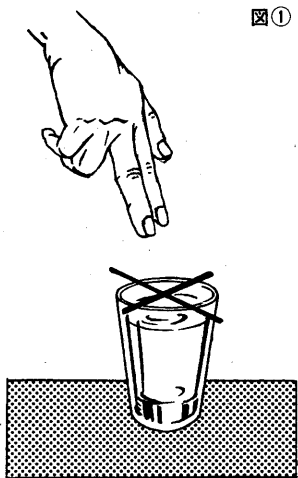
①コップに水を入れたら、次の言葉で祝福を与える。

★生命の水、光の泉よ／テトラグラマトンの名において／眠りのあいだ／我のもとに届くすべての悪を洗浄したまえ

②次に右手の親指、人差し指、中指を水に向け、薬指、小指は折って、水の上で十字を切り(図①)、次の呪文、「水のエクソシズム」を唱える(読みながらよい)。

★エクソルシソ テ クレアトゥラ アクエ／ウト シス ミヒ スペクルム／デイ ヴィヴィ イン オペリブス エフス／エト フォンヴィタエ／エト アブルーティオ ペカトルム／アーメン

③ラテン語の呪文は、この言語のマントラの響きの効果によるもので、このまま発音する。



④翌朝、コップの水を観察してみると、気泡が無数につくなど、水がネガティブなエネルギーを吸いとって、何らかの変化を起こしていることが確認できる。一晚をすごした水は、コップを右手で持って水洗トイレなどに流して捨てる。間違っても、その水を飲んだりしないように。

②炭の中に暗黒の力を閉じ込める

石炭などの鉱物ではなく、必ず木炭を使う。木炭はあらかじめ小さなカケラにして用意しておく。それを1日1片、枕もとに置いて寝るのだ。木炭は燃料店で1袋2000円ぐらいで買える。それだと約1年間は使えるはずだ。

■やり方

①枕もとに木炭を置いたら、簡単な祈りの言葉を唱える。

★エデンの園の樹からやってきた木炭よ／キリストの名において／我はおまえの魔をはらう／おまえの堅い暗黒の中に／暗黒の力を閉じ込め、我を守りたまえ

②前の①と同様、右手の3本指を木炭に向けて十字を切りながら祈りの言葉をいう。

③翌朝、木炭は紙に包んで右手で捨てる。われわれの左手は受動を表すので、せっかく炭の中に閉じ込めた暗黒の力を受けとってしまわないために、決して左手は使わないようにする。

③シナモンのエッセンスを利用する

ほかの用途には使わない深めの新しい皿と、シナモン(ニッキ)の小枝(粉末ではなく)を準備する。シナモンのエッセンスは喜びを呼ぶので、苦悩をやわらげる作用がある。

■やり方

①皿の中に水を少量入れ、そこにシナモンの小枝を十字形に置く。それを枕もとやベッドの

下に置くのだが、そのときの祈りの言葉は次のようなものだ。

★シナモンの精／喜びを呼ぶためにつくられたあなた／自然界のデバたちの名において／我はおまえの魔をはらう／我に害を与えるエネルギーをはねつけるよう、アーメン

②この皿は7日間使うことができる。7日たったら捨て、再び新しい水とシナモンを準備して、同じように儀式を行う。

④塩のエクソシズムで悪を吸収する

塩を使って清めたり、悪が入らないように入口に盛るといったことはよく行われているが、実際、塩は「吸収する」という性質を持っている。しかし、目に見えない世界で心霊レベルの効果を得るためには、あらかじめ、塩がすでに吸収したエネルギーをはらっておくことが必要だ。

■やり方

①紙、または皿の上に塩を置き、それを枕もとか寝室の入口に置いてから、例によって右手の3本指を塩に向け、呪文を唱える。

★イン イスト サレ イト サビエンティア／エト アブ オムニ コルプティオネ／セル
ヴェット メンテス ノストロス エト コルボラ ノストラ／ペル ホフマエル エト
イン ヴイルトウテ ルアフーホフマエル／レセダント アブロイスト ファンタスマタ／

ヒラエ ウト シットサル コエレスティス／サル テラエ エト テリス サリス ウ
ト ムトゥリエトウル ポス トリトゥランス エト アダット スペイ ノストラ コル
ヌア アウリ ヴォランティス／アーメン

②次に塩に向かって心をこめて次のようにいう。もちろん、右手の3本指を向けて十字を切りながら。

★12の成分の力により／我はおまえの魔をはらう／悪が我を決しておおうことのないように／そうありますように

③翌朝、右手を使って塩を捨てる。

⑤正義の刀で敵からわが身を守る

おもちゃ屋などで売っている刀を2本準備する。しかしプラスチックのものではなく、刃の部分は金属性が望ましい。短刀以外ならサイズは自由だ。

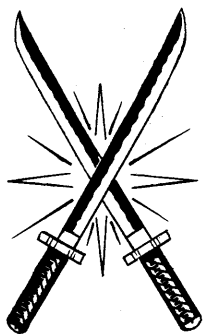
刀や剣は戦いと意志の力を象徴する。特に上向きに垂直に立てられた剣は「正義」を表す。

■やり方

①2本の刀は十字形に交差させ、柄が手前にくるように(図②)枕もとか、部屋の入口に向けて置く。唱える呪文は次のものだ。

★侍の魂、刀よ／仏陀の名において／我を敵から守りたまえ／そうありますように

図②



⑥火のエクソシズムで防御のサークルをつくる

これは、悪の力が入ってこないようにするための方法だ。

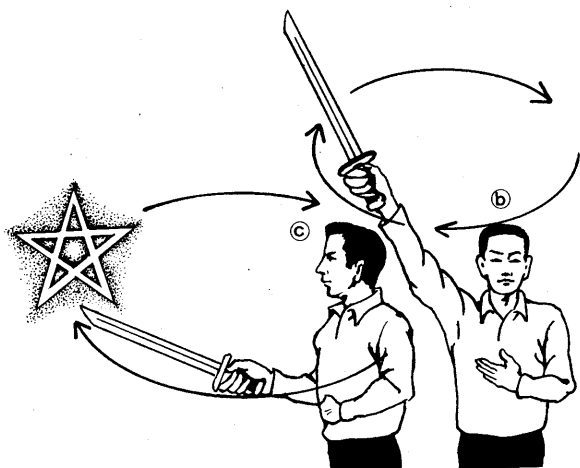
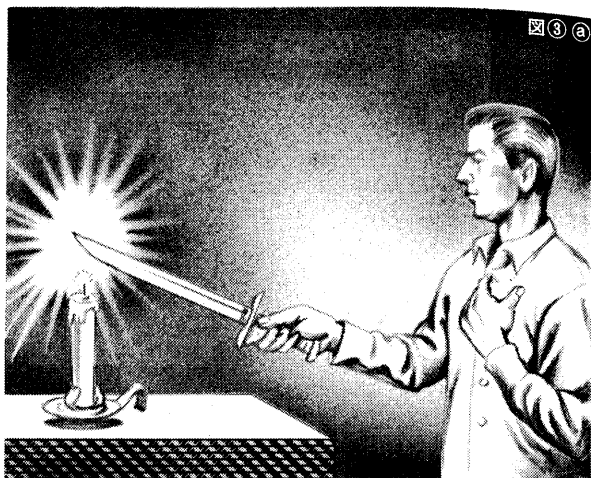
■やり方

①寝室内の東の位置にろうそくを置き、火をともし。刀を右手で持って、先端を炎^{ほのお}に向け、次の「火のエクソシズム」で、まず火を清める(図③a)。3回繰り返す。

★ミカエル 太陽と光線の王／サマエル 火山の王／アナエル アストラルの光の王子／ここ

にきたまえ／我を助けたまえ／アグニ(火の神)の名において

②次に火の精サラマンダーにいう。
★火の精サラマンダー／我に害を与えるものは／何ひとつとしてこの部屋に入ることのないよ



うに／火の防御サークルを作れ

③炎に向けていた刀の先を、時計回りに自分の周囲を回しながら、次の呪文を唱える。同時に、部屋のまわりに不可侵の炎の壁ができあがる様子を強く想像する(図③⑥)。

★エリオン メリオン

④刀が一周してもとの炎の位置に戻ったら、この防御サークルを五芒星(ペンタグラム)で封印する。すなわち、刀の先で☆を空中に描きながら(図③⑥)、

★テトラグラマトン

と、唱えるのだ。

⑤サークルができたら、ミカエル、サマエル、アナエル、そして火の精サラマンダーに感謝し、安心して静かな眠りにつけばよい。

⑦悪霊の目をくらませるため寝床の位置を変える

眠っているあいだ、どうもだれかがいるような気配があり、しかも不快な存在で、変な音が近くで聞こえたり、物の位置、特に防御用の道具の位置が変わったりするなら、それは幽霊などではなく、黒魔術によつて送られた悪霊だろう。

そうしたとき、彼らの目をくらます最も簡単な方法は、眠っている位置を変えることである。ふとんを部屋の反対側に移したり、角度を変えて敷けばいい。これでしばらくのあいだは大丈

夫だ。

悪霊がもう一度、あなたの場所を知るまでには時間がかかるので、その間に撃退のテクニクを十分に磨くか、あるいは、もう一度ふとんの位置を変えて、相手の目をくらます。

2 儀式と呪文で攻撃を封じる

さて次に、すべての悪霊と悪魔を追いはらい、われわれを悪から守ってくれる2つの「請願の呪文」を教えよう。これは悪魔の憑依さえ解いてくれるほどの、パワーあふれるものである。また、日常的に行える浄化法についても、ここでいくつかを紹介する。

いつ、どんなときに、そうしたものが必要になるかわからない。黒魔術や悪魔的なものは、つねにあなたの油断をみすかして攻撃をしかけてくるものだ。そんなとき、すばやく対処したり、あるいは日ごろから身辺を浄化しておくことが、被害を防ぐポイントになるのである。

①請願の呪文で悪霊を追ひ払う

自然界の四大要素(火、水、土、空気)の力を呼び、活動させるのが「四の呪文」だ。これはラテン語の部分と日本語の部分から成っている。ラテン語の部分は、この言葉が持つバイブレーションが効果的なので、そのままラテン語で発音しなければならない。

■やり方

①夜間の防御のために行うのなら、就寝前^{しよんぜん}にろうそくに火をつけ、水を入れたコップを準備して、前に述べた「火のエクソシズム」「水のエクソシズム」で清める。

②次に、右手に持った刀を目線よりやや上の高さで、左から右(時計回り)に大きく回しながら、「四の呪文」(217ページ)を唱える。

③呪文のうち「この聖水にしたがえ、消えうせろ！」の部分で、刀の先に水をつけ床に向けて十字を切る。

④また、次の「この剣で刺されたくないのなら、働け、土に戻れ！」では、刀を床に向けて十字を切る。

⑤さらに「この一吹きに消えうせろ！」のところで、息を吹きながら息で空中に十字を切る。

⑥刀を回すときは、ちょうど群がるコウモリや悪魔たちをはらいのけるつもりで、力をこめ、刀が光り輝く様子を想像する。

なお、同じ方法で悪魔ばらいもできる。ただその場合は、刀の先を憑依されている人物のオーラに向け、目に見えない次元でとり憑いている悪霊を切りきざむつもりで、刀で十字を切る(図④)。

さて、もうひとつの「七の呪文」(218ページ)は、7つの天体の力を呼ぶ、悪魔ばらいのための強力な武器である。



図④

やり方は「四の呪文」と同じで、時計回りに刀を回転させながら呪文を唱える。これら2つの呪文は、両方を続けてひとつの儀式として行うことが望ましい。

憑依した悪魔がなかなか離れなかったり、黒魔術の攻撃が特に強力な場合は、四と七の呪文にプラスして、「ソロモンの祈念の呪文」(218ページ)を続ける。

こうした呪文の一言、ひと言には、深い意味とパワーがこめられ、いかなる悪魔も太刀打ちできない。特別な言葉や音のバイブレーションは、3次元的動作をとおして4次元の効力を持つ、すばらしいかけはしなのである。

すべての呪文が終わったら、最後に、悪魔に憑かれた人物が悪魔から解放されるように、神々に願う。その言葉は自由だが、つねに次の

3つのうちからひとつを選んで発音する。

★キリストの名において

★テトラグラマトンの名において

★父と子と聖霊の名において
また、

★聖なる法により

という言葉葉も必ずそえること。すなわち、われわれの意志でそうなるのではなく、神々の聖なる法が許すのであれば、という意味である。このひと言で、カルマ的な重大なあやまちの責任をまぬがれることができる。

なぜなら、その人物のために何が最も適しているかは、神々の知るところであり、神々の判断によってなされるからだ。

神々は人類に対する愛ゆえに、つねにわれわれが助けを求めるのを待ち受け、救いの手をさしのべる準備がある。

求めよ、さらば与えられん。

たたけよ、さらば開かれん。

これはすべての神々と人間のあいだの、神聖なる約束なのだから。

●四の呪文・七の呪文・ソロモンの祈念の呪文

★四の呪文

カブツト モルトウウン インペレット テイビ ドミヌス ペル ヴイヴム エト デヴォ
トウン セルペンテム／チエルツプ インペレット テイビ ドミヌス ペル アダム ホッ
チャバ／アキラ エランス インペレット テイビ ドミヌス ペル アラス タウリ／セ
ルペンス インペレット テイビ ドミヌス テトラグラマトン ペル アンジェルム エト
レオネム／ミチャエル ガブリエル ラファエル アナエル／フルアット ウドールベル
スピリトゥム エロヒム／マネアット テーラ ペル アダム イオツチャバ／フィアット
フィルマメントウム ペル イアフヴェフ セバオト／フィアット ジュディシウム ペル
イグネムイン ヴイルトゥテ ミチャエル／死んだ目の天使、この聖水にしたがえ、消えうせ
ろ！／羽根のついた雄牛、この剣で刺されたくないのなら、働け、土に戻れ！／鎖につながれ
たワシ、この印にしたがえ、この一吹きに消えうせろ！／変わりやすい蛇、私の足もとにはい
つくばれ！／さもなければ、聖なる火によって、苦しみもだえさせられるだろう！／そして、私のた
く香とともに蒸発せよ！／水は水に戻るよう、火は焼きこがすよう、空気はめぐるよう／明け
の明星であるペンタグラムの効力により／そして、光の十字の中央に書かれたテトラグラマの
名により／土は土の上に落ちるよう／アーメン アーメン アーメン

★七の呪文

ミチャエルの名において、エホバがおまえに命令し遠のけるように、チャバホット／／ガブリエルの名において、アドナイがおまえに命令し遠のけるように、ベリアル／／ラファエルの名において、エルチムの前から姿を消せ、サチャビエル／／サマエル セバオトにより、そしてエロヒム ギボールの名において、立ち去れ、アンドラメレック／／サチャリエルとサチエルメレックによりエルバーの前にしたがえ、サナガブリル／／シャダイの神聖な人間的な名により、そして、私の右手のペンタグラムの印により／／天使アナエルの名により、ホツチャバであるアダムとイヴのパワーにより／／さがれ、リリット／／我らに手をかけるな、ナヘマツ／／聖なるエロヒムにより、そして、カシエル、セアルティエル、アフィエル、サライエルの神々の名により／／オリフィエルの命令により、さがれ、モロツチ／／われわれはおまえのえじきにわが子を捧げたりはしない／／アーメン アーメン アーメン

★ソロモンの祈念の呪文

王国の威力、私の左足と右手の下に位置したまえ／／栄光と久遠、私の肩にふれ、勝利の道に我を導きたまえ／／慈悲と正義、私の人生の均衡と榮譽となりたまえ／／知性と知恵、我に冠を与えたまえ／／マルクトの魂、寺院の建物を支える2本の柱のあいだに我を導きたまえ／／ネツァーとホッドの天使、イエソッドの立方石の上に我をしつかと立たせたまえ／／

オー ゲドウラエル／／ オー ゲブラエル／／ オー ティフエレット／／ ビナエル／／私の愛となりたまえ／／ ルアフ ホフマエル 私の光となりたまえ／／御身のある姿、そして、御身のあるであろう姿となりたまえ／／ オー ケテリエル／／イッシュム、シャダイーの名において我を助けたまえ／／チェルビム、アドナイーの名において私の力となりたまえ／／ベニーエロヒム、子の名において、サバオッドの徳により、私の兄弟となりたまえ／／エロヒム、テトラグラマトンの名において我のかわりに戦いたまえ／／マラヒム、ヨーヘーバウヘーの名において我を守りたまえ／／セラフィム、エロアーの名において私の愛を清めたまえ／／ハスマリム、エロアーとシエシナーの光彩によって我を輝かせたまえ／／アラリム、働きたまえ、オフアニム、回りましたまえ、さんぜんと輝きたまえ／／ハホットハ、カドツシュ、叫びたまえ、語りましたまえ、ほえたまえ／／カドツシュ、カドツシュ、カドツシュ、シャダイー、アドナイー、ヨットハバ、エイエアゼレイエ／／ハレルーヤ、ハレルーヤ、ハレルーヤ、アーメン、アーオーム

