

260919-Sab_Sessione di Studio

Salve a tutti. Iniziamo la sessione di studio di sabato 19 settembre. Per prima cosa, vorrei fare un Touitsu di tre minuti e mezzo. Condividerò lo schermo.

< Preghiera per la Pace Mondiale >

Grazie mille. Ultimamente, a volte mi ritrovo a immaginare il futuro, cioè come vorrei concludere questa mia vita fisica.

Quelli di voi con cui mi scambio spesso messaggi me lo hanno già sentito dire, ma io spero di andarmene nel modo chiamato «Shigesen», il modo in cui si dice che se ne sia andato En no Gyoja. En no Gyoja è stato una scena delle vite passate di Goi-sensei, ed è anche una delle Divinità Guardiane di Goi-sensei.

Shigesen significa spiritualizzare la vibrazione del corpo fisico e tornare all'altro mondo insieme al corpo fisico. Naturalmente, una volta andati nell'altro mondo, viviamo in un corpo spirituale o in un corpo divino, ma il lato buono di questo modo di andarsene è che possiamo partire senza lasciare un cadavere dietro di noi.

Non so fra quanti anni sarà, ma quando arriveremo a un'epoca in cui interagiranno con gli esseri cosmici, credo che i nostri Spiriti Guardiani e le nostre Divinità Guardiane potranno dirci quando torneremo all'altro mondo: «Partirai il tal giorno, alla tale ora e al tale minuto».

Allora, ad esempio, se ce lo dicessero con sei mesi di anticipo, potremmo contare a ritroso da quel giorno e fare dei piani —entro quando fare questo, entro quando fare quello— in modo che, quando arriva il momento di tornare in cielo, in casa non resti più nulla, e noi lasciamo un solo biglietto con scritto «Grazie di tutto» e scompariamo all'improvviso da questo mondo.

In questo modo, penso che non dovremmo causare ogni sorta di problemi ai parenti che lasciamo.

Come moriranno gli esseri umani dopo che il mondo si sarà evoluto non si vede ancora chiaramente, ma penso che tutti diventeranno capaci di fare il passaggio tramite lo Shigesen, o tramite qualche forma simile.

In Giappone, quando una persona muore, il corpo viene cremato e rimangono solo le ossa. Vengono messe in un'urna e deposte in una tomba —o, nel nostro caso, al Fuji Reien—, ma qualunque sia la forma, con il modo in cui le persone sono morte finora, sistemare gli effetti personali del defunto è sempre stato compito di chi resta.

È ancora così adesso, ma penso che nel mondo che verrà cose del genere scompariranno gradualmente.

C'è lo «shukatsu», la preparazione alla fine della vita, e ogni sorta di «chiusura»: chiudere la casa, l'auto, i biglietti di Capodanno, l'altare buddhista di famiglia, la tomba di famiglia. Penso che molti di voi abbiano già vissuto queste cose e le conoscano.

A parte questo, c'è qualcosa di necessario nei nostri tempi a cui le persone non prestano molta attenzione, o di cui non riescono nemmeno a immaginare le conseguenze: i «beni digitali» e gli

«effetti personali digitali».

Quanto ai beni digitali, ad esempio, le nuove banche online di oggi non hanno libretti. Tutto si fa via internet, e senza la password non si possono prelevare i soldi.

Se il defunto ha lasciato dei risparmi in una banca del genere e non ha condiviso queste informazioni con la famiglia, il denaro non arriverà alla famiglia in lutto.

Non penso che molti di voi li usino, ma ci sono anche le cripto-attività e il denaro elettronico come PayPay.

Penso che sia meglio annotare, in qualche forma, come accedere a queste informazioni, in modo che la famiglia possa vederle in seguito. Questo è il discorso sui beni digitali.

L'altro, gli effetti personali digitali, sono ad esempio la posta elettronica —Gmail, Yahoo Mail o la posta elettronica creata con un provider internet— così come le foto salvate su telefoni cellulari, tablet e computer. E a seconda della persona, ci sono anche gli account dei social media come Facebook e Instagram.

Inoltre, tra i servizi di oggi c'è un modo di stipulare contratti chiamato abbonamento. In passato si comprava qualcosa in modo definitivo e, una volta pagato, lo si poteva usare per sempre, ma ora si può continuare a usarlo pagando una piccola somma ogni mese, e servizi di questo tipo stanno aumentando.

