

令和八年三月吉日初版作成

チャクラを開く意義と

それを進化させる呼吸法

高嶋善三郎

## 目次

- チャクラを開く意義・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3
- チャクラの実態とその働き・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
- 宇宙の気を体内に受け入れる呼吸法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
- チャクラを開いて最初にするべきこと・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
- チャクラを開いて目指すべきもの・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
- 私たちが日々取り組むべき留意点・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・7
- （付記）
- 新しい神聖復活の習慣とは・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・8

既に作成した資料（バックナンバー）は、ウェブサイト『白光北陸』のブログ欄に掲載しています。より分かりやすくするため、「」感想があれば、お聞かせください。

次の連絡先にお問い合わせ致します。

（スマホ）090-33346-6919

（メールアドレス）[zensan@peach.ocn.ne.jp](mailto:zensan@peach.ocn.ne.jp)

## チャクラを開く意義

チャクラを開く意義やチャクラを開く上の留意点について、整理してください。

昌美先生のお言葉の『白光誌』2009年6月号「チャクラと宇宙エネルギー」と同じく『白光誌』2010年3月号「神霊の宿った言葉を放つ」をもとに整理していきしたいと思います。

端的に結論をいえば、チャクラを開くことは、私たちが神我一体、即ちこの肉体界に私たちの本体を顕現するうえで、必ず乗り越えなければならぬ課題であると言われているのです。

これらのお言葉は、2010年の新年祝賀祭において、宇宙神はじめ大光明霊団、守護霊守護神によって聖なる神秘なる光が降りて来て、富士聖地をはじめ日本全国、世界各国の神人および神人予備軍のチャクラが見事に開かれた時に、チャクラの意義について、解説されたものです。具体的に見てみましょう。

まず、私たちが神我一体になる即ち私たちの意識を肉体人間観から人

間神の子観に変容するためには、意識波動を肉体意識中心から霊体意識中心に置き替えることが同時に行われる必要があるのです。それに大きくかかっているのが、チャクラであるといわれているのです。

「宇宙における生命の実体は、神聖そのものである。そして、生きとし生けるすべてのものが、「法則」によって同時に発生し、同時に崩壊しつつ、永遠に存在可能な状態となっている。(これらは宇宙子科学による) 神性意識体も、霊体意識体も、物質体も、共時的に同時に発生して崩壊しているのが宇宙の基本的な法則である。即ち時間、空間、分離感が存在せず、すべてが大調和し、進化創造がなされてゆく。人間の肉体も、宇宙の気と全く同じく呼応して生命活動がなされている。

そのために、肉体は自らの呼吸を通して、宇宙の無限なる生命エネルギーを体内に取り入れながら、生かされている。

この肉体と精神と魂の結びつきを強めさらに肉体における生理機能を限りなく調和した状態へと働きかけているのがチャクラである。

人間はいかなる人にもチャクラは存在している。普通、チャクラは七つあるが、多くの人たちのチャクラは閉じたままである。…なぜなら、無意識に自然呼吸が為されているからである。

人類はみな、この世に誕生する時、母親のお腹から生まれ出た瞬間に

呼吸が行われ、かつまた死ぬ時は息を吐いて人生を閉じるのである。人類の人生において呼吸はとても重要なものであり、そこにはとても深い意味が隠されているのである。」

### チャクラの実態とその働き

チャクラの実態とその働きについて、次のように解説されています。「チャクラにはそれぞれの働きがあり、額にあるのは「叡智のチャクラ」である。額と頭頂部にあるチャクラは神とつながる大切なポイントであり、ここから光の一筋が降り来る。その他の部位にあるチャクラは、内臓などの見えない器官と密接に関わり、調和に働くチャクラである。チャクラの働きを一言でいえば、「陰と陽の調和」である。またチャクラは我々の呼吸法と密接につながっている。呼吸によってつながった神の光を、一つ一つの組織や器官に分配して大調和させる。それが、チャクラの働きである。

実はチャクラがどじたままで人間は生きられるのである。ただその場合、本来ならば百五十年生きられるところが四十年、五十年の命となったり、また、それぞれの生き方や欲望など否定的想念により、自分自身で生命を縮めたりしているのであり、中でも一番命を縮め、生命を誤

った方向へ運んでゆくのが病気である。

癌、糖尿病、高血圧、心臓病、リュウマチなど、現代医学では症状ごとに様々な名前が付けられている。しかし、それらの病状はすべて、陰陽のバランスがくずれているということなのである。あるいは意識が欲望などの感情に把われ、チャクラが開いておらず、気（宇宙の無限なる生命エネルギー）が滞っているため、神との交流ができなくなり、肉体本来の働きができなくなっている状態である。」

### 宇宙の気を体内に受け入れる呼吸法

「我々が授かった、気が得られる究極の呼吸法では、息を限りなく長く吐く。この止めた時に、気がものすごい勢いで体中を駆け巡るのである。そして崩れた陰陽のバランスが大調和し、その人にとって、一番必要なチャクラがどんどん開けてくるのである。

そして最終的には神人の肉体の七箇所にあるチャクラを開くことになっている。額にあるチャクラが開けば、あとのチャクラも自然と開けてくるのである。」

またお言葉の別の個所では、チャクラを自然発生的に活性化させる方法について言及されています。その決め手が、祈りや印や呼吸法によっ

て高揚した精神の目覚めだと説明されています。

「祈りや印や呼吸法によって高揚した精神の目覚めこそが、みずから  
のチャクラを自然発生的に開き、活性化させていくものである。

特に神人たちが現在行っている呼吸法の印は、他のいかなる修行も追  
従をゆるさぬほど絶大なものである。なぜなら、その呼吸を組み、深  
く特殊な呼吸法を行うことで、宇宙究極の大光明波動圏へと一直線に貫  
きわたり、宇宙神の究極の無限なる光の生命エネルギーを自らが呼吸を  
吐くことによって、自らの七つのチャクラは次々と自然に開かれてゆ  
かからぬ。

### チャクラを開いて最初にやるべきこと

額の叡智のチャクラを開いた神人たちが、最初にやるべきことは何か。  
についても言及されています。

「自分自身をコントロールする必要がある。自分自身の治  
癒力を発揮することである。それは呼吸法により、引き出されてゆ  
く。そして意識で自分自身のバランスをとる必要がある。」

そのバランスをとるという時に、チャクラが開き、気がきれいに入っ  
ていけば、「今日は砂糖を食べました」とか脂肪をとりますか」といっ

チャクラが開いていると、健康で生きることが当たりの世界になるの  
である。いかに自分が健康で輝いて、皆の手本になるか、高齢でも病氣  
にならず、一人で生きていかれるということは、それだけですということ  
なのである。

時代は進化創造している。どんどんレベルが上がっている。神人たち  
が神人としての姿を現し我即神也の心境になって、人々を引っ張ってゆ  
くのである。自らの意識が神我になれば、あらゆるものが自分の中に入  
ってくるのである。」

そして「チャクラを開いた神人および神人予備軍に、ぜひ心がけてい  
ただきたいことがある。それは「神霊の宿った言葉、光明の言葉を放つ」  
ということである。

言葉は神霊である。しかし、その言葉に神霊を宿し、神霊の力を与え  
るのは、その言葉を使う自分自身である。自分の意識が神霊とつながっ  
ているからこそ、そこに神霊のエネルギーが宿るのである。」

### チャクラを開いて田舎に行くべきかの

チャクラを開いて、最終的にやるべきことは、何か。これは、いっ

ヒントになる、昌美先生を通しての五井先生のお言葉があります。

●「物事は変らないのだ、人を変えよう、物事を自分のほつにもってこさせようと、これは自分に必要なのだとやっても物事は変えられない。自分自身が変わらなければ、無理なのだ。それをやらずに、他人を批判することは誰でもできる。事実、愚か者ほど他人を批判したがる。

最も素晴らしい人は自分の神聖を知っている人だ。批判もしなければ、人に媚びて、いたずらに褒めることもしない。神聖そのものが現われているので、人が自然と寄って来る。だから、自らの習慣の想いを変えることだ。習慣の自分が出たら、それは新しい神聖復活の習慣をつけるチャンスなのだ。神聖復活の印を何千何万と続けている人々も、初めはそうだったのだ。自分の習慣の想いを神聖復活の習慣の想いに変えさせれば、何でも成就できる。誰が無理だと言おうとも、自分に、出来る絶対をやってみせるという強い信念と意識があれば、必ず出来るのだ。」(2020年1月号)と解説されています。

●「究極の真理をどう受け取るか」において五井先生から昌美先生に伝えられた「…最後にはつきり汝らに言い聞かせる」と五井先生は前置きされ、次のように語られた。究極、自らを救うのは、宇宙神でもない。五井先生でもない。守護霊守護神でもない。昌美でもない。自分を救え

るのは、自分自身以外にない」(『白光誌』2021年4月号神聖の羅針盤)と厳しいご指摘がありました。

●これまで私たち神人は、人類の平和達成のため、ひたすら神聖復活の印を組み、宇宙根源の光を降ろし続けて来ていますが、五井先生は、「降ろす回数を重ねることも大切であるが、それだけでは神聖復活の印により降ろす宇宙根源の光は限りがあり、それを最大限にするには、降ろす私達自身の意識を宇宙根源の光に向け、受け入れ、私達に内在する神聖と同調(一体化)させる意識が重要である。そのためには、日々自分の想いの習慣を新しい神聖復活の習慣に変えるよう努力しておくことが大切である。」(2021年の『白光誌』六月号)と指導されています。

これら三つのお言葉から次のように整理できます。

チャクラは神々の支援により開いていたが、そのままにしておくと閉じてしまう。その開いたチャクラの働きを活性・進化させる方法として次の二つをあげられています。

- ① 降ろす私達自身の意識を宇宙根源の光に向け、受け入れ、私達に内在する神聖と同調(一体化)させること。
- ② 日々自分の想念の習慣を新しい神聖復活の習慣に変えていくこと。

この二つの方法には、②によって①がスムーズに行えるという関係があり、神聖復活の習慣に変えていく度合にに応じて、宇宙の根源の光と私たちの内なる神聖との同調をスムーズに行え、宇宙の根源の光を最大限降すとともに、私たちの意識をさらに高め、ひいては私たちのチャクラをさらに活性・進化させていくことになると言われていたのです。

それによって「誰が無理だと言おうとも、自分に、出来る絶対にやってみせるという強い信念と意識があれば、必ず出来る。」という心境になれば、昌美先生のお言葉である「自らの意識が神我になれば、あらゆるものが自分の中に入ってくる」状態になれるということでしょう。

### 私たちが日々取り組むべき留意点

以上の五井先生、昌美先生のお言葉をもとに、私たちが日々取り組むべき主な留意点について、整理します。

- 日々呼吸法により、各チャクラを活性化させる。肉体の一番下の尾髄骨のチャクラから、丹田、鳩尾、ハート、喉、額、登頂にある各チャクラを一つずつ意識して、深い呼吸をする。この時の呼吸法は、昌美先生が先に言及された「宇宙の気を体内に受け入れる呼吸法」をしてもよい。
- 七つのチャクラが活性化し、一体化になるとそれらが、一筋の白光に

輝き、その光が、脳天のチャクラを覆っている業想念を突き破り、天に向かって伸びていき、天に届くと、その一筋の光をおして、宇宙の無限なる生命エネルギーが肉体に降りてくることを意識的にイメージし、それが達成されたとして一〜二分間冥想する。

● 自分の意識を自分の霊体、神体それぞれに向けて深い呼吸をし、一体であることをイメージし、それが達成されたとして一〜二分間冥想する。

● 宇宙神との一体感である、心が静寂の中に落ち着く感覚あるいは無限に広がっていく感覚が出てきていることを確認する。何も感じなくても、その感覚ができたものとして、神聖復活の印を組む。回数は、一、三、五、七の中から選択し行う。(何回もやっているうちに、そのような感覚が必ず出てきます。)

● 釈尊が「人身得難し」と言われるように、この肉体界に身を置くことは、自らの魂が磨かれるとともに、地球の次元上昇に大きく貢献できる立場に立たせていただいている。そのことに感謝をささげよう。

● 病気になるたら、過去世の過てる想念を守護の神霊によって消していただいていると認識し、感謝し、病気になるのを手放していこう。

● 日ごろ自分自身と関係した方々や全ての物事について原因結果だけでなく、一瞬一瞬のプロセスにも愛を注ぎ、感謝をささげよう。

以上が宇宙神の光を降ろす、決め手になる神聖（本心）を活性化させるために、いかに意識を働かせ、行動に移していくかの具体例です。

これは、また宇宙の根源の光を、無限に降ろし、この地上に愛と調和の世界を築いていくための重要なルーチンであるともいえます。

チャクラの働きを活性・進化させることは、神人にとって自らの天命を完うしていく上で必ず超えていかなければならない課題であると言えます。私たちはこのことを心におさめ、精進していきたいものです。

（付記）

### 新しい神聖復活の習慣とは

新しい神聖復活の習慣について、過去整理したものを改めてみてみましょう。

新しい神聖復活の習慣とは、人間神の子観に基づく想念行為の習慣で、それに対して古い習慣とは、肉体人間観に基づく想念行為の習慣です。肉体人間観の習慣は、長年疑問も持たず、当たり前生き方として受け入れてきたものです。今自分の日ごろの想念行為を振り返ってみるとそれがわかってきます。自分の周りの動きに反応する。人の評価を気に

する。常に他人と比較して自分を見て劣等感や優越感をもつ。世の中の戦争や経済不安に対して恐怖心や怒り悲しみを感じる。自分の失敗を他人のせいにしてしまう。自分の運命を恨むなど。そしてこれらはすべて人間だからとそれらを手放すことをあきらめてしまう習慣です。

五井先生は、これらの心を次のように解説されています。

「それは、（目の前に現れた現象を、）眼で見、耳で聞き、想いで分別し、認識しようとする心、善悪を判断しようとする心等、自然（じねん）の心に相反する業因縁の心」の習慣だと。

一方新しい神聖復活の習慣は、目の前に現れた現象に扱われるのではなく、自分の内なる本心（神聖）に自分の想念行為を合わせるものです。

具体的には、これまで五井先生や昌美先生によって、『人間と真実の生き方』や『人類即神也』の宣言文で示されています。

まず個人的には、どのように実行するかについて、いかなる苦悩もない、それらは私たちの神聖を現わすために、守護の神霊と宇宙神の働きにより、大難を小難にして消していただいているのだと受け止めて、愛と真と救いの言行をなし続け、ひたすら平和の祈りを実践し、神霊の中に入りつつける習慣を身につけていくことが真の救いになると示されています。（『新しい神聖復活の習慣』2024年6月作成のもの）