②曜日の呪文で大天使の助けを呼ぶ

1週間の各曜日のための呪文がある。これは、各曜日の天体と関連して、それぞれの天体の知性^{インテリジェンス}（または大天使）を呼び、助けを求める方法だ。ここでは火星Ⅱ火曜日为例にして紹介しよう。

■やり方

①まず、儀式の前に「万物への祈り」として、次の言葉を唱える（これは前の呪文にも使える。儀式の効果がより完全になるのだ。なお、儀式のあとにもつけ加えるとよいだろう）。

★万物が幸福でありますように

万物が幸運でありますように

万物が平和でありますように（以上3回繰り返す）

★アー オー ムー（3回繰り返す）

②これによって雰囲気（ふんいき）を準備し、地上と高次元を結ぶチャンネルが開かれたら、次に準備しておいた火のついたろうそくをコップの水に、

★「火のエクソシズム」

★「水のエクソシズム」

を唱え、清める。

③続いてハートに手を当てて、意識を集中しながら、次の呪文を唱える。

★聖なる父／オムニス イアウム インティモ／火星（各曜日に相当する天体）の大天使を呼ぶことを許したまえ

④次に、火曜日の「**祈念の呪文**」（223ページ）を発音する。

⑤大天使を呼ぶ祈念の呪文が終わったら、最後に次のように唱える（呼びかけの冒頭は各曜

日によって変える。例は火星の場合）。

★サマエル／そしてサマエルの軍団（ぐんだん）の天使の合唱隊／黒魔術の攻撃から我を守りたまえ／我を敵の呪いから解きたまえ／我をあわれみ、助けたまえ／聖なる法により／キリストの名において／キリストの愛によって／キリストの威厳（いげん）によって／アーメン

⑥すべてが終わったら、大天使と天使の合唱隊に感謝を捧げ、儀式を終了する。心の底からの深い真実の思いと、集中力をもって実践できれば、あなたの願いに（こた）応えてやってくる大天使や、それにしたがう天使たちの存在を見たり、感じたりすることもできるだろう。

●各曜日の祈念の呪文

私たちが通常使っている1週間の曜日と、秘教的な曜日とは、ずれがある。以下に示す各曜日の呪文は、日曜日に唱えるものから順に並べてある（～内が通常の曜日だ）。つまり、通常の曜日には「月曜日の祈念の呪文」を、月曜日には「水曜日の祈念の呪文」を唱えるということになる。

★月曜日へ日曜日◇無限（むげん）の謙虚（けんきょ）さと偉大なる愛を持ち、恐（おそ）るべきテトラグラマトンの名において／言語に絶する存在たち、我はあなた方を呼び、祈念する／アドナイーの名において、アドナイーにより、アドナイー、エイエ、エイエ、エイエ／カドス、カドス、カドス、アチム、アチム、アチム、ラー、ラー、ラー／強きかなラー、魂の山に絶（た）えることなく栄光の光を輝

かせる／御身に懇願する、今、慈悲を持ち我を助けたまえ、我にあわれみを施したまえ、何の価値もない、無力な私に／アドナイー、サバオット、アマタイ、ヤー、ヤー、ヤー、マリナタ、アビム、レイア／存在するものすべて、存在するであらうものすべての創造主／オルファミエルの最高指揮下にある第1軍団を治めるすべてのエロヒムの名において／そして、月の1万3000光線により、ガブリエルにより、我は懇願する／今すぐ我を助けたまえ／我は泥にまみれたみじめなみみずほどの者であることを認める、アーメン

★水曜日へ月曜日◇ 神々しいエロヒム、我は御身に嘆願する、聖なる、また畏るべきテトラグラマトンの名において／アドナイーの言語に絶する名により、エロヒム、シャダイ、シャダイ、シャダイ、エイエ、エイエ、エイエ、アサミエ、アサミエ、アサミエ／水星の主、ラファエル指揮下にある太陽系の第2軍団の天使たちの名において／また、アアロンの額に記された聖なる名のように／我を助けたまえ、我を補助したまえ、私の願いに応えたまえ、アーメン

★金曜日へ火曜日◇ たいへん謙虚に我は懇願する、神々しいエロヒム、オン、ヘイ、ヘイヤ、イア、イエ、アドナイー、シャダイの神祕の名により、私の願いに応じたまえ／テトラグラマトンの名において、我を助けたまえ／あけぼのの星、金星の摂政、ウリエルによつて指揮される第3軍団の天使たちの聖なるパワーにより／アナエル、ここにきたまえ、ここにきたまえ、ここにきたまえ／我はおのれの不完全さを認め、御身を崇拜し、御身に祈念する、アーメン

★日曜日へ水曜日◇ 我は不幸な死すべき運命の存在なり、おのれの無力さ、おのれのみじめさを十分に自覚しながら、あえて火の獅子と聖なるミカエルに祈念し呼ぶものなり／テトラグラマトンにより、今、太陽の第4軍団を我は呼ぶ／ミカエルが我をあわれむことを待ちながら／オム、タット、サット、タン、パン、パス、アーメン

★火曜日へ木曜日◇ 我はおのれのあるがままを認めるものなり／事実、我はあわれな罪深き者であり、マントラを通して力の天使たちを呼び、祈念する／ヤー、ヤー、ヤー、ヘー、ヘー、ヘー、バー、ヒー、ハー、バー、バー、アン、アン、アン、アイエ、アイエ、アイエ、エオル、アイ、エロヒム、エロヒム、エロヒム、テトラグラマトン／エロヒム、ギボールの名において、我は祈念し、呼ぶものなり／火星の主、サマエルにより、私の願いに応えたまえ／火星の第5軍団が我を助けますように、尊敬すべき天使アシモイの名において、アーメン

★木曜日へ金曜日◇ 自尊なく、おのれの無力を自覚し、おのれの無価値を認め、私の神のみが、パワー、知恵、愛を持つことを我は認めるものなり／聖なる名により、我は嘆願する、言語に絶するデバたちよ、カドス、カドス、カドス、エシレイエ、エシレイエ、エシレイエ、ハティム、ハティム、ハティム、ヤー／世紀を確認する者、カンティイーネ、ジャイム、ジャニツク、アニエ、カイバル、サバオット、ベティファイ、アルナイム、エロヒムとテトラグラマトンの名において／木星を統治する神々しきサチャリエルにより、コスモスの第6軍団の天

使により、私の願いに応えたまえ／言語に絶する存在に我は請願する／この仕事を助けたまえ、恐るべきテトラグラマトンによって、我は嘆願する、今ここで我を助けたまえ、アーメン

★土曜日へ土曜日へ すぎまじいおのれの無力と内的なみじめさを認めながら、まったくの謙虚さを持ち／カシエル、マチャトリ、サラキエル、私の願いに応えたまえ／聖なる、そして神秘なるテトラグラマトンの名において、我は嘆願する／ここにきたまえ、私の声を聞きたまえ、アドナイー、アドナイー、アドナイーにより、エイエ、エイエ、アシュム、アシュム、カドス、カドス、カドス、イマー、イマー、イマー、シャダイー、イオ、サール／土星の主オリフィエル、言語に絶する第7軍団の長／土星の言語に絶する存在たち、ここにきたれ、オリフィエルの名とパワフルなエロヒム、カシエルの名において／天使ボオエルの名において、あなた方を呼び、助けを嘆願する／土星の天体とその聖なる印により、アーメン

3 簡単に覚えられる緊急用の呪文

ここで、黒魔術の攻撃を感じた緊急の場合の、手っとり早い呪文をいくつか教えよう。これは、夢の中などで攻撃を受けた場合も含め、長い呪文を暗記していないときに使える。

絶望感を急に感じたり、心臓の動悸が急に高まったり、目に見えない何かの存在に恐怖を感じる時、力と信念をこめて発音する。

★キリストの名において／ここから立ち去れ／キリストの名において／我はおまえの魔をはら

う／キリストの名において／遠のけ！

この場合、十字架を手にとって唱えれば、さらに効果的だ。

もうひとつ、黄金に輝くペンタグラムを想像し、ペンタグラムを4次元に形づくる呪文がある。

★クリム クリシュナヤー ゴビンダーヤー ゴビーハーナー バヤー バヤー スワーツ

3 番目の強力な呪文は次のようなものだ。これは3回繰り返す。

★神々の父、ジュピターの名において／我はおまえの魔をはらう／テ ビゴス コシリム

また、すべての宗教にある神聖な祈りの言葉、「般若心経」やキリスト教の「主の祈り」なども、パワーの言葉である。それらは、何世紀にもわたって多くの魂の力によって神聖化されたもののなのだ。したがって、危険を感じたり、助けを必要とするときには、いつでも使うことができる。

次にあげるのは、たいへん短いものだが、パワーを持つ祈りの言葉である。3回繰り返す。

★1万30000光線を太陽は持つ／1万30000光線を月は持つ／1万30000回、我らの敵たちは悔いるだろう

4 サイキック汚染を防止する硫黄

硫黄は魔術の分野で、オーラの洗浄やサイキックな汚染を予防するのに、偉大な効力を発揮

する。

硫黄の粉を香としてたき（においては快適とはいえないが）、家の内部の洗浄に使う。家を引っ越したとき、家の中で大ゲンカがあったあとなどに燃やすとよい。

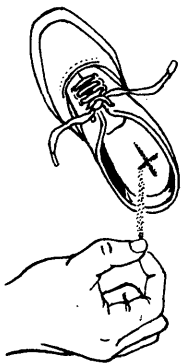
また粉のまま、直接、くつの内部に十字を描く（図⑤）。それからくつをはけば、墓地や病院、酒場、映画館などに行っても、サイキックな汚染を予防することができるのである。

さて、これまで防御のいろいろな方法をあげてきたが、防御のもうひとつの考え方として「予防する」ということがある。

すなわち、敵をつくらず、他人を批判せず、可能な限り他人の恨みやねたみを誘発しないことだ。

また、信用のおけない人に不必要に、自分の写真や衣類など、バイブレーションを持つ品物をあげないこと。呪い人形はそれらの材料で作られる。

だからといって非社交的になったり、無意味に不信感を抱くのではなく、観察眼を養い、一定の注意をはらうということである。それが大切なのだ。



図⑤

3 パワーあふれる魔よけの護符をつくる

最後に護符（タリズマン）を使って行う防御のお守を紹介しよう。普通にいうお守はポピュラーなものとして親しまれているが、これから紹介する2つの護符は、自分自身で儀式を行い、それによって魔よけのパワーをより強力にするものである（儀式は行っても行わなくてもよい）。護符は例図をコピーしてもいいし、あるいは図を参考にして、自分で作ってもいい。

① ペンタグラムの神聖磁気化儀式

「魔よけの護符」とは、パワーのシンボルから成るポジティブなエネルギー・コンデンサーであり、攻撃を拒絶する。それを身につければ、身を守る頑強な盾を持つようなものである。

天と地のすべてのシンボルを総括する2つのシンボルのうちのひとつ、それが光、すなわち叡智のシンボル☆||ソロモンの星で、いつの時代にも魔術師たちによって使われてきた。

もうひとつのシンボルは、力を表す☆||五芒星、ペンタグラム、またの名を焰の星といい、魔術の分野だけでなく、多くの国々で防御のシンボルとして使われてきた。

ちなみに、アメリカ国防総省ペンタゴンも、このシンボルを基礎にしている。

さて、このペンタグラムは図⑥のようなものだが、これはさまざまなパワーのシンボルで満ちている。細かく説明すると長くなるので、ここでは基本的なものを説明しておこう。

する。

硫黄の粉を香としてたき（においては快適とはいえないが）、家の内部の洗浄に使う。家を引っ越したとき、家の中で大ゲンカがあったあとなどに燃やすとよい。

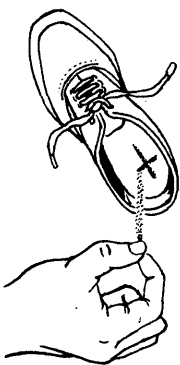
また粉のまま、直接、くつの内部に十字を描く（図⑤）。それからくつをはけば、墓地や病院、酒場、映画館などに行っても、サイキックな汚染を予防することができるのである。

さて、これまで防御のいろいろな方法をあげてきたが、防御のもうひとつの考え方として「予防する」ということがある。

すなわち、敵をつくらず、他人を批判せず、可能な限り他人の恨みやねたみを誘発しないことだ。

また、信用のおけない人に不必要に、自分の写真や衣類など、バイブレーションを持つ品物をあげないこと。呪い人形はそれらの材料で作られる。

だからといって非社交的になったり、無意味に不信感を抱くのではなく、観察眼を養い、一定の注意をはらうということである。それが大切なのだ。



図⑤

3 パワーあふれる魔よけの護符をつくる

最後に護符（タリズマン）を使って行う防御のお守を紹介しよう。普通にいうお守はポピュラーなものとして親しまれているが、これから紹介する2つの護符は、自分自身で儀式を行い、それによって魔よけのパワーをより強力にするものである（儀式は行っても行わなくてもよい）。護符は例図をコピーしてもいいし、あるいは図を参考にして、自分で作ってもいい。

① ペンタグラムの神聖磁気化儀式

「魔よけの護符」とは、パワーのシンボルから成るポジティブなエネルギー・コンデンサーであり、攻撃を拒絶する。それを身につければ、身を守る頑強な盾を持つようなものである。

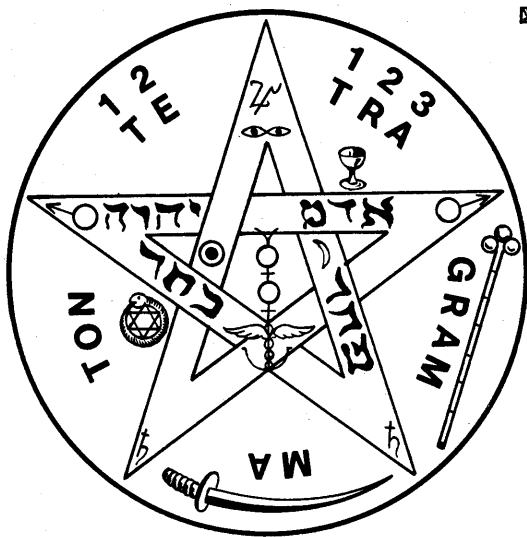
天と地のすべてのシンボルを総括する2つのシンボルのうちのひとつ、それが光、すなわち叡智のシンボル☆||ソロモンの星で、いつの時代にも魔術師たちによって使われてきた。

もうひとつのシンボルは、力を表す☆||五芒星、ペンタグラム、またの名を焰の星といい、魔術の分野だけでなく、多くの国々で防御のシンボルとして使われてきた。

ちなみに、アメリカ国防総省ペンタゴンも、このシンボルを基礎にしている。

さて、このペンタグラムは図⑥のようなものだが、これはさまざまなパワーのシンボルで満ちている。細かく説明すると長くなるので、ここでは基本的なものを説明しておこう。

図⑥



- ★星の上部にある2つの目は、すべてを見通し、だれひとりとしてだますことのできない神の目。
- ★そのすぐ下にA(アルファ)。すべての始まりを示す。
- ★開いた左右の角は「超人」の両腕で、戦いと力の星、火星のシンボルが先端にある。
- ★下部の2つの角は両足で、土星(秘教科学と土の神)のシンボル。
- ★星の中央はオメガ、終わりの意味。
- ★その下、マーカーキュリーの杖には2匹の蛇がまといつきながら上昇し(背骨にそって上昇する性エネルギー)、頂に両翼を持っている。

★太陽☉と月☾は創造の二元性を表して

いる。

★左腕の上に「聖杯」。これは母、永遠なる女性要素の象徴。123は三位一体、創造の3つの力、陽子—電子—中性子を表す。左腕の下には7つの節の竹があり、パワーの杖、脊柱(人間の支え)を表す。

★中央下の剣(刀)は戦いと意志を表す。

★右腕の下に尾をかむ蛇。無限を表し、中にあるソロモンの星は叡智と光、さらにその中の十字は宇宙創造のシンボルだ。右腕の上に12、これは父と母、二元性を表す。

★星のまわりにあるのが、TETRAGRAMMATON、神のカバラ名。この名を信仰心と畏敬をもって発音するとき、天と地がとどろきわたるといわれる。

さて、このペンタグラムを使って行うのが「神聖磁気化儀式」だ。それによって魔よけの護符ができる。ペンタグラムは図を参考にして適当な大きさのものを作る。ほかに準備するものとしては、次の5つの香(と香炉)がある。

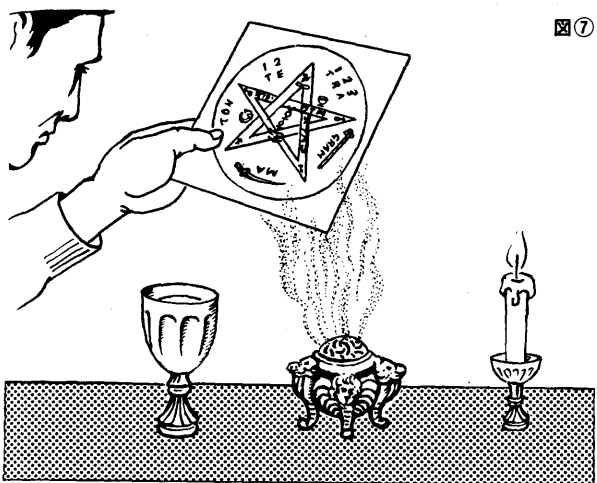
- ①インセンス(杜松の木のヤニ) ②ミルラ(没薬) ③アロエ(ろかい) ④硫黄 ⑤カンフル(樟脳)

■やり方

①前述した「万物への祈り」「アーオーム」を各3回ずつ唱える。

②次に5人の大天使を呼ぶ。

図⑦



★ガブリエル、ラファエル、サマエル、アナエル、オリフィエル／キリストの名において／このペンタグラムを清めたまえ

③そういつてから、香の煙をペンタグラムにまぶし、5つの角に生命を吹き込むつもりで、息を5回吹きかける（図⑦）。

④その後、大天使たちに「キリストの名において」感謝を捧げる。

⑤儀式が終わったら、①をもう一度行い終了する。

こうしてできあがったペンタグラムは、額に入れて壁にかけることができる。その際、必ず神の目が上にくるようにする。決して反対にしないこと。それは闇の力を引きつけ、悪魔を呼ぶからだ。

この魔よけの護符は、悪を遠去け、幽霊や黒

魔術師たちを近づけない。部屋の入口の天井に、神の目を内に向け両足を外に向けてはれば、入口から入ってくる悪を防ぐことができる。悪魔はつねに入口から入る。決して窓からは入らない。これは魔術のひとつの法則だからである。

また、このペンタグラムをペンダントにして首にかければ、24時間の防衛をすることができる。鎖か7つの結び目をつけたひも、あるいは7色の糸でつるしてもよい。

②火星の護符で戦いのパワーを得る

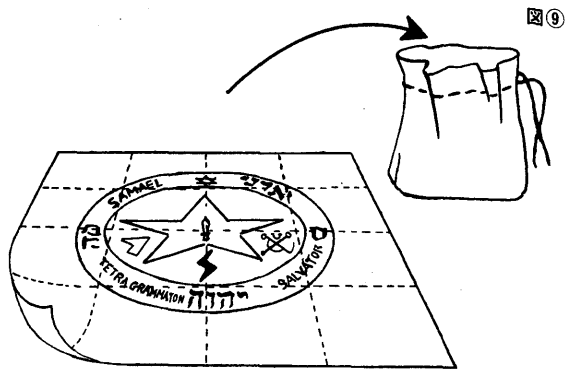
火星は戦いと力の星である。その護符は図⑧のようなものだが、重要な各シンボルの意味を説明しておく。

★二重の円は、無限ミクロコスモスと、創造ミクロコスモスを表し、上部にある☆ソロモンの印、すなわち光と叡智の印で結ばれている。

★中央にはペンタグラム、正義の剣火星のシンボルが描かれ、星の左に知性のシンボル、右に火星の印、下に火星のルーン文字シググがある。

この護符も前のペンタグラムと同じく、神聖磁気化儀式を行うことによって、その効力が強くなる。図⑧を参考に適当な大きさのものを作り（あるいはコピーしてもよい）、そのほか、水と火（ろうそく）、香を準備する。ただし香は植物性のものを。

■やり方



図⑨

の名において／聖なる法により
 ④終わったら、大天使サマエル、火の精、水の精に感謝し、「万物の祈り」「アーオーム」を各3回唱えて儀式を終了する。
 ⑤護符は小さく折って(図⑨)、火星の色である赤い小さな袋に入れ、魔よけのお守として身につける。

最終的勝利は善にある

ここまで数多くの防御法を覚えてきた。しかし最も大切なのは、防御以前の問題、つまり、決してだれにも呪いをかけないということだ。黒魔術のカルマは、想像を絶するほど苦痛に満ちたものである。それは地上での苦しみだけではなく、死後は地獄の底まで堕ちて、永遠に思えるほどの長時間、たえまなく苦悩が続く。



図⑧

①前述した「万物の祈り」「アーオーム」を各3回唱える。そして「火のエクソシズム」「水のエクソシズム」を行う。
 ②それが終わったら、次の呪文を唱える。

★聖なる母、火星の護符を清めるため／火星の主、サマエルを呼ぶことを許したまえ／サマエル、サマエル、サマエル／ここにきたまえ／テトラグラマトンの名において／アヒオス、アヒオス、アヒオス

③次に護符を香の煙にまぶし、ろうそくの炎の光をあてながら、サマエルに防御の力を願う。

★すべての悪魔と悪霊、敵に対抗する力を／この護符に与えたまえ／キリスト

超能力をコントロールするためにアストラル・トリップする

性エネルギー昇華はアストラル体の感覚器官を目覚めさせる効果を持つが、そのアストラル体が肉体から脱け出して、異次元世界を旅することをアストラル・トリップという。この旅で学べることは、通常の日常生活から学ぶものとはたいへん異なっている。このことについては『アストラル・トリップ』（ミゲル・ネリ著、徳間ブックス）に詳しく書いたので、それをお読みいただきたいと思うが、ここではその方法、すなわち幽体離脱を行うためのテクニックをいくつか紹介したいと思う。

というのは、性エネルギー昇華によってある程度の超能力が目覚め始めると、多くの不思議な出来事に遭遇するからである。それらは、いわゆる“常識的な判断”では対応できないタイプのものだ。なぜなら、3次元レベルのものではなく、4次元以上の世界に属するものだからである。

普通の人の目には見えないものが見える、聞こえないものが聞こえる、多くの思念波が感じられたり、直観が次々の中していく……。こういったことに会おうと、その人はたいへんな精神不安定状態に陥るか、反対に、さあ超能力がついたとばかりに天狗になるか、たいていそのどちらかである。性エネルギー昇華をやっていれば、そうした能力がつくのは当たり前だし、

そう騒ぐこともないのだが、それがわからないのだ。

そしてそこから迷いが始まったり、うぬぼれて手がつけれなくなったりして、道を誤っていく。そうならないためにはどうすればいいか。そこで必要になってくるのがアストラル・トリップのテクニックなのである。

何度もいうようだが、アストラル界というのは異次元世界である。すなわち、彼らがおそるおそる片足を踏み込んで、その光景に目をみはっている世界だ。そのとほ口のところで彼らは迷っているのである。

その迷いをふっきり、自分の開発しかけた能力の使い方や、それをさらに磨いていく方法を学ぶ、つまり、超能力のコントロールの仕方を学ぶためには、アストラル界を自在に旅することが必要になってくるのだ。

高次元の存在の指導で霊的進化を最短距離で進める

アストラル界には、われわれ人類を導き助けることを仕事としている高次元の霊が存在する。そして、あなたが超能力のコントロールの仕方を学ぶのは、彼ら高次元の霊からである。

あなたのアストラル体が肉体から脱け出して高次元へとトリップし、そこでグルに出会えるよう強く念じれば、あなたにピッタリ合う高次の霊と出会うだろう。そうして自分の修行のア

また、呪われたからといって、相手を憎んだり、仕返しを考えないことも重要だ。正義の審判は、われわれの手にあるのではなく、法の審判が、正義の天秤と厳格な剣をもって下す判断なのである。

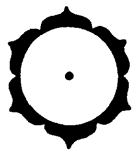
われわれが黒魔術の呪いを切り取り、防御さえすれば、そのエネルギーは最も適当な時期に、さらに強化され出発点に戻る。

黒魔術は確かに破壊的でパワーに満ちあふれている。その強大さに恐れることもあるだろう。しかし、白魔術にはそれ以上のパワーがある。

黒と白は、同じ魔術の対極に位置するが、悪魔自身が創造主の手による被創造物である限り、悪魔や黒魔術師たちが、白魔術に勝つことは決してないのである。邪悪な闇の力を目の前にすると、われわれはついそれを忘れがちになる。しかし、恐れることはない。最終的勝利は、つねに善を行う者の手にあるのだ。みなさんの健闘を祈っている……。

番外編

アストラル・トリップで
高次元の存在の指導を受ける



ドバイスを受けたり、疑問に思っていることを解決してもらったり、ときには抱えている悩みに答えを出してもらったりすればよいのである。

あなたがアストラル・トリップをマスターしさえすれば、直接、高次のマスターから教えるを受けることができるのだ。

これがどれくらいすばらしいことかわかるだろうか。

人生の壁にぶつかったとき、ある人々は占い師のところに行くか、霊能者に見てもらったり、教団を訪れて教祖にたずねたりするだろう。それらの人々は異次元と接触があり、未来を見通す力を持っていると考えられているからだ。しかしそうやって出してもらった解答がすべて当たっているとは限らないのは、これまた多くの人が知っていることだと思われ、実際に経験した人もいろいろ。それは、そういう仕事をしている人が、必ずしも高次元の存在とコンタクトを持っているわけではないからだ。極端なことをいえば、低次元の霊の力を借りて、悩める人を指導(?)している人だっていないわけではない。

しかし、自分自身が直接、高次元の存在とコンタクトをすれば、そういうことは起こらないわけである(こっくりさんのようなやり方で呼び出されてくるのは、たいてい低級霊であるから、間違ってもやらないこと)。

アストラル・トリップは、だれにでもできるものだ。人によって早い遅いの個人差はあるが、

できることに変わりはない。特に性エネルギー昇華によってアストラル体の感覚器官が目覚めかけているときには、それほど時間はかからないはずである。

この番外編では、アストラル・トリップのためのいくつかのテクニックを紹介する。ぜひと練習して、高次の霊と出会い、進化への道を最短距離で進めていただきたいと思う。

高次の存在に会うためのポイント

ただ、アストラル・トリップをすれば、それだけですぐに高次の存在に出会えるというものでもない。そういう存在と出会う、つまり縁を持つには、それだけの因がこちらになくてはならない。その因とは次のようなものである。

①真面目に霊的進化を望んでいること(遊び半分の気持ちだと、結果もそれに相応したものしか得られない。一見、高次の霊のように見えるが実はそうではない存在に出会う場合もあるので、要注意だ)。

②真剣に努力をしていること(進化を望んでいても、それに実践が伴わないなら何も起こらない)。

③日常生活がしっかりしていること(あまりにもエクササイズに夢中になって、そのぶん、日常生活がだらしないくなったり、現実離れしてしまうのは望ましくない。現実世界と異次元世

界はコインの表と裏のようなものだから、そのバランスをとってこそ、いいトリップができるのだ。

④同様の理由で、自分の発する言葉や行動にも注意する。

⑤目標を持つ。高い理想をかかげ、その理想にたどりつくまでにいくつかの目標を設定し、それをひとつひとつ実現していくようにする。その目標は、人類への深い愛を根源とするものであることが大切である。

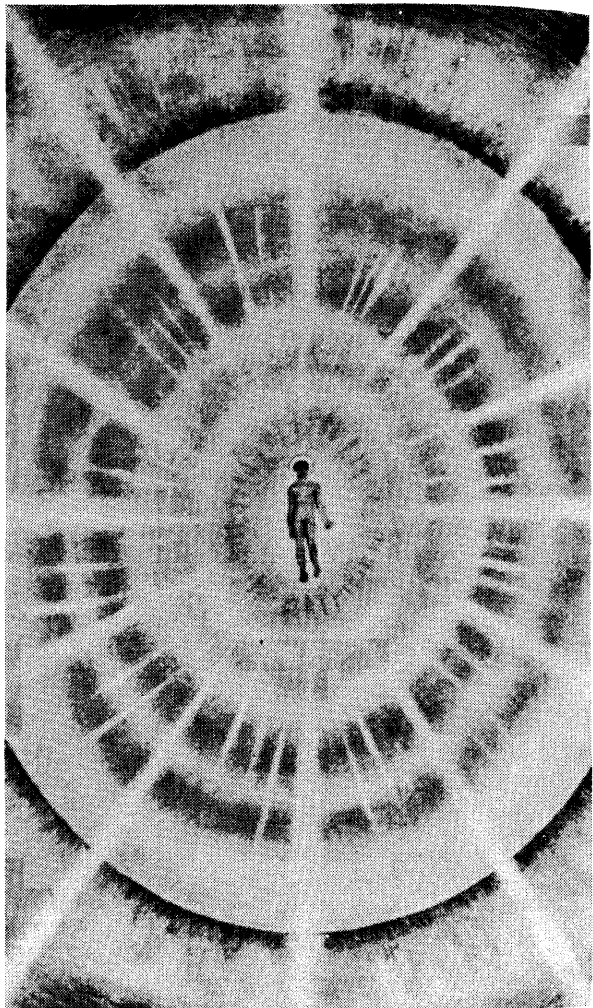
以上である。

どれも一見簡単そうだが、いざ実行し、それを継続するとなかなかむずかしいこともあるので、壁にぶつかったら、そのつど読み返すなどして、初心に戻るとよいだろう。ではいよいよ実践に入ろう。

幽体離脱の方法

①マスター・ラクシュミに援助を願って肉体から脱け出す

①頭を北、または東に向けておお向けになる。そして、マスター・ラクシュミに、意識を持った状態でアストラル体連れ出してくれるよう、全身全霊をつくして嘆願する。その祈りの言葉は次のようなものだ。



↑アストラル体をイメージ化した絵。

*キリストの名において

キリストの栄光によって

キリストのパワーによって

御身を呼ぶ

ラクシュミ ラクシュミ ラクシュミ

アーメン

この祈りの言葉を何度も唱える(メンタルに心の中で唱えてもよい)。

②この祈りが終わったら、へそに意識を集中して、次のようなマントラを繰り返し唱える。これはサンスクリットのマントラである。マスター・ラクシュミはインドのマスターなので、このマントラを唱えるのである。

「ハーレー ラーマ、ハーレー ラーマ、ラーマ、ラーマ、ハーレー、ハーレー、ハーレー クリスト、ハーレー クリスト。クリスト、クリスト、ハーレー、ハーレー。

ハーレー ムラレ モドゥプ コイプトウス、ハーレー コパル コビンダ ムクム ソンレ。

マゲ プラーゲ、ヨディ コルピイ パシイ バルヴオト トウリヨ ヒロ ノ ダネエン
バイ デ ネム。

シュリ ゴヴィンダ、シュリ ゴヴィンダ。シュリ ゴヴィンダ、シュリ ゴヴィンダ。ガ
ネーシャ ナコブ」

③このマントラをずっと唱え続けているうちに眠くなってくると思うが、睡眠に特有のだるさを感じたときに、自分を微風や気体のような薄く広がるものであると想像する。

自分は気体であり、空気ガス状の状態であると信じて、肉体の重力を忘れ去る。引力の影響を受けずに、どこへでも飛んでいけると考えるのだ(アストラル体とは実際にそういうものだから)。

肉体を忘れると、さらに自分は雲であり、かぐわしい香りそのものであり、木々をそよがせる微風であり、神聖な息吹であるなどと感じながら、寝床から飛び出す。これは観想で、心の中で念じるというのではなく、行動として行うのである。本当に飛び出すのだ。

④肉体の外に出たら、決して恐怖を抱かずに、高次の存在を強く想い描き、そこへ行く。異次元は時空間を超越した世界なので、念ずればそこに飛んでいくことができる。

ただ、実際に体の外に出ても、行きたいところに自由に行くのは、慣れないうちはむずかしいかもしれない。このときにものをいうのが「想像力と意志」である。これまでに紹介したエクスサイズによって、それらを強くしておけば、異次元での行動は自分でコントロールできる。また、日ごろから高次元を表現した音楽や絵画、文学などに親しんでおけば、より行きやす

け出しかけたアストラル体が再び肉体に戻ってしまい、最初からすべてをやり直さなければならなくなる。

また風船のように大きく大きくふくれる感じがあったり、まったく何も感じないのに、自分の肉体から離れているもうひとりの自分を見たりする。

⑤幽体離脱するためには、半分眠ったような感じのときにこういう状態になったならば、起き上がるのである。目を覚まさずに起き上がるのだ。この行為は①のときと同様、物理的な行動である。念ずるのではない。起き上がりやすくなるために、あらかじめひざを立てて寝ているのである。

⑥そうして起き上がってみると、すでに宙に浮いていたり、天井あたりにいて、寝ている自分の肉体を見下ろしていたりする。

こうした肉体とアストラル体の離脱は、まったく自然に起こることであり、私たちがしなければならぬのは、起き上がるだけである。ポイントは起き上がるその瞬間を逃さないことだ。

③性エネルギーをアストラル体に向ける

アストラル体の出入り口は大脳の松果腺である。つまり、いつも頭から出て頭から入るということであるが、それはものすごい速さでなされるために、本人が自覚することはほとんどない。

い。気がついたときには、肉体の近くに浮かんでいたり、あるいは別のところにトリップしていたりする。

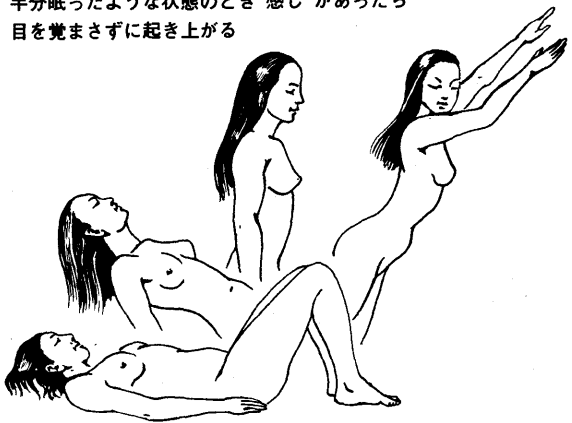
この松果腺は性エネルギー、性ホルモンと密接な関係がある。したがって、性エネルギーを上昇させて、松果腺へ、さらにはアストラル体へと方向づけることが可能である。それは以下の順序で行う。

①②と同じようにひざを立てて寝る。眠気をもよおしてきたら、次のようなマントラを唱える。

「ラー (LA) ラー (RA)」

LAは女性ホルモン、RAは男性ホルモンと共振する。この2つのホルモンは男女とも持っているもので、男と女とではそのバランスが違うだけである。発音は英語のL、Rと同じ要領で

半分眠ったような状態のとき「感じ」があったら
目を覚まさずに起き上がる



行えばよい。

②眠気を感じながらこのマントラを発音している間、背骨にそって性エネルギーが上昇していくさまをありありと思ひ浮かべる。それは光（または雷光）がらせん形（またはジグザグの形）をとりながら、仙骨から松果腺にまで上昇する光景である。それを強い想像力をもって行うこと。

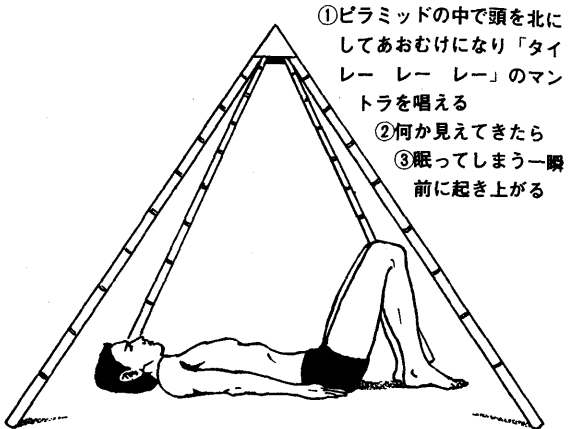
③そして、ほとんど眠ってしまうという直前に、②で説明したように起き上がる。そのときには、上昇している性エネルギーの力を利用して、アストラル体を押し上げるつもりで行うとうまくいくはずだ。

④ピラミッド・パワーで叡智を知る

ピラミッドに集中するエネルギーに関してはよく知られているし、科学的にもその効果は立証されている。ピラミッド内部には生命エネルギーが集中し、それはアストラル界では聖なる寺院として形づくられる。それゆえ、ピラミッドを治療や瞑想のために使う人たちもいる。このテクニクも、こうしたピラミッドの持つ不思議なパワーを利用して行うものだ。

まず簡単なピラミッドを作る。

2・3メートルの細い木の棒、または竹の棒を4本用意する。その上部を結んでピラミッド形に下を開く。このときピラミッドの底辺のひとつが北を向くようにする。ピラミッドを作るとき、くぎや金属はエネルギーの進路を変えるので使わない。



- ①ピラミッドの中で頭を北にしてあおむけになり「タイレーレーレー」のマントラを唱える
- ②何か見えてきたら
- ③眠ってしまう一瞬前に起き上がる

ピラミッドができたなら、さっそく訓練にとりかかる。

①ピラミッドの中に入り、頭を北にしてあお向けになる。そして次のマントラを何回も唱える。

「タイレーレーレー」

②唱えながら眠気をさそう。そうするといろいろなものが見えてくる。たとえば竹の骨組みだけのピラミッドに黄金の壁が見えたり、またエジプトの象形文字らしきものが見えたりする。

③そうなったら、完全に眠ってしまう一瞬前に起き上がる。うまくいけば、その瞬間、アストラル体は肉体から離脱するはずだ。そこであなたはピラミッドの内部を訪れ、そこに住むイニシエート（奥義に通じた人）にファラオの神聖な

叡智の教えを請うこともできる。

ピラミッドのような高次の寺院に入るには、ひとつの作法がある。これはアストラル界のどの寺院でも使えるものなので、紹介しておこう。

〔高次元の寺院に入る方法〕

① アストラル体でピラミッドなどの神殿や寺院を訪れたとき、まず入口を捜す。そこには、たいてい2本の大きな柱が立っていて、2人の門番がいる。その門番に、次のような方法であいさつをする。

② 胸の上で両腕を交差させる。これまでと同様、右手が上にくるようにする。そしてまっすぐに立つ。かかとはきちんとつけておく。その姿勢で、首を心もち右に傾け、

「ジャキン」

という。次に左に傾けて、

「ボアス」

という。

次に右手の親指、人差し指、中指を立て、他の2本の指を折って、ちょうど右肩のあたりにかまえる。左手は太陽神経叢（へそのあたり）の上に置く。そのポーズで、

「パス・インペレンシアル」

という。

③ そうすると門番が道をあけてくれるから、右足から中に入ればよい。

〔高次のマスターを呼ぶマントラ〕

異次元世界はたいへん広大である。そこで高次元の霊にどうしても会って教えを授かりたいという場合には、次のマントラを唱えれば会うことができる。しかし決しておもしろ半分に使ふことのないよう、くれぐれも注意する。

「アンティヤー ダー ウナ サスタッサ」

このマントラはアストラル界ばかりでなく、日常生活で危機的状況に陥ったときにも使うことができる。心の底からの想いをこめてこのマントラを3回唱えれば、必ず高次元の存在が援助の手をさしのべてくれる。また死んだ後にも使えるものだから、覚えておくことをおすすめしたい。

怠惰と恐怖を克服することが成功の秘訣

最後に、アストラル・トリップの注意点について述べておこう。

ここにあげた4つのテクニクは、全部をやる必要はない。自分にピッタリくるものを選んで練習すればよい。またマンネリ化しないために、ときおりやり方を変えるのもよいだろう。

アストラル・トリップの最大の敵は、怠惰^{たいだ}と恐怖である。

何ごとも練習しなければうまくならないが、それはアストラル・トリップにおいても同様で、とにかく毎晩寝る前に実行することが大切だ。そうすれば、寝る前には離脱できなくても、夢の中で意識が目覚めることがある。夢を見ていながら、これは夢だと思っているもうひとつの意識がある状態だ。そのときに、高くジャンプする。そうすればそのまま自分の行きたいところにトリップできる。

恐怖があると、いくら離脱前のキーンという音が聞こえたり、体の振動数が変わったのがわかって、肉体から脱け出すことはできない。いざ脱け出す段になると、恐怖で行動が起こせないのである。これは、泳げるようになるまで水がこわいのと同じことで、練習につぐ練習で克服^{くふく}するしかない。

恐怖があると怠惰になるし、怠惰はさらに恐怖を助長^{じちやう}するので、この2つを何とか乗り越えることが、アストラル・トリップ成功の秘訣^{ひけつ}ということになる。

アストラル界に出ることができれば、ものをいうのはテレパシーや直観力、想像力、意志といった、これまでに紹介したいくつかのエクササイズで体得^{たいとく}してきたものである。そういった能力を生かして、より飛躍^{ひやく}的に進化を遂げることができるのだ。そしてその基礎となるのが性エネルギー昇華なのである。

親愛なる読者

ここに今世紀また全世界で最も重大なメッセージをお届けする。

گران・アルカーノ（偉大なる秘密）、長寿のエリキサ（靈藥）、卑金屬から黄金への変容、錬金術、アルカーノAZFなどと呼ばれ、何千年もの間、賢者たちが守ってきた奥義中の奥義、それがこの「性の秘密」だ。性の中にはすべての生命の起源があり、宇宙の創造の原点、そしてすべての創造物の原理＝聖靈が宿るからである。

それがこの性エネルギー昇華の重要性の所以であり、あなたが一人の創造者へと変身し、本当の自由を獲得し、神々の光の継承者となるための唯一の道である。それを可能にする神聖な種子は我々の性腺に潜在している。これは単なる理論でも、比喩的表現でもない。

日本や他の多くの国々における問題の第一には性問題があげられるのは読者もご存知だろう。性に対するまったくの無知、また性の悪用、乱用の結果として街角に氾濫するポルノ、毎年何十万と闇に葬られる水子たち、売春の増加をだれが否定できようか。その上に性的退廃の産物である新しい伝染性の性病、エイズの例をあげるまでもない。

読者がきつとお読みになったであろう。カルロス・カスターネーダの最近の著書『内からの炎』（邦題『意識への回帰』）では、人間は自分のいまわしい側面を見るのを好まないということが述べられているが、我々は良い面と悪い面という二極を持っている存在だ。しかし自分自身の欠点や汚ない面を直視することは、必死の思いで回避している。ボルノや中絶、性的退廃が氾濫していることも認めようとはしない。

しかしながら、ノーシスの知識を包蔵するこの本の目的は、まさしくこれらの我々のいまわしい面から解放されるための方法であり、逃げ隠れするのではなく、また我々が恐れる世間に気づかれぬようカラを厚くするのでもなく、性エネルギーをその神聖でパワフルな方向に活用するのである。

サンジェルマン伯爵や弘法大師、またこの性の神秘を人類に公開したマスター、サマエル・アウン・ベオールが実現したように、退廃と欲望から解放され、死を克服することもできる。

我々の生命のエネルギーである性エネルギーのみが、我々のすべての欠点を撲滅するパワーを持っている。なぜならこれが我々の内なる創造のエネルギーであり、また我々に光を授ける聖なる母（クンダリーニ）とも密接に関連しているからである。いかに多くの本を読もうとも、有名大学を卒業し、学位や肩書きが並ぼうとも、聖なる母が光を授けないのなら我々は習ったことを何ひとつとして理解することはできないだろう。

彼女はまた、我々の心の内に純粋な愛を目覚めさせる存在でもある。情欲でない、献身と創造性の本当の愛のことだ。

破壊をする者はだれひとりとして、愛しているとは言えない。破壊と憎悪とは、愛に相反する極である。生命、創造性、インスピレーションは、愛から生まれた果実である。

このように、我々自身の人生と社会全体の再生を可能にする鍵がここにある。

「性の秘密」に関するこの本を真面目に考慮するのなら、まず最初に益するのは他でもない読者自身だ。

日本人々は本来、儀礼や祭儀を重んじるすばらしい神秘主義を宿している。そして、日本は神秘に満ちた国であり、それゆえにこの神秘の公開の意義を直観し、自分自身と周りの人々のためにそれを活かすということをするだろう。日本が社会的、科学的、哲学的に実現することとは、アジアの国々もそれに習うということも忘れてはならない。なぜならいにしえの時、日本はインド、中国などの国々から神秘を授かり、今は彼らのほうがその果実と神秘の近代化を待っているからである。

私は日本人がその進歩向上のために見せる熱意と、協力的な国際社会の実現に対する願いを観察してきた。だからこそ、日本がそれらすべてを実現する力があると確信している。

さて、「神秘」というものは、実際、一冊の本を読んだり、それが公開されたというのみで理

解できるものではないことを考慮することは重要である。知っただけでなく、それを創造的に実践し、日一日とそれを生き、かみくだきながら一步一步、進むことが必要である。

神秘には数多くの面と数多くの見地がある。だから「神秘」を体得した人物は、底知れない深い知恵を持つマスターとなる。神聖な神秘とは、それほど深遠なるものなのだ。

従って、今こうして性の神秘の扉が開かれたとしても、どこまで足を踏み入れることができるかは、読者ひとりひとりの熱意と根性による、ということをも明記しなければならない。

性ホルモンを光の崇高なエネルギーに昇華することを理解し、実行して初めて他の宇宙の神秘へと続く扉を見出すことができる。なぜなら性はすべての神秘の最初の扉であると同時に、自己実現と完全な自由へと至る最後の扉でもあるからである。そうでなければ人類はただ性の奴隷にすぎず、古代ローマ帝国や古今東西の多くの文明が示してきたように、退廃と失敗から逃がれることはできない。

親愛なる読者よ、ここに多くの問題への解答が与えられた。我々のすべての問題は性にあり、原罪（人類が最初に犯した罪）は性の消耗であるという意味も理解できよう。

性エネルギーは、存在するすべての源泉となる純粋なエネルギーであり、その使い方によって上昇か下降かが決定される。

生命と勝利か、または死と敗北か。それが我々の唯一の選択の自由だ。

この重要なメッセージ、グラン・アルカーノの鍵を伝えるために、我々は日本にやって来た。私の妻、美知子はメキシコで私と出会い、12年間直接ノースのマスター、サマエル・アウン・ベオールから教えを授かった。それはその教えを日本で待ちわび、解答を捜し求める多くの人々に届け、分かち合うためだった。ここで我が伴侶、美知子にその人道的行為に心から感謝する。彼女の助けなしに、日本の皆様にとこれらの神秘の公開をお伝えすることは不可能だったろう。私は日本語を話すことさえできない。

また今回、共著者として出版というこれまでの形にしてください。佐伯マオ氏をはじめ、日本ノースムーブメントのインストラクターたちにも感謝する。私心を捨て、自発的に出版や講演活動に励んでいる。

またこの機会に、学研ムー編集長、太田雅男氏をはじめとして、ムーのスタッフの絶大なる援助に感謝の意を表する。我々の理想を読者に届け、常に読者に親しみやすいアレンジを心掛け、多くの人々や若者の心に内在する精神的向上心を目覚めさせる努力に。

最後に読者の皆様にも感謝する。なぜなら読者があるからこそその出版であり、あなたがたなしにこのような本が生まれることもなかっただろう。

兄弟愛をこめて。

——1985年11月 メキシコ・シティにて——ミゲル・ネリ

参考文献

- 『完全なる結婚』サマエル・A・ベオール
 『性の錬金術』サマエル・A・ベオール
 『ノース心理革命』サマエル・A・ベオール
 『実用魔術手引書』サマエル・A・ベオール
 『ルーン文字秘教講座』サマエル・A・ベオール
 『カバラとタロット』サマエル・A・ベオール
 『アクエリアスのメッセージ』サマエル・A・ベオール
 『イエローブック』サマエル・A・ベオール
 『内分泌腺学の基礎的知識』サマエル・A・ベオール
 『ロゴス マントラム』サマエル・A・ベオール
 『炎のバラ』サマエル・A・ベオール
 『秘教占星学』サマエル・A・ベオール
 『高等魔術の教理と祭儀』エリファス・レビ／人文書院
 『ヘルメス文書』荒井献十・柴田有訳／朝日出版社

*

日本ノース・ムーブメント 〒113 191 文京区本郷郵便局私書箱108号



MU SUPER MYSTERY BOOKS 刊行にあたって

このたびは、ムー・スーパー・ミステリー・ブックスをお買いあげいただきありがとうございます。

このムー・ブックスは、月刊スーパー・ミステリー・マガジン「ムー」の創刊3周年を期して刊行された単行本シリーズです。はるか古代の謎から大宇宙の神秘まで、過去、現在、未来のあらゆるミステリーにアタックし、その謎解きに挑戦してゆこうとするものです。

シンボルマークは南太平洋に浮かぶイースター島の石像「モアイ」。幻の大陸・ムーとも関連づけられている、孤高の遺物です。末長くかわいがってくださいようお願い申し上げます。

また、この本を読んでの感想、ご意見、今後のご希望、企画などありましたら、編集部までとじしお寄せください。ムー・ブックス編集部

性エネルギー活用秘法

著者——ミゲル・ネリ 佐伯マオ

総括編集長——森田静二

編集人——小向正司

発行人——高木俊雄

発行所——株式会社——学習研究社

〒145 東京都大田区上池台4-40-5

振替／東京8-142930 電話03(726)8111◎GAKKEN

印刷——中央精版印刷・廣済堂——製本——中央精版印刷

● 落丁・乱丁本はお取り替えます。

● Miguel Neri Mao Saeki

1986 Printed in Japan