Ad esempio, Word ed Excel della serie Office di Microsoft un tempo venivano preinstallati —in dotazione— quando si comprava un computer.

Un tempo venivano venduti con il nome «Office», come Office 2003 o Office 2010, ma ora il nome è cambiato in «Microsoft 365», e si paga poco più di mille yen ogni mese per usarlo.

Anche per contratti di questo tipo, penso che sia bene annotare l'account e la password (l'ID e la password) in qualche forma e conservarli, in modo che la vostra famiglia possa trovarli se vi succede qualcosa.

Alcuni anni fa, una persona del mio condominio è venuta da me a chiedere consiglio. Era una moglie il cui marito era morto prima di lei. Lui era tornato in cielo esattamente a 70 anni e, forse perché aveva previsto il suo momento, a quanto pare aveva lasciato degli appunti con la password per aprire il suo computer, le password dei suoi conti bancari e così via.

Tuttavia, lei mi disse: «Solo il cellulare non si apre. Il cellulare è l'unica cosa che non riesco a vedere», e mi chiese se potevo fare qualcosa. Ho avuto l'esperienza di renderlo accessibile per lei.

Penso che ci siano parecchie persone che tengono sul telefono cose che non possono dire agli altri, ad esempio hobby che preferirebbero che gli altri non conoscessero.

Quando ho reso accessibile il telefono di suo marito, c'erano molte cose rimaste lì dentro che le hanno fatto pensare: «Ecco, quindi era questo a cui pensava», e mi ha detto che era contenta di aver conosciuto meglio suo marito.

Se preferite che gli altri non vedano il contenuto della vostra posta elettronica o gli appunti che

avete lasciato nel blocco note del telefono dopo che sarete tornati in cielo, la cosa migliore è cancellare il vostro account di posta elettronica e cancellare tutti i vostri appunti finché la vostra mente è ancora lucida.

Il modo più facile per cancellare le informazioni su un telefono cellulare è ripristinarlo alle impostazioni di fabbrica. Cancella tutto in una volta, quindi è il modo più semplice.

Ma se ci sono cose che non volete mostrare e cose che non vi dispiace che vengano viste, potete cancellarne alcune e tenerne altre una per una, e così la vostra famiglia potrà dividerle come ricordi di voi. Penso che sarebbe bene farlo in questo modo.

Il programma di stasera, secondo la rotazione, in realtà avrebbe dovuto essere il programma «Un Giorno per Sovrastare il Mondo con gli Occhi Divini», ma l'e-mail di annuncio che ho inviato giovedì diceva solo «Programma Speciale», con il contenuto ancora da decidere. Lasciate che ne parli un po'.

Ultimamente mi sono scambiato messaggi più spesso con persone che stanno cominciando a perdere fiducia in se stesse man mano che invecchiano: cose che prima riuscivano a fare non riescono più a farle; cose che avrebbero dovuto capire non le capiscono più; la loro memoria sta peggiorando. Da un po' di tempo penso a come potrei trasmettere loro le cose in modo che possano vivere con coraggio, speranza e un cuore luminoso.

La radice di che cosa fare e come si riduce a una sola frase: tornare alla nostra divinità. Ma per tornare alla nostra divinità è necessaria una corrispondente quantità di impegno e di diligenza. Tuttavia, quando diciamo «impegno e diligenza», alcune persone si tirano indietro. È per questo che non dico «addestramento», ma uso spesso la parola «pratica».

Tra queste pratiche, dal punto di vista del nostro sviluppo divino, dello sviluppo del vero sé, del cammino verso l'illuminazione e del diventare Unità con il Sé Divino, stasera vorrei parlare di due metodi che condividiamo tutti e che sono facili da fare per chiunque.

Alcuni di voi potrebbero dire «Lo sto già facendo», e alcuni potrebbero dire «Non l'ho ancora fatto», ma il primo è diventare capaci di cantare la canzone di Goi-sensei tra gli inni di Byakko, «Luce Eterna (Towa no Hikari)», strofe dalla 1 alla 4, senza guardare il testo: diventare capaci di cantarla in qualsiasi momento e in qualsiasi luogo.

Ho sentito che una volta lo stesso Goi-sensei disse —non so se a Takahashi Hideo-san o a un altro membro dello staff— qualcosa come: «"Luce Eterna" è la migliore di tutte le canzoni che ho scritto».

Goi-sensei ci ha lasciato molte opere —tanka, «canti della Via», haiku, poesie— e tra tutte queste, lo stesso Goi-sensei disse che «Luce Eterna» era il suo capolavoro.

Nel testo delle strofe dalla 1 alla 4 è scritto in modo molto chiaro e semplice tutto, dal primo stadio in cui si comincia a cercare la Via fino alla coscienza in cui la scintilla divina è rinata.

Non dice concretamente che cosa fare, ma ci ha lasciato, sotto forma di testo di una canzone, ciò che è bene per noi diventare.

(Lettura ad alta voce del testo di «Luce Eterna», strofe dalla 1 alla 4)

«Luce Eterna»

**1. Come un fiore che si schiude da sé,
il cuore divino si risveglia quando giunge il suo tempo.**

**Anche se il sentiero della preghiera è profondo,
col tempo troveremo la fonte della vita.**

**2. Ciascuno secondo la propria natura,
miriamo all'alto giardino di Dio.**

**Gli angeli che ci guidano
dimorano sia in cielo che in terra.**

**3. Custodendo l'armonia nei nostri cuori,
desiderando la felicità di ogni singola persona,
la nostra pura risonanza tra cielo e terra
apre la via alla pace nel mondo.**

**4. Stelle scintillanti sono nel cielo,
un intelletto luminoso è nell'umanità.**

**Ricevendo il cuore di Dio sulla terra,
facciamo sbocciare i fiori della luce eterna.**

Anche solo leggendolo ad alta voce in questo modo, ha una risonanza che fa sentire il cuore lavato e purificato, ma per renderlo più piacevole è bene mettergli una melodia e cantarlo. L'innario di Byakko un tempo era su audiocassetta; ora penso che sia su CD.

Penso che la tonalità originale fosse Mi, ma se la abbassate di circa due toni, sarà più facile da cantare sia per le donne che per gli uomini. Non la canterò adesso, ma forse la canterò stasera.

L'altro metodo, di cui ho parlato diverse volte in questa sessione di studio, è memorizzare la poesia «Honshin», il Vero Sé, e diventare capaci di recitarla in qualsiasi momento e in qualsiasi luogo. La poesia «Honshin» è pronunciata dalla sorgente di tutte le nostre vite, la coscienza originaria della vita, rivolta all'umanità, i suoi stessi figli.

Quindi esercitarsi finché non si riesce a richiamare alla mente e recitare quella poesia in qualsiasi momento e in qualsiasi luogo, senza guardare nulla, diventa anche una pratica per diventare uno con l'origine della vita. E quando sarete diventati capaci di recitarla in qualsiasi momento, i sentimenti della sorgente della vita diventeranno i vostri sentimenti.

Per dirlo in termini di Byakko, significa diventare capaci di recitarla con un cuore che è uno con il Dio Universale, un cuore che è uno con il Grande Dio.

La poesia «Honshin» è un po' lunga. Se la recitate lentamente, assaporando ogni parola, ci vogliono quattro o cinque minuti, ma se riusciamo a recitare quella poesia in qualsiasi momento e in qualsiasi luogo, penso che non ci smarriremo più nel vivere.

Anche se sorgono pensieri abituali e succede qualcosa che ci turba, un'ispirazione che è una cosa sola con i nostri Spiriti Guardiani —«Ah sì, è vero, questo è ciò che dovrei fare»— sorgerà subito dentro di noi, e così il tempo passato a preoccuparsi scompare.

Non sto dicendo che le preoccupazioni scompariranno. Penso che le preoccupazioni continueranno fino al momento in cui moriremo. Ma il modo in cui affrontiamo quelle preoccupazioni cambia.

Finora, quando sorgeva una preoccupazione, il nostro umore diventava cupo e pesante, e alla fine ci rovinavamo perfino la salute. Ma ora, nel momento in cui spunta una preoccupazione, l'ispirazione e l'intuizione per risolverla arrivano subito, quindi tutto finisce in un istante.

Questo è lo stato che si raggiunge quando si vive manifestando la propria divinità. Per dirlo in modo più concreto, questo è lo stato che si raggiunge quando si vive come una cosa sola con i propri Spiriti Guardiani.

L'«Ego-san» radicato dentro di noi è piuttosto formidabile. Non lo si può gestire con mezzi ordinari. Fare «la forma che svanisce e la Preghiera per la Pace Mondiale» una, due o tre volte non lo farà scomparire. Non importa quante volte lo facciamo, si ripresenta.

Questo perché ciascuno di noi ha due o tre lignaggi spirituali, e all'interno di ciascun lignaggio siamo rinati centinaia di volte qui sulla Terra.

Quando si guarda in profondità nell'anima, ci sono persone formate da due lignaggi spirituali, e ci sono anche persone in cui tre lignaggi spirituali si sono riuniti per formare un solo essere umano.

Allora sono centinaia di volte $\times 2$, $\times 3$, quindi alcune persone sono rinate più di 1.000 volte.

I pensieri errati di così tante vite passate fino a oggi si sono accumulati nei nostri corpi astrali, e così si arriva a «semplicemente non scomparire».

Si finisce in conversazioni come: «Prego da 40 anni, ma ho ancora delle preoccupazioni», «Oh no, 40 anni non sono niente. Io prego da più di 60 anni, e mi preoccupo ancora».

Ma quando diventate uno con il vostro Sé Divino —quando diventate davvero uno con i vostri Spiriti Guardiani e le vostre Divinità Guardiane—, le preoccupazioni finiscono in un istante. Per questo, come dico sempre, penso che tutto si riduca a perseguire ed esplorare la domanda: «Che cosa sono io, davvero?».

Tutti lo sanno come conoscenza. Tutti possono dire: «Sì, sono uno spirito diviso di Dio». Ma se gli si chiede: «State manifestando la natura di uno spirito diviso di Dio nelle vostre parole, nei vostri pensieri e nelle vostre azioni nella vita quotidiana?», distolgono subito lo sguardo. Capire davvero significa manifestarlo in se stessi.

A questo scopo, penso che ciascuno di voi stia facendo «la forma che svanisce e la Preghiera per la Pace Mondiale», formando il «Divine Spark IN», facendo la pratica «Praticare il Pensiero Positivo», facendo la «Gratitudine alla Natura», organizzandoli a modo vostro e provando ogni

sorta di idee.

Anche così, è difficile cambiare noi stessi. La consapevolezza di essere divini non diventa facilmente del 100%. Sorgono ancora dei dubbi. Anche adesso, finiamo per pensare che da qualche parte ancora non crediamo in noi stessi.

Visto da un'altra angolazione, ciò accade perché dentro ognuno di noi i pensieri di autolimitazione accumulati attraverso centinaia o migliaia di vite passate sono ammassati come foglie cadute.

Io chiamo quell'autolimitazione «Ego-san», e se vi fate strada tra le foglie cadute dell'autolimitazione e guardate ancora più all'interno, trovate il capobanda dell'autonegazione che giace lì, nelle profondità del cuore.

Che cos'è l'autonegazione? È una coscienza pigra che dice: «Io sono questo corpo fisico, e sono debole», «Ci sono molte cose che non posso fare», «È naturale che ci siano molte cose che non capisco», «Voglio vivere una vita facile», «Non voglio impegnarmi per padroneggiare qualcosa».

Questa è la causa di fondo (la radice del problema) che ci impedisce di riconoscere al 100% la nostra divinità.

Come ho sempre detto, se continuiamo a impegnarci a scrivere molte volte, a pronunciare ad alta voce molte volte e a fare nostre le parole come la dichiarazione iniziale di «Come l'uomo dovrebbe rivelare il suo sé interiore» e le parole iniziali delle Dichiarazioni di «Ware Soku Kami Nari» e «Jinrui Soku Kami Nari» —parole che dicono: «Questo è ciò che un essere umano è originariamente»—, essa svanirà.

Anche se cerchiamo di fare qualcosa riguardo all'autolimitazione, a meno che non assottigliamo prima l'autonegazione, i pensieri che ci impediscono di manifestare il potere infinito che possediamo originariamente non svaniranno. Poiché i pensieri di autolimitazione nascono dall'autonegazione, l'autolimitazione non scomparirà a meno che non assottigliamo l'autonegazione.

Ad esempio, molte persone anziane dicono: «Smartphone, computer, tablet: queste cose moderne sono difficili». Non ricordo se l'ho detto a tutti loro, ma «le comodità della civiltà sono state create dagli esseri umani perché gli esseri umani le usassero».

Quindi, una volta che imparate le regole per usarle —cioè che cosa succede quando toccate che cosa—, sono cose che potete usare senza alcun problema.

Ad esempio, io uso un telefono cellulare chiamato iPhone, e l'iPhone è prodotto da un'azienda americana chiamata Apple.

Ciò che Apple pensa al livello più fondamentale nel creare l'iPhone è: «Creiamo qualcosa che anche le persone che non sono brave con le macchine o che non hanno familiarità con il loro funzionamento possano capire intuitivamente quando lo toccano». Questa è stata la filosofia fondamentale alla base del suo sviluppo.

Per parlare di qualcosa di più profondo: prima ho detto che abbiamo attraversato la reincarnazione (la rinascita) centinaia o migliaia di volte qui sulla Terra, ma almeno per tutti voi

qui presenti, le nostre vite passate non sono solo sulla Terra. Abbiamo anche vite passate in cui abbiamo vissuto su altre stelle.

Si dice che le persone del gruppo di Goi-sensei si siano trasferite da Venere alla Terra, ma c'era una stella dove vivevamo prima di Venere. E ce n'era un'altra ancora prima di quella.

Ora siamo sulla Terra, ma ciò che le nostre vite hanno fatto in questo universo è completare le stelle, facendone mondi di grande armonia.

Le persone che hanno all'attivo il completamento di varie stelle sono state riunite nel gruppo di Goi-sensei.

Quindi potreste pensare che cose come gli smartphone esistano solo da 10 o 20 anni, ma abbiamo maneggiato cose simili molte volte su altre stelle.

Se crediamo nella nostra divinità e viviamo esprimendo la saggezza, le capacità e il potere infiniti che dimorano dentro di noi, diventeremo capaci di usare qualcosa come uno smartphone facilmente, solo con l'intuizione.

Ciò che lo rende impossibile è il pensiero abituale della sconfitta: «È impossibile, non va bene, non ci riesco». Man mano che ci siamo spostati da altre stelle alla Terra e siamo rinati su questa stella ancora e ancora, abbiamo dimenticato i ricordi di essere stati spiriti divini dell'universo.

Andrebbe bene se avessimo soltanto dimenticato, ma sopra a quella dimenticanza ci siamo sovrascritti con molte convinzioni negative: «Non ci riesco», «Non ho potere», «Sono debole», «Non migliorerò mai».

Questo ha messo radici profonde negli strati della nostra memoria. Così, anche quando una preoccupazione si risolve e ci sentiamo sollevati, siamo tormentati dalla preoccupazione successiva. Nella vita ci sono molte cose che troviamo difficili.

Ma anche così, non dico che non dovete pensare «Questo è difficile». Va bene pensare «Questo è difficile». Ma subito dopo, ricordate: «Ah sì, io sono divino». Vi mettete dalla parte della divinità.

Ci sono davvero moltissimi approcci diversi (modi di lavorarci) per farlo. Noi esseri umani non siamo robot, quindi non è così semplice come muoversi quando si fornisce elettricità. E il cammino verso la rinascita della scintilla divina è diverso per ognuno di noi.

È bene imparare leggendo libri o cercare di cogliere qualche spunto dal discorso di qualcuno, ma quel cammino è il vostro. Non è la saggezza o la conoscenza di qualcun altro. Siete voi a tracciarlo.

«Capisco, Saito-kun dice così, ma forse proverò in quest'altro modo», oppure «Proviamo a farlo come ha detto Saito-kun, anche se mi sembra di farmi prendere in giro»: il modo di pensare delle persone sarà diverso, ma chi sceglie, decide e mette in pratica siete voi. Anche la decisione «Non lo farò» la prendete voi.

Agite sotto la vostra responsabilità. Agire significa tracciare il cammino della vostra vita. Non importa che cosa pensiate nella vostra testa: se restate semplicemente rannicchiati, nulla cambia. Anche lentamente va bene: cominciate semplicemente a camminare.

Quello che dico spesso è: se pensate di non poter camminare su due gambe, allora gattonate. E se non avete nemmeno l'energia per gattonare, girate il corpo di lato rispetto alla direzione in cui volete andare e rotolate, rotolate, rotolate: continuate semplicemente ad andare avanti.

Non è il momento di dire «Sembra ridicolo» o «È imbarazzante». Siamo in un'epoca in cui dobbiamo diventare Unità con il Sé Divino a ogni costo.

Quando tutte le persone del mondo diventeranno Unità con il Sé Divino, quella sarà l'epoca della pace nel mondo. Ma quell'epoca non arriverà all'improvviso. Penso che tutti voi capiate che una cosa del genere non è realistica. Allora che cosa facciamo?

Per prima cosa, coloro che hanno compreso l'essenza della vita umana mostrano la via all'umanità diventando Unità con il Sé Divino prima di tutti gli altri. Il nostro diventare Unità con il Sé Divino, il nostro raggiungere l'illuminazione, è un processo per fare della Terra un pianeta di pace e di grande armonia, per portare la pace nel mondo.

Se molte persone distolgono lo sguardo e fanno finta di non vedere, fanno finta di non sentire e pensano «Qualcuno se ne occuperà», allora dobbiamo dire che il giorno in cui la Terra diventerà pacifica è ancora molto lontano.

Mentre diciamo che è lontano, le persone stolte della Terra distruggeranno questo pianeta. Per impedirlo, la Grande Divinità Goi ci ha mandati su questa Terra.

Quindi non è il momento di restare scoraggiati per sempre. Non è il momento di continuare per sempre a fraintendere e a prendere strade traverse. Ora è il momento di vivere davvero come una cosa sola con la sorgente della nostra vita.

Sono già le 1:58, quindi formiamo insieme il Divine Spark IN una volta e poi facciamo una pausa.

< Divine Spark IN, una volta >

Sì, grazie mille. Faremo una pausa fino alle 2:11. Per favore, spegnete il video e fate una pausa.

< Pausa >

Il tempo è passato, quindi vorrei iniziare. Vorrei che guardaste un video. È uno short di YouTube, e il suo contenuto è «Il cervello si evolve a qualsiasi età».

(Visione del video)

Le sinapsi di queste cellule cerebrali sono ciò che collega una cellula cerebrale all'altra, un neurone all'altro. Quando cerchiamo di diventare capaci di fare qualcosa o di imparare qualcosa, i neuroni e le cellule cerebrali formano varie connessioni nel cervello, e attraverso questo diventiamo capaci di fare ciò che prima non riuscivamo a fare e di capire ciò che prima non capivamo.

Ho sentito che per queste cellule cerebrali non c'è limite di età. Non è che questa funzione scompaia una volta raggiunta una certa età. Il cervello continua a lavorare fino al momento della morte.

Tuttavia, alcuni di voi potrebbero dire: «Ma ci sono persone che sviluppano la demenza». La demenza non è qualcosa che il cervello provoca di proposito; sono i pensieri errati delle vite passate fino al presente che appaiono sotto forma di memoria offuscata e svaniscono: una forma che svanisce.

Quindi, invece di concentrarci sull'avere una cattiva memoria, se continuiamo a vivere con curiosità e aspirazione e continuiamo a impegnarci fino al momento della morte, le cellule cerebrali, come nel video che abbiamo appena visto, si collegano, e si collegano, e continuano a collegarsi. Questa si collega con questa, quella si collega con quella: collegando le cellule cerebrali in ogni sorta di modo, così che diventiamo capaci di fare ciò che non riuscivamo a fare e di capire ciò che non capivamo.

Ogni giorno esprimo sempre la mia gratitudine: «Grazie, corpo fisico. Grazie, cellule». Nel vivere in modo sano sia nella mente che nel corpo, se ci concentriamo in particolare sul corpo, le cellule lavorano affinché l'intero corpo umano (il corpo fisico) resti fresco e sano in ogni momento, fino al momento della morte.

Nel corpo umano il sangue scorre attraverso i vasi sanguigni. Questo sangue entra nelle arterie mentre il cuore batte —tum—, cioè mentre la pompa lo spinge fuori.

Passando attraverso vari organi ed essendo filtrato nei reni, si sposta dalle arterie spesse ad arterie che si ramificano gradualmente, e alle estremità il sangue raggiunge ogni angolo del corpo come capillari.

Che cosa porta questo sangue in tutto il corpo? Nutrienti e ossigeno. Come menziono a volte nella sessione di studio, i capillari si raccolgono negli alveoli, che sono come grappoli d'uva nei polmoni, e l'ossigeno che inspiriamo viene assorbito nel sangue attraverso i capillari raccolti negli alveoli e fatto circolare in tutto il corpo.

Spinto dal battito del cuore, passa attraverso le arterie e i vasi che si ramificano, raggiunge i capillari e gira fino a ogni angolo del corpo, distribuendo le cose: «Ecco l'ossigeno», «Ecco i nutrienti», «Ecco l'ossigeno», «Ecco i nutrienti».

Quei nutrienti vengono assorbiti attraverso i capillari collegati all'intestino. I capillari assorbono i nutrienti dall'interno dell'intestino. Al contrario, le cose nel sangue che sembra meglio espellere attraverso l'intestino piuttosto che attraverso i reni vengono rilasciate nell'intestino. Penso davvero che il corpo umano sia straordinario.

Quando il sangue che scorre nelle arterie ha raggiunto le estremità dei capillari, torna indietro e viene riportato al cuore attraverso i capillari venosi, i vasi di diramazione e i vasi spessi. È così che il sangue circola, ma oltre i capillari alle estremità c'è ancora un'altra storia.

I capillari sono vasi sanguigni estremamente sottili, ma ho sentito che hanno innumerevoli fori. Il liquido che fuoriesce da quei fori si chiama «liquido interstiziale», e svolge il ruolo che l'acqua di mare svolge nell'oceano, riempiendo gli spazi tra le cellule del corpo.

Che cos'è questo liquido che trasuda dai capillari? Molti di voi avranno probabilmente visto la foto del sangue prelevato per un esame del sangue e lasciato riposare in un contenitore di vetro verticale: sul fondo si forma una massa rossa e sopra si forma un liquido leggermente giallino e pallido. La parte rossa sul fondo è costituita principalmente da globuli rossi, e il liquido giallo

pallido e trasparente sopra è un componente chiamato plasma.

Questo plasma esce dai capillari e diventa liquido interstiziale. Ci sono i capillari e il liquido interstiziale, e più all'esterno ci sono i vasi linfatici, attraverso i quali scorre anch'esso del liquido. Il liquido che scorre in questi vasi linfatici viene preso dal liquido interstiziale.

In origine è un componente del plasma trasudato dai vasi sanguigni, e contiene anche nutrienti e così via. Si trova all'interno dei vasi linfatici e scorre in tutto il corpo, sul lato superficiale del corpo, come linfa.

Quando in una recente sessione di studio ho detto che c'è molta linfa sotto le orecchie, era perché i vasi linfatici sono concentrati qui. Quindi basta accarezzare o toccare delicatamente questa zona per migliorare il flusso della linfa.

Anche il bordo del cranio nella parte posteriore della testa è un punto in cui il flusso della linfa tende a bloccarsi. Da qui, lungo il collo. Arriva anche da entrambe le braccia e dal basso.

E dove va la linfa di tutto il corpo? Quando premete la clavicola così, c'è un osso, vero? Ho sentito che viene restituita alla vena in profondità dietro di esso. Questo perché in origine era un componente del sangue.

Le cellule che non servono più in tutto il corpo vengono assorbite (raccolte) attraverso i vasi linfatici e i vasi sanguigni ed espulse dal corpo. In concreto, i componenti non necessari del corpo vengono espulsi in varie forme —fuori attraverso la pelle come sporcizia, come peli del corpo, come componente delle unghie, come componente dei capelli, come sudore— e allo stesso tempo nuove cellule nascono momento per momento.

Tuttavia, quando il corpo umano si ammala, il metabolismo rallenta un po', o meglio, si indebolisce.

Ma nel nostro caso, pensando «Noi siamo divini. Quindi non c'è nulla che non possiamo fare. Le nostre cellule metabolizzano sempre in modo sano», possiamo annullare l'influenza negativa che abbiamo avuto sul nostro corpo attraverso le nostre abitudini di pensiero fino a ora, dare al corpo un'energia di sostegno e regolare e favorire il metabolismo in tutto il corpo.

Se pensate di potercela fare, ce la fate. Le persone che pensano di non potercela fare, non ce la fanno.

Ad esempio, alcuni di voi potrebbero essere istruttori autorizzati a eseguire il battito di mani purificatore: clap, clap, clap, clap. Tanto tempo fa —forse alcuni di voi l'hanno letto—, ai tempi in cui Seki-san era il presidente, egli chiese a Goi-sensei: «Per favore, insegnatemi l'essenza della purificazione».

Ciò che Goi-sensei disse allora fu una risposta semplice: «Pensa che la luce stia uscendo dai palmi delle tue mani. Se pensi che la luce esca, la luce esce; se pensi che non esca, non esce».

Alcuni di voi potrebbero sentirlo davvero di persona, e alcuni potrebbero dire «Non lo sento ancora», ma i palmi delle persone che fanno la Preghiera per la Pace Mondiale sono straordinari. Ne esce una luce tremenda.

In realtà, l'energia esce anche dai palmi delle persone che non fanno la Preghiera per la Pace

Mondiale, ma l'energia che esce dai palmi di coloro che fanno la Preghiera per la Pace Mondiale è energia vitale a cui si aggiunge l'energia della Grande Luce della Salvezza, quindi è una luce potente che può alleviare il dolore e così via.

Ad esempio, adesso sto tendendo la mano verso lo schermo così, e ne esce un'energia tremenda. Nel mio caso, sono sempre in uno stato in cui sento che la luce esce dai miei palmi 24 ore su 24.

Parlare troppo del mondo invisibile in questo modo potrebbe portare alcune persone a fraintendere, quindi ho teso a evitarlo, ma oggi mi è stato detto di farlo, quindi proverò. Tuttavia, per favore, non fatelo in nessun luogo diverso da un contesto come questo.

Per favore, fatelo solo qui. In questo momento mi stanno arrivando parole piuttosto severe a questo proposito, quindi per favore tenetelo a mente. Se provate a farlo da soli senza nessuno intorno, verrete trascinati via dalle creature del mondo astrale. Quindi, per favore, fatelo solo qui, adesso.

Per favore, guardate fissamente i palmi delle vostre mani. Così (mettendo i palmi all'incirca all'altezza del petto), per favore guardate i vostri palmi. Che cosa significa guardare i propri palmi? State aggiungendo ai vostri palmi la luce che esce dai vostri bulbi oculari, amplificando la luce dei vostri palmi.

A questo punto, alcuni di voi potrebbero già sentire un formicolio nei palmi. Dopo averli guardati, ora per favore metteteli uno di fronte all'altro così.

A circa 15 o 20 centimetri di distanza, più o meno la larghezza del vostro viso. A questo punto, alcuni di voi potrebbero sentire un'energia come una forza magnetica, che si attrae o si tira a vicenda, e alcuni potrebbero non sentirla ancora. Poi, così, avvicinateli molto, oppure allontanateli di più di 30 centimetri. Allora penso che sentirete l'energia simile a quella magnetica di cui ho appena parlato.

Non avete bisogno di vedere alcun colore. Non avete bisogno di vedere niente. Sentite semplicemente l'energia. Potrebbe anche essere bene muoverli su e giù così.

Combinando così movimenti orizzontali e verticali, liberamente, proprio come sentite, se riuscite a percepire «l'energia sta uscendo», per oggi va bene.

Mi sono accorto dell'energia nei miei palmi quando ero in seconda media. A quel tempo —e forse ancora adesso— c'era un manga chiamato «Dragon Ball», e tra gli amici andava di moda gridare «Kamehameha!» e sparare energia.

La prima cosa che facevamo era incurvare i palmi come una palla, così, e creare dentro una palla di energia «ki». Poi giocavamo a sparare quella palla di ki come una Kamehameha.

In verità, tutti hanno questo tipo di potere, e le persone con cattive intenzioni potrebbero cercare di usarlo per distruggere, ma non penso che ci sia qualcuno del genere tra i nostri compagni, quindi penso che possiate usarlo in modi che aiutino il mondo e gli altri.

Anche se non è per qualcun altro, penso che vada bene usare questo potere per il vostro corpo. Ad esempio, se vi fa male la spalla, mettete la mano sulla spalla così.

C'è anche il massaggio, ma se massaggiate troppo forte, potreste avere quello che si chiama «momikaeshi» —indolenzimento dopo il massaggio— e potrebbe fare ancora più male. Quindi non c'è bisogno di applicare tanta forza. Ad esempio, se avete mal di testa, mettete la mano sulla testa così.

In Byakko, penso che ci fosse una regola come «Durante la purificazione, non toccate il corpo dell'altra persona senza una buona ragione», ma per favore considerate ciò che ho appena descritto come qualcosa di separato dalla purificazione di Byakko.

Per favore, consideratelo come un modo di usare l'energia per la felicità e il benessere vostro e della vostra famiglia. Per favore, distinguetelo chiaramente dalla purificazione.

In verità, così, anche senza la forma della purificazione, tutti hanno il potere di guarire. Solo alzando le mani così, chiunque può fare la guarigione a distanza. Non importa quanto lontano — anche a qualcuno dall'altra parte della Terra—, questa energia lo raggiunge.

Poiché questa energia non è energia del mondo materiale ma energia di un mondo più profondo, il tempo e lo spazio di questo mondo non contano.

Per diventare capaci di usare liberamente tale energia, assottigliate l'idea di essere il corpo fisico. Restituite quelle vecchie