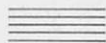


【実用スペシヤル】

# カバラ「生命の樹」瞑想法

古代ユダヤの秘法が明かす宇宙パワー活用メデイテーション！

カバラ秘術カバラヒツの教えのひとつに「生命の樹」がある。これは、願望成就カネシツや開運カイン、予知など、だれしもが望んでやまない奇跡を授ける奥義である。これから、そのために必要な知識と瞑修行カインを紹介していこう。修行は厳しいかもしれないが、それだけの価値を持った秘術である！



文||マーマヤ・ラジャ  
イラストレーション||島浦孝全



# PART1



# 秘儀参入

神秘的なパワーと爆発的なエネルギーを秘めた一本の神聖樹がある。だが、それは象徴で構成され、素人が見ただけではまったく意味のない図形としか映らない。もともと奥義とは、そのようなものなのだ。だれでも理解できる奥義など、この世には存在しないといっても過言ではない。さてそこで、カバラの奥義を知るために、まずは知識を得ることから始めよう。カバラの修行は、すでにここから始まっているのである。

## 神の叡智を授ける「生命の樹」

カバラ——それはユダヤ神秘思想の最奥義とされ、1000年以上の長きにわたって伝承されてきた哲学と宇宙観を持つ、神秘的・秘教的解釈に根ざした教えである。このカバラの教義に「生命の樹」というものがある。

生命の樹は、10個の円（セフィラ）と22本の径（パス）で構成され、「セフィロトの樹」とも呼ばれる。

付録につけたポスターを広げてほしい。これがカバラの秘奥、生命の樹である。ただし、あとで詳しく述べるが、この生命の樹は筆者の観点からアレンジされており、非常に実効性の高いものになっている。

生命の樹については、いまだに決定的な学説は出ていない。しかし、いちばん下の円、マルクトから出発し、頂上のケテルまで上昇する神秘行は、それを成し遂げた人間に驚異的なパワーを与えることはよく知られている。魔術師たちはそれを「蛇の道」と称し、魔術修行の悲願としていた。

生命の樹の具体的な使い方はパート2で紹介するが、基本はメタイテーションである。その結果、自己改善や霊的覚醒といった人間

性向上のほか、願望成就、開運、予知、過去世透視など、超人的な能力を身につけることができるのである。

さらに基本メタイテーションをマスターすれば、自分なりの使用法を開発していくことも可能である。というのも、生命の樹の瞑想法は、それ自体が行を導いてくれる側面もあるからだ。

### ● 神の相と悪魔の相

さて、この神秘樹は「神の相」とも訳され、正位置での樹は、神に近づくための象徴図形となる。もしもこの樹のすべてを理解することができたならば、人は神の高みに昇っていきける。それほど叡智を、この樹は秘めているのである。

しかし、樹が逆位置になったときは注意が必要だ。神の相は悪魔の相へと変化し、生命の樹は悪魔が支配する世界へと変貌してしまう。この悪魔の相へ入り込んだ者は、知恵を得るかわりに生命をとられることもあるという。

したがって、なんの準備もせず、生命の樹に不用意にコンタクトす

ることは、絶対に避けなければならぬ。樹はいつも安全な正位置の状態にあるとは限らず、正位置にコンタクトしたとしても、ほんのわずかなすきに逆位置にされてしまうこともあるからだ。

この危険性を避けるために用意されたのが、付録の「セフィロトの樹」ポスターである。

この樹を構成する10個の円（セフィラ）は独自の意味を持っているが、筆者はさらに神秘図形の宇宙的エネルギーをその円に加え、悪しき存在からの攻撃をかわそうと試みた。試行錯誤の結果、できあがったのが付録のポスターである。そこに使われている図形は、読者にもなじみ深いものはずだ。それらは悪しき存在をはね返すと同時に、大地のエネルギーを昇華し、霊的向上を得やすくする効果をも持っているのである。

この強いパワーを秘めた生命の樹を用い、瞑想行を実践するのが、これから紹介していくカバラ修行となる。





# 神性の放射を身に受けるセフィラ解釈

さて、付録をじっくりと見てほしい。この神秘樹には合計10個の円Ⅱセフィラがある。セフィラとは「神性の放射」を意味するとされるヘブライ語である。そして、複数のセフィラを意味するのがセフィロトというわけだ。

したがって「セフィロトの樹」は、10種類の神性の放射で、私たちが叡智の世界へ導いてくれるものといえよう。

そこで私たちがまず最初に知らなければならぬのは、10個のセフィラが示す意味である。次にそれを説明しよう。

説明に入る前にひとつだけっておきたいのだが、真理を知ることよりも重要なカバラ修行となる。したがって、ここからはすでに神秘行の実践に入っているということだ。そのつもりで付録を手元に置き、ひとつひとつのセフィラを確認しながら読んでほしいのである。

## マルクト

## 王国

マルクトは生命の樹では10番目に位置し、修行段階では最初の円

にあたる。王国を表し、カバラ奥義の最初の世界である。

このセフィラは地球および人間とつながっており、生命の神秘を知ろうとする者は「神の王国は汝の中にある」という言葉のように、まずここからスタートしなければならぬ。

この円を確実に通過したとき、修行者は肉体の充実を得られるという。マルクトを知る者は、生まれたばかりの赤子となるのだ。

すべての始まりであるマルクトには、図形「点」がはめ込まれる(図形の意味は後述する)。

## イエソド

## 基礎

イエソドは生命の樹では9番目に位置し、修行段階では第2の円にあたる。基礎を表し、生命の根本を知る世界といえる。

魂の基本的足場を得ることとなるイエソドは、生命だけでなく、さまざまな問題の基礎的現実を知る世界である。この円を確実に通過したとき、人は精神の安定を得られるという。イエソドを知る者は、歩みはじめた幼児となるのだ。

基礎をつくりあげるイエソドには、図形「太極」がはめ込まれる。

ホド

ホドは生命の樹では8番目に位置し、修行段階では第3の円にあたる。栄光または名声を表し、表現・創造の世界とされる。

ホドは創造されたすべての女性の神性を司り、尊ばれる精神を育む円である。ここでは両性具有的性質の真の完成を見出すこととなり、魂の栄光の輝きを取り戻す。

この円を確実に通過したとき、精神と魂は存在の栄光を得るといふ。ホドを知る者は、学びはじめた少年・少女と化するのである。

生命の栄光を輝かせるホドには、図形「三角形」がはめ込まれる。

ネツアク

勝利

ネツアクは生命の樹では7番目に位置し、修行段階では第4の円にあたる。勝利を表し、感情や生命の強さの世界とされる。

ネツアクは精神や魂の自信・存在意義をつかみとる円である。この円でも男女ともに性別の確たる存在を認め、魂の揺るぎない勝利を手にする。この円を確実に通過したとき、精神と魂は強さを得るといふ。ネツアクを知る者は、成長途上にある男女と化す。

魂の強さを燃やすネツアクには、図形「ヘキサグラム（六芒星）」がはめ込まれる。

栄光

ティファレト

美

ティファレトは生命の樹では6番目に位置し、修行段階では第5の円にあたる。美を表し、人間が本来的に持つ最高の美しさとされる魂の輝きの世界である。

生命の樹の中心を司ることから、魂の本質や生命の炎の美しいことを教え、さらに肉体への美の影響をもたらす。

この円を確実に通過したとき、精神・肉体・魂の3つの人間的存在は美しき輝きを得るといふ。ティファレトを知る者は、開花したての花のごとき男女となる。

完成された美を持つティファレトには、図形「アंक十字」がはめ込まれる。

ゲブラー

厳正

ゲブラーは生命の樹では5番目に位置し、修行段階では第6の円にあたる。厳正、または正義・恐怖を表し、不純なものを見極める目を育む世界である。

ムダな争いや暴力の必要がないこと、しかし、最後の手段として、力が必要なことを正しく理解させる。そしてこの円は、肉体のたくましさや真の強さに影響をもたらす。

この円を確実に通過したとき、精神の強さと肉体の強さ、さらには決して暴力的ではない力を得るといふ。ゲブラーを知る者は、夫婦となった男女と化す。

本當の厳正や正義を知るための

ゲブラーには、図形「エニケラム（九芒星）」がはめ込まれる。

ケセド

慈悲

ケセドは生命の樹では4番目に位置し、修行段階では第7の円にあたる。慈悲を表し、精神的な慈愛や慈悲の心のあり方を見極める世界である。

精神と肉体が、他者に対しても影響を及ぼしはじめる。この円はすべての繁栄と同情の源であるのみならず、創造された世界の祝福の源である。ケセドはひとつのみで存在せず、必ずゲブラーと対で存在する。

この円を確実に通過したとき、あらゆる行動は慈愛に満ちたものとなる。ケセドを知る者は、親になることを許された男女と化す。

宇宙の大きいなる慈悲を知るためのケセドには、図形「ユ」がはめ込まれる。

ビナー

理解

ビナーは生命の樹では3番目に位置し、修行段階では第8の円にあたる。理解を表し、男性原理の世界でありながら普遍的な母性原理の世界でもある。

この円では、肉体的にも精神的にも性別を超えることができる。精神が「無性」である状況に加え、性別を意識したうえで理解させて



くれる世界なのである。

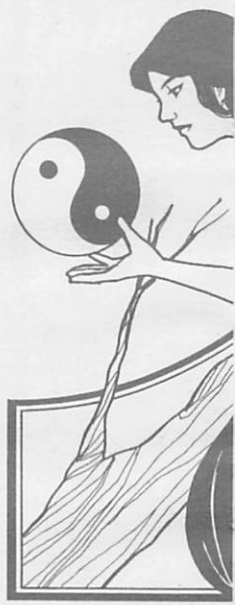
この円を確実に通過したとき、現存する肉体には性別を持ちながら、それを超える輝きが見られるという。ピナーを知る者は、歩みはじめた子供を見守り理解することのできる男女と化す。

すべてを理解したうえでピナーには、図形「オン」がはめ込まれる。

### コクマー

### 知恵

コクマーは生命の樹では2番目に位置し、修行段階では第9の円にあたる。知恵を表し、生命に関するすべての知恵が存在する世界



である。

肉体も精神も、さらには魂の移り変わりさえも、理解(ピナー)に対して知恵として存在する。肉体・精神・魂の中にひそむ最大の知恵が現れ、現存する肉体に聡明な神の相が見られるようになる。

この円を確実に通過したとき、現存する肉体と精神はいかなる問題にも悩まされなくなるという。コクマーを知る者は、子を子供自

身の人生に送りだすことのできる安定した男女と化す。

知恵を学び切ったうえでコクマーには、図形「まんじ」がはめ込まれる。

### ケテル

### 至福

ケテルは生命の樹では1番目に位置し、修行段階では第10の円にあたる。至福または王冠、最頂部を表し、すべての探求者はこの世

界において魂の完成を知ることとなる。

現存する肉体は至福の相と化し、宇宙の新しい探求へのチャレンジを許される。新しい宇宙には、また大いなる神の相を持った生命の樹が存在し、魂を待つ。

この円を確実に通過したとき、現存する肉体の人生はすばらしい光に包まれたものとなる。ケテルを知る者は、人生を成し遂げた老人と化し、充実した過去を思う生活を送り始めるのだ。

最高の位置にある完成された魂を感じたうえでケテルには、図形「ホルスの目」がはめ込まれる。

# パワーを与える神秘図形の理解

10個のセフィラが何を象徴し、どのような働きを持つ世界からわかりになっただろう。では、次のカバラ修行に移ろう。各セフィラにはめ込まれた図形の意味である。

### 点

### マルクト

点は、古代においても現代においても最もむずかしい図形で、あらゆる現象の原点を象徴する。哲学、神秘学、数学的な視点から見ても、自然現象、ビッグバン以前の原宇宙と考へてもさまざまな意味を持ち、神秘図形の原点を語るものである。



### 太極

### イエソド

太極はときに陰陽とも呼ばれ、相反する要素を内包しながらも調和し、世界が流転する象徴である。

この図形はあらゆるもののバランスをとる働きがある。光と闇、男と女、熱と冷など、正反対の性質を持つものを調和させ、ヘキサ



### 三角形

### ホド

三角形は、キリスト教の「三位一体」や古代エジプトの「オシリス・イシス・ホルス」、あるいは仏教の「仏・法・僧」など、あらゆる神秘の結合体を象徴する。また、すべての状況・環境を示す図形であるともいわれる。

タントラなどでは、上向きが男性原理、下向きが女性原理とされ、完成された肉体を表すことも少ない。



### ヘキサグラム

### ネツァク

くなくない。組み合わせられれば組み合わせるほどに、強い力を発揮する図形である。

ヘキサグラムは三角形を組み合わせた図形である。日本のカゴメ文様や、ユダヤのダビデの星として崇められている。また、インドにおいては男性原理と女性原理の組み合わせとされ、超越した神秘力を表す図形である。さまざまな魔術や占いなどに使用され、その力を知る者も多い。完成されたこの図形の組み合わせ

は、天使も悪魔も支配し、邪を退けることができるという。

### アンク十字 ティファレト

アンク十字はエジプトの神秘図形であり、女神イシスの力を表す図形である。女性の持つ多産の象徴であり、豊饒・生命力をも表す。なお、現代のアンク十字は、キリスト教の十字架に対抗する意味を含んでいることもある。

### エニアグラム ― ゲブラー

エニアグラムはヘキサグラムの三角形がひとつ増えた形で、カバラにおいては物質界より上に存在する精神世界を表すという。特に精神の9つの世界を象徴するので、

神秘的元素の力を内包しているといわれる。

神秘学研究家のなかには、エニアグラムこそ宇宙の進化を握る鍵だと見る者もある。

### ユ ケセド

ユは杖字のひとつで、マイトレーヤ（ミトラ神）としても知られる。最後の救世神の象徴である。マイトレーヤとは、弥勒菩薩のこととて、56億7000万年後の末世に人間界に現れ、衆生を救済するといわれる仏である。

ユ文字は本尊として祀られることが多く、真言とともに末世における救済を願うという、霊験あらかたかな神聖文字である。

### オン ― ビナー

オンはユと同じく杖字のひとつで、「アウム」あるいは「オーム」ともいわれる。これは神聖な波動となつて宇宙全体を共鳴させ、彼岸への道を貫くという。

人間は「ア」に生まれて「ウ」を生き抜き、「ム」で肉体を捨てて極楽浄土へ向かうともいわれ、オン文字は宇宙そのものの力ともされる。

### まんじ ― コクマー

まんじはスワステイカともいい、太陽、四方位と回転する世界、時空間など、さまざまな意味を持つ。逆にしたまんじが、過去、ナチス

のシンボルとなつたことは有名である。

一説には宇宙を持つエネルギーの回転を表したのもともいう。インド、中国、ネイティブ・アメリカン、日本など、世界各地で用いられているシンボルである。

### ホルスの目 ― ケテル

ホルスの目はウジャヤトともいい、古代エジプト最大の守護神ホルスの象徴である。病魔や悪霊を退散させる力を持つとされる目を図形化したものだ。

またホルスの目には、真実を知るための力が秘められているという。ときに邪眼よけとしてペンダントなどにされる。

# 22本の径が示すタロット的意味

ここまでの修行で私たちは、神秘樹に位置する10個のセフィラの意味、そして各セフィラにはめ込まれた図形の意味を学んだ。

実は生命の樹にはもうひとつ、さらに学ばなければならぬものがある。それはセフィラをつなぐ22本の径についてである。それぞれの径はタロットの大アルカナに対応している。

そこでこれから、22本の径が象徴するものを把握していただく。それぞれの径は、次のような深い

意味を持つているのである。付録のボスターを確認しながら、理解を深めていってほしい。

I 魔術師Ⅱスタート、若さ、自信、独立など。新しい状況を示す。

II 女教皇Ⅱ経験、知恵、教育、学習、助言など。学問や頭腦的な問題を示す。

III 女帝Ⅱ土地、実り、妊娠、豊饒、満足など。欲求が満ち足りた状況を示す。

IV 皇帝Ⅱ影響、地位、権力、パワー、パートナーなど。立場や周囲

の協力者を示す。

V 教皇Ⅱ伝統、権威、因習、調停者など。決められた問題に立ち向かう知恵を示す。

VI 恋人Ⅱ選択、人間関係、調和、決断など。未来への道を決定することを示す。

VII 戦車Ⅱ移動、変化、旅行、克服、コントロールなど。行動するための強さを示す。

VIII 力Ⅱ忍耐、力、強引、健康など。肉体的、精神的で、純粹なパワーを示す。

IX 隠者Ⅱ瞑想、集中、準備、孤独など。向上のための試練の克服を示す。

X 運命の輪Ⅱ好転、幸運、状況の安定など。問題がうまく解決することを示す。

XI 正義Ⅱ正当、公正、釈明、仲裁など。はっきりとした判断を示す。

XII 吊るし人Ⅱ犠牲、忍耐、対立、苦痛など。肉体的・精神的な困難を乗り越えることを示す。

XIII 死神Ⅱ変革、変化、転換、生まれ変わりなど。状況が変わる時期

表① 色がもたらすエネルギー

色	象徴する意味・エネルギー
赤	火星の守護を得、活力・情熱・力を意味する。創造するエネルギーの象徴で、突き進もうとする者の味方となる。
青	空と宇宙の守護を得、清らかさ・純粋さ・素直さを意味する。知性のエネルギーの象徴で、学ぼうとする者の味方となる。
緑	自然の守護を得、安定・実り・栄えを意味する。精神と充実エネルギーの象徴で、すべてに優しくあろうとする者の味方となる。
黄	空気と風の守護を得、さわやかさ・刺激性・自由などを意味する。信念のエネルギーの象徴で、自分らしくあろうとする者の味方となる。
紫	霊的神秘の守護を得、霊格・神聖・平常心を意味する。霊的覚醒のエネルギーの象徴で、精神・肉体ともに向上しようとする者の味方となる。
茶	大地と木星の守護を得、支配力・統率力・力を意味する。経験や欲望のエネルギーの象徴で、何かを得ようとする者の味方となる。
白	光と金星の守護を得、優雅・気品・清潔さを意味する。何事にも公平なエネルギーの象徴で、真の愛・真実を得ようとする者の味方となる。
金	黄金である太陽の守護を得、おおらかさ・信頼感・包容力を意味する。精神的余裕や自信の象徴で、自分に自信を持とうとする者の味方となる。
銀	銀河と月の守護を得、精密さ・几帳面・神経質を意味する。物事の規則正しい安定の象徴で、計画性を求める者の味方となる。
黒	暗黒の守護を得、客観性・生と死・二面性を意味する。冷静さと慎重さのエネルギーを象徴し、多くの判断を求める者の味方となる。
えんじ	血液と肉体の守護を得、生命・活動力・生活の現状を意味する。現実のエネルギーを象徴し、現実を認識し、確かに歩もうとする者の味方となる。
青紫	紫の神秘性と青の純粋さの中間であり、体の持つ機能と霊的な機能の守護を受け、バランス・平均・過去から未来への流れを意味する。

を示す。  
 XV 節制Ⅱ混合、平和、コミュニケーションなど。  
 XVI 悪魔Ⅱ罪悪感、過去、欲望、恐れなど。純粋な悪を示す。

# 自分専用の生命の樹をひく

さてこれで、生命の樹に関する第1段階の修行は終わった。最後に、生命の樹を自分専用のものにするためのとっておきの方法を教えておこう。それは、22本の径に色をつけるテクニクだ。

表①を見てほしい。そこには色もたらすエネルギーがまとめられている。あなたはその表から自分がほしいパワ―の色を選び、22本の径に塗り込んでいくのである。これは、各セフィラを通過し、

XVII 塔Ⅱ衝撃、破産、災難、驚き、目覚めなど。ショックをとまなつた旅立ちを示す。  
 XVIII 星Ⅱ未来、計画、希望、広がり、成功など。進むべき開けた将来を示す。

霊的に向上していく際、あなたが歩きやすいように自分の径をつくる作業といえる。

たとえば、マルクトからホドに向かうとしよう。すると、王国から栄光に向かう径の性質は、タロットの「XII世界」で象徴される。その意味は前述のように「新しい道・飛躍」など。そこであなたが、さらなる飛躍を試みるためには「精神的余裕」や「自信」がほしいとしよう。す

XIX 月Ⅱ嘘、優柔不断、幻想、夢、謎など。精神的神秘を示す。  
 XX 太陽Ⅱ喜び、幸福、成功、合格、完成など。可能性と完成を示す。  
 XXI 審判Ⅱ復活、評価、法律、判断など。状況や問題の決断を示す。

ると表①から「金」を選べばいいとわかる。XII世界の径を金色で塗れば、あなたの望みのパワ―が得られるのだ。

同じ「XII世界」の径でも、ある人の場合は「情熱」や「力」がほしいと思うかもしれない。それならば「赤」を塗ればいいのである。このようにして、22本の径を色で塗り込んでいく。自分の望むパワ―を与えてくれる色を、何色はめ込んででもかまわない。あなたが

XII 世界Ⅱ完全な円、完結、新しい道、拡大など。さらなる飛躍を示す。  
 XIII 愚者Ⅱ始まり、新しい状況、新しい人生など。すべての新しい状態を示す。

すべてに力がほしい人ならば、径すべてに赤をはじめ込むことも可能なのだ。

タロットから導かれる径の性質、そしてたどり着くセフィラの意味を考慮のうえ、色を決めて塗り込んでほしい。マーカーや色鉛筆など、なるべくムラが出ないものを選び、インスピレーションを働かせながら塗ること。それがすんだら、いよいよ生命の樹のメイデーションである。

# PART2



# 秘儀実践

さてこれから、メディテーションの行法を紹介していくが、その前にひとつだけアドバイスしておこう。生命の樹の秘術をマスターできるかどうかは、ひとえにあなたの目的にかかっている、という点だ。何を目的にしてこの瞑想を行うのか？ 瞑想行の前には常にそのことを自分の魂に問いかけてみよう。答えが得られたなら、あなたはアデプト（達人）への道を歩むことができるだろう。ではいよいよ、カバラ秘儀の実践に入っていこう！

## 基本メディテーション

生命の樹を自分のものにするために、まずは基本メディテーションから始める。用意するものは、水が半分入ったコップと、塩、羽根である。

水は、あなたがアストラル界に入るための清めとなる。塩にも同じ効果があり、さらに万が一、悪意的な状況におちいったときの浄化となる。羽根はアストラル界を飛行するのに強力な味方となり、飛行を楽にする作用がある。

見やすい位置の壁に「セフィロトの樹」ポスターを貼り、真下に塩・羽根・水を置く。羽根は中央に置くのが好ましい。以下、特別の指定がない場合は、同じように準備してから瞑想に入ること。

### ■瞑想のやり方

①壁に貼った生命の樹の前にして座る。結跏趺坐<sup>けつがたせざ</sup>が望ましいが、できない人は正座やあぐらなど、自分が楽な姿勢を保てる座り方でよい（以下、座り方は同じ）。

②静かに息を整え、しばらく生命の樹を見つめる。このとき、できればマルクトに視線を置くとよい。集中できない人は、最初のうちは漠然と生命の樹全体を見つめてもよいだろう。徐々にマルクトに視線を持つていくように練習する。



結跏趺坐の足の組み方

③落ち着いた精神状態になったら、次はマルクトだけに全意識を集中する。そして、そこに描かれた図形をしっかり確認する作業を行うのだ。円内に描かれた図形「点」をじっと見つめていけばよいのである。

**ポイント** 目を閉じてみて、それでも図形がありありと思いつくようなら、次のセフィラに進んでもよい。やがては、目を開けたままで、図形そのものが浮かび上がって見えるようになる。そうなれば、行がうまくなっていく証である。

●「セフィロトの樹」を壁に貼り、指定された品々を前に置く。そして、できれば結跏趺坐で座る。これが瞑想の基本スタイルだ。

④マルクトの瞑想がうまくなったと思ったら、次のセフィラであるイエソドに向かう。ただし、ひとつのセフィラから次のセフィラに移るときは、自分がカバラ世界の径を通っている様子をありありとイメージすること。塗られた色もイメージし、その空間を通ると思ってもよい。

⑤前述の要領でイエソドでの瞑想を行う。描かれた図形「太極」に集中し、それが浮かび上がったと感じるまで瞑想を続けるのだ。

⑥マルクト（番号1）まで、各セフィケテル（番号1）まで、各セフィ



ラにつけられた番号を順にさかのぼって、瞑想行を続けていく。

**注意** マルクトからケテルへ向かう途中、先に進むことができません。疲労感を感じたならば、その時点ですぐにマルクトへ帰り、瞑想を終了して休息をとることが好ましい。慣れないうちは、毎日、少しずつケテルに向かうようにする。

⑦ こうして頂上のケテルまでたどり着いたなら、同じような要領でパスを逆にたどり最初のマルクトへと戻り、瞑想は終了する。

**時間** 1日に1回、疲れを感じるまで瞑想を行う。マルクトからケテルまで、疲れを感じずに往復できるようなったなら、基本メデイテーションは身についたと思ってもよい。

## 自己改善法

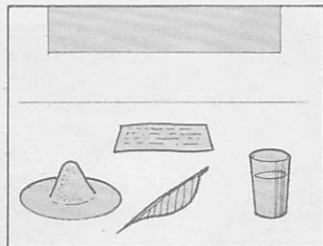
自分を新しい自分に変化させ、よりよい自己と出会いたいと願うとき、生命の樹の自己改善法がある。

基本メデイテーションにある程度マスターしたなら、この方法で瞑想行の完成をめざしてもよい。その意味での自己改善法は、基本メデイテーションの別バージョンともいえる。

さて準備作業だが、まずはこうなりたいたいと望む自己像を絵や文字



で描写する。そして、その紙を壁に貼ったセフィロトの樹の前に置く。このとき必要なものは、前にも使用した、塩・羽根・水の3つである。



●理想の自己像を描写した紙と、塩・羽根・水をセフィロトの樹の前に置く。

**時間** この自己改善法は、連続した時間を必要とする作業だ。1回の自己改善行には少なくとも10日はかかるので、時間をしっかりと確保してほしい。瞑想の時間自体は1日5〜10分でかまわないが、連続10日は時間のとれることを確認したうえで行うこと。

さらにこの行は、毎日、同じ時間帯に行ってほしい。もし1日目の行を午後の3時に行ったなら、前後30分の時間帯（2時30分〜3時30分の間）で残り9日の瞑想を行う。

連続した10日の行が1回ぶんの

作業になる。これを何回か繰り返すが、2回目以降は、3か月以上間をあげずに行えば、意外に早く憧れの自分を手に入れることができるだろう。

瞑想を始める時間だが、本来なら太陽がいちばん高くにあるお昼ごろがベスト。そうもいかない人は、自分がリラックスできる時間帯を自由に選んでよい。ただし、夜の11時から明け方の4時までは、悪しき者の活動が活発な時間帯なので避けるようにしてほしい。

### ■瞑想のやり方

①準備ができたなら、自分が落ち着

ける形で生命の樹の前に座る。

②マルクトから入り、象徴図形の「点」が浮きだしてくるまで瞑想を行う。浮きだしてきたら息を整え、理想の自己像をイメージする。しばらくイメージを続けられたら、

初日の自己改善行を終了する。

③2日目、マルクトからイエソドに向かう。マルクトの図形「点」が浮いて見えたら、径の色を意識しつつ、イエソドに進めばよい。

そして、イエソドの象徴が浮きだしてきたら、息を整えて理想の自己像をイメージ。それからマルクトに帰り、行を終了する。

④3日目、同じようにマルクトの象徴を感じ、イエソドの象徴を感じとる。それからホドに向かい、ホドの象徴が浮きだしてきたら、

前と同じように自己像のイメージ。十分に瞑想したら、来たときと同じ径を通ってマルクトへ帰り、行は終了。

⑤同じ要領でケテルまで続ける。マルクト→イエソド、マルクト→イエソド→ホド、マルクト→イエソド→ホド→ネツアク……と、1

日ひとつずつセフィラを増やしては進み、戻る作業を繰り返すのだ。

**ポイント** セフィラの象徴図形が浮きだす現象は、基本メディテー

ションでも学んだ。目を開けたまま図形が浮きだしてくるようなら、行がうまく進んでいる証拠だ。



⑥ケテルまで進んだら、日にちを少しあげ、同じ作業を繰り返す。好ましいのは、10日作業を行った

ら5日休み、次の10日を行うことだが、間隔はさほど気にせず、あななりのプログラムで行うのがよいだろう。

⑦自己改善プログラムを行い、自分に変化を感じたら、22本すべての径を通るプログラムを試してみよう。自己改善後のあなたには新

しい要素が含まれているはずだから、セフィロトがそれを語ってくれる。いわゆる確認作業である。

**ポイント** 好きなセフィラと径を組み合わせ、セフィラは何度通ってもかまわないので、とにかく22本の径を通りつくすようにする。

もちろんマルクトから入るが、最初の作業ほど象徴を意識しなくてよい。

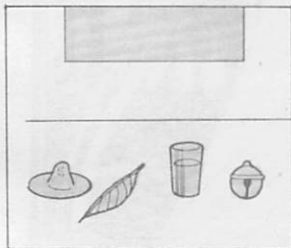
⑧象徴が確認できたら径を通って、

次々とセフィラを進んでいく。そうしているうち、イメージとなるか声となるかは個人差があるが、なんらかのメッセージを受け取ることができよう。それによって自己改善行の完成を知ることができるのだ。

## 霊的覚醒法

この行で最初にやることは、あなたがどのような靈性を獲得したいのかをはっきりさせることである。10個あるセフィラには、それぞれ特有の靈的覚醒が秘められている。コクマーには知恵、ヒナーには理解といった具合に——。これはすでに学んできたとおりだ。さてそこで、コクマーの知恵という靈的覚醒がほしい場合を例にして話してみよう。

用意するものは、前に使った塩・羽根・水に加えて鈴が必要だ。鈴は靈的覚醒をうながし、あなたの身を護る作用がある。



●靈的覚醒をうながす鈴を追加して、セフィロトの樹の前に置く。

elfi<sup>n</sup> Special KARMIC REINCARNATION

# マーヤラジャの魂の前世占い

●— スゴイ内容のホンの一部っ!! —●

前世のすべてがわかります。それは現世をどう生き、どう愛し、どうつくり上げていけばいいのかがわかることでもあります。あなたの魂が生まれた時代、場所、たどってきた道が明らかにされます。あなたが現世で与えられた課題としてのカルマ、それは重荷ではなく、現世、来世を明るくするための希望の道標でもあります。もちろん恋愛面の前世も詳細解析、気になる人との前世からの因縁も解明、さらに前世メデーション法をはじめ、前世診断の活用の仕方も完備なのです。(著者描きおろし前世守護霊護符つき)

品切れが予想されます。素早く書店にご注文を!

★A5判170ページ(カバーつき)

定価  
**780円**  
(税込)

KARMIC REINCARNATION

## マーヤラジャの魂の前世占い



こんな表紙でおん・せいる!!

■瞑想のやり方

①まず基本メデーションションと同じ要領で、マルクトの凶形「点」に集中する。そして、自分が求めている霊的覚醒のセフィラへ(この場合はココマーまで) 径を通すのだが、注意したいのは必ずマルクトを出発点にしてほしいということだ。

【注意】なお、径順に規則はない。初心者は最短距離を進むほうがいいだろう。例の場合なら、マルクト→ネツア→ケセド→ココマーとなる。慣れてきたら、インスピレーションにしたがって、通過するセフィラを増やしてもよい。

②マルクトの凶形「点」がありありと浮かびあがるまで待ち、次の

セフィラであるネツアクへ進む。

③ネツアクの勝利を感じ、さらにはケセドの慈悲を感じ、目的のコクマーに至る。最後のココマーにはできるだけ長く滞在し、十分にココマーの知恵のパワーを感じること。

【ポイント】 目的のセフィラにとどまっているとき、そのセフィラのパワーがあなたの全身に満ちあふれている——そんな感じがすれば行が完成に近づいている証拠だ。

④そして、行きとは逆の径順でマルクトまで帰ってくる。

【注意】 マルクトに帰るときは、必ず進んできた径を戻してほしい。行き来の径をむやみに変えると、生命の樹の中で迷子になることも

ある。

万が一、そうなったときには、用意した鈴と羽根がマルクトに導いてくれるが、余分な疲労は瞑想や霊的覚醒の妨げになる。

【時間】 以上のプロセスを1日に5〜10分、繰り返し行う。繰り返しすることで求めているパワーの霊的覚醒がもたらされる。

⑤霊体が覚醒されてくると、社会的なわずらわしい問題や人間関係などが気にならなくなる。そう感じたとき、再びセフィロトを見てほしい。セフィロトが黄金に輝いて見えるはずだ。

そうなったら、次の新しい霊的覚醒を行ってもよい精神状態になっていると判断できる。

### 願望成就法

生命の樹を活用して願望をかなえる方法がある。この方法の場合、どのセフィラがどんな願望をかなえてくれるかが決まっているので、次ページの表②に明記しておいた。まずは、あなたの願望に応じたセフィラを選ぶ。

そして、これまでと同じような瞑想行に入っていくのだが、今までのようにマルクトから順番に進んでいくのではなく、かなえたい願望を持って、ストレートに目的のセフィラに行けばよい。

■瞑想のやり方

①やり方としては、セフィロトの

表② 各セフィラがかなえてくれる願望

セフィラ	かなえてくれる願望
マルクト	自己を覚醒し、自信をつけ、精神的な完成をもたらす
イエソド	友人関係や人間関係などでうまく振舞い、協力者や仲間を増やす
ホド	名声や名誉など、社会から認められ、確実な地位を得る
ネツァク	賤げ事や商売、ライバル、敵などに勝ち、輝ける栄光を得る
ティファレト	肉体・精神ともに美しさを獲得し、純粋な愛を得る
ゲブラー	裁判や問題に対し、正しい判断と周囲の理解を得る
ケセド	困難や恐怖の状況下で、よき理解とともに慈悲・保護を得る
ピナー	悪しき問題や霊的攻撃から身を護り、敵意をはねのける
コクマー	あらゆる学問・知識について学び、知りつくすことができる
ケテル	最高のやすらぎや安心感、霊的向上や霊的存在との交信を得る

表③ 週間エネルギー

曜日	かないやすい願望
月	身の安全・保護・事業の成功・人間関係の和解決
火	勇気・自己完成・敵に打ち勝つ・ギャンブル・商談成立
水	予知・コミュニケーション・知性に関するすべての事柄・やすらぎ
木	所有物の拡張・金銭・愛情の確保・美の追求・精神的向上
金	友情形成・創造性・栄光・地位・他者からの理解を求めるとき
土	仕事の成功・意見を通す・敵意ある者を退ける・希望を増す
日	霊的存在との交流・霊的エネルギーの獲得・願望に対するフォロー

樹の前にして座り、願望をかなえてくれるセフィラだけが浮きだしてくるように集中していく。

②そして、浮きだしてきたセフィラに対し、かなえない願望を思い浮かべ、同時に願いがかなった自分の喜びの姿を感じるのだ。

ポイント 願いがかなない、喜びに満ちあふれている自分の姿——それが当然の結果のように感じられるまで瞑想を繰り返す。この状態を繰り返しイメージすることで、早い人は週単位で、遅い人でも半年もあれば願望がかなっているだろう。

時間 瞑想する時間については特に決まりはない。疲れを感じない程度に、暇を見つけては瞑想すればよい。

③もしあなたが複数の願望を成就させたいと考えるならば、1日にひとつの願望を割りあて、ローテーションを組んで、計画的な願望成就プログラムをつくらるとよいだろう。

なお、願望プログラムを作製する人のために、願望成就の出来ないやうい週間エネルギーを表③で紹介しておいた。参考にしていただければ幸いである。

注意 ただし、願望があなたにとってまずい結果を招く、つまり誤った願望の場合や、恋愛などで相手とのバランスがとれないときなどは、セフィラが浮きだしてこないこともある。

そんなときはもう一度、願望を考え直す余裕を持ってほしい。現在の自分が余裕のない状態だと感じられたときは、願望成就法（ほかの作業も基本的には同じだ）は見合わせるのが好ましい。

するテクニクがある。よりよい未来を得たいと思っている人は試してみしてほしい。

まず最初に、どんな運勢を得たいのか、あるいは、現在、抱えている問題をどのように改善したいのかを紙に書きだしておく。なお、紙の中央にはあとで図形を描き込むので、そこはあけておく。準備するのはこれだけだ。

■瞑想のやり方

①壁に貼ったセフィロトの樹の前に準備した紙を置き、塩・羽根・水を用意。瞑想を始める。

この場合、特定のセフィラに集中する必要はなく、セフィロトがあなたの意識に自然に入り込むのを待つだけでよい。心を開放してリラックスしながら、受け身の姿勢で生命の樹全体を見つめていけばいいのだ。

②そうしていると、問題を解決し、あなたに開運をもたらすセフィラが光り輝きはじめる。まさに生命の樹自体が、あなたを導いてくれるのである。

ポイント あるセフィラが輝きはじめれば行は成功したのも同然なのだが、輝きてはなく、強いインスピレーションをともなう、特定のセフィラの図形が浮きだしてくることもある。

④こうして、どのセフィラが自分に開運を与えてくれるかがわかっていく。

## 開運法

セフィラにはめ込まれた神秘図形のパワーを利用し、運勢を改善

たら、息を整えて瞑想を終了する。

**時間** この瞑想にも時間の決まりはない。慣れた人なら、5分から10分の瞑想で、開運のセフィラが輝くこともある。これまでの行の完成度によって、時間は決まってくるといっておこう。

**④** 終了後、最初に用意した紙の中央に、そのセフィラを象徴する図形を描き込む。

このとき、自分が願っている開運には、どんなパワーの助けがあればいいかを考える。そして、前出の表①にのっとり、そのパワーを授けてくれる色を使って図形を描くのだ。こうすれば、図形のパワー以外に、色のパワーをも利用できるというわけだ。

**⑤** できあがった紙は、一種の護符として作用する。肌身離さず持ち歩くことにより、あなたに開運のパワーを授けてくれるだろう。

## 予知法

生命の樹を使用して予知を行う方法がある。生命の樹は使用方法をしっかりとつかむことによって、未来をのぞき込むことも可能なのである。

この方法は前の開運法と似たところがあり、あなたがセフィラを決めるのではなく、セフィラの図形に導いてもらうテクニクであ

る。

### ■瞑想のやり方

**①** まず、生命の樹全体が自然に見渡せる位置に座る。そして、セフィアロトを気のすむまで眺めてから目を閉じる。

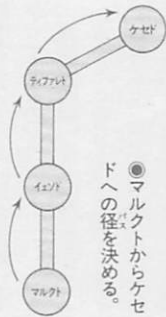
**②** 目を閉じたまま生命の樹をイメージし、特に印象の強いセフィラを捜す。そのセフィラこそ、あなたに予知を授けてくれるものだ。たとえば、最初にケセドがイメージとして浮かんできた場合を例にしよう。

**③** 次に径を決める。これもイメージから受けるインスピレーション



だ。たとえば、ケセドの次に印象深いセフィラがティファレト、さらにイエソドであったなら、マルクトからイエソドへの径を通り、ティファレト、そしてケセドへ向かう径が決まってくる。

**ポイント** 例としては以上のようなセフィラがビックアップされる



だが、こうしたセフィラは意識的に決めてはいけない。あくまでもイメージの中で自然に浮かんでくるものをビックアップするのがコツだ。

**④** こうして予知を得るためのセフィラと径が決まったら、マルクトから始まり目的のセフィラ（例ではケセド）まで進む瞑想プログラムを実践すればよい。

**時間** 1日1回、疲れを感じない程度に行う。なお、1、2回の瞑想で、明確な予知が得られることは少ない。かなりの時間を要することは覚悟しておいてほしい。

⑤目的のセフィラに滞在する時間を少しずつ長くし、そこで何かビジョンが見えないか、注意深く観察を続ける。あるいは、イメージや音、言葉を聞く。これを繰り返すことで、やがてそれとわかる明確な予知のメッセージを受け取ることができるようになる。

**注意** セフィラの図形は、ときに問題を投げかけ、考えるように仕向けることもある。何うことのできたイメージ・音・言葉は、終了後、記録しておくのが好ましい。

⑥なお、記録は週単位や月単位でまとめ、そこで生じた疑問を持つ

て再びセフィラに向かい、新しい予知を受けるのもよい方法である。

## 過去世透視法

生命の樹を利用すれば、過去世

をかいま見することもできる。次に

その方法を紹介しておこう。

■瞑想のやり方

①これまでと同じように、生命の樹に向かい、瞑想に入る。

そのとき、過去、自分は何者であったかを問いかけながら一心に瞑想していると、セフィラのほうで反応してくれる。自分自身を象

徴するセフィラの図形が浮かび上がってくるのだ。

**ポイント** 一度、図形が浮かび上がったと感じても、瞑想を何度か繰り返し、同じ図形が浮かび上がるかどうかを確認する。この確認作業によって、確実な自己セフィラを捜し出すことができる。

②さて、セフィラを確認したならば、イメージを強めていく。自分にとって最高の象徴図形と感じられるまで、イメージをふくらませるのだ。象徴の中に自分が住んでいるかのように感じられるとベスト。

③そこまでできたら、象徴の聖霊

にたずねるつもりで、過去の自分を見せてほしいと頼む。このとき、人によっては、聖霊や天使の姿を感じるかもしれない。

**注意** 感じられなかったからといって途中で終了しないように。あなたが熱心に自分の過去を知りたいと願っているならば、象徴は必ず見せてくれるであろうから。

**時間** 疲れを感じたなら瞑想を中断してもかまわないが、何かを感じるまで続けることが好ましい。これはかなり高度な瞑想行といえるものなので、基本メデイテーションで十分な自信をつけてからチ



ヤレンジしてほしい。

④過去の自分は一度に見せてもらえらるゝとは限らないから、瞑想終了後、その体験をノートなどに書き込んでおくといひだろ。う。

⑤なお、自己セフィラはあなたを護り、霊的・精神的・肉体的な向上を手助けしてくれるものである。適当な大きさの紙に自己セフィラの図形を描き、お守として持ち歩くのもよい。日々の生活の中でセフィラの守護天使があなたを護り、導いてくれるはずだ。

**注意** セフィラの生命体に出会ったなら、失礼な立ち居振舞いはしないこと。軽率な態度から、セフィラの存在が悪しきものになってしまうこともある。

もちろん、付録のセフィロトの樹はその危険性を少なくしてあることは前にも述べたが、まったく危険がないわけではないので注意が必要なのである。

## 生命浄化法

最後に、生命浄化法を紹介しておこう。現代のように忙しい世の中では、私たちは毎日をめまぐるしく過ごす必要なければならない。人間関係で気を使い、ライバルの敵意をかわし、肉体に支障が出てくる人も少なくないだろう。

疲れた肉体のオーラ（生命エネ

ルギー）は、そのエネルギーを減少させ、悪霊につけ入るすきを与えがちだ。こうしたオーラを正常な状態に導き、エネルギーを補充し、生命に輝きを取り戻す方法が生命浄化法である。

本来は日課としてもらいたいところだが、週に一度でかまわないだろう。そのぶん、時間をたっぷりとしてほしい。

準備するものは、塩・水・鈴だ。

### ■瞑想のやり方

①セフィロトの樹を壁に貼り、部屋の中央に座る。このとき、樹を背後にした形で座り、自分の前には塩・鈴・水の順で置く。

②息を整え、静かに目を閉じる。背後の生命の樹に意識を集中し、背後からエネルギーを与えられているとイメージする。お湯が沸き立つように、エネルギーが部屋の中に満ちてくると想像するのだ。

**ポイント** 瞑想を続け、自分が白い光に包まれているのを実感できるようになら、浄化はうまくいっている。



●壁に貼ったセフィロトの樹を後ろにして座る。

いる。白い浄化の色は、完成された浄化状態だから、暗いイメージから脱し、明るいイメージに包まれた、と想像してもかまわない。

③白い光に包まれたなら、蓄積した疲れや邪気を、少しずつはらうようにしてみよう。

④このとき、特定の図形がイメージされたなら、それはあなたに足りない要素を意味している。図形の象徴的意味をよく確かめ、日々の生活の中で足りないものを補う努力をするとよい。早い生命浄化が得られることだろう。

**注意** 生命浄化法を行っているとき、まれに邪霊が忍び寄ることがある。しかし、恐怖にとらわれることはない。あなたがしっかりとした意志で生命の樹をイメージすれば、邪霊は退散するしかないからだ。

なぜなら、生命の樹は生命そのものであり、あなたを護り、活力を与え、邪霊や敵意などを打ち負かすパワーを秘めているからだ。

## おわりに

以上のように、生命の樹を活用したメデイテーションは、実に多くの可能性を秘めている。

これまで紹介してきた修行のほかにも、生命の樹自体があなたに教えてくれる作業も出てくるだろう。

う。

それは、生命の樹があなた自身を表すものだからである。

多くの作業がすみ、しばらく生命の樹を使用しないとしても、大切にしまっておいてほしい。もしもなんらかの事情から処分しなければならぬとしたら、浄化の炎で送ってあげよう。

方法は、ロウソクとお香（線香でもよい）を用意し、香の煙に包みながらロウソクの炎で燃やす。灰になった生命の樹は、土に返してあげるとよい。

もしあなたが植物を育てているならば、この灰を近くにまいてみよう。なんらかの変化によって、植物があなたにメッセージを送ってくれるかもしれない。

さて、さまざまな作業を紹介してきたが、いずれも短期間で結果の出るものではない。したがって、生命の樹専用のノートを作製し、瞑想・自己開発・予知・過去世透視など、項目別にあなたの体験を記入しておくのが好ましい。

特にイメージ内で出会った象徴やポイントが、あなたの生活に多大な影響をもたらすメッセージであることも多いので、ぜひとも記録しておきたいものだ。

生命の樹から、偉大なる神性の放射を受けられることを願いつつ、筆を置きたい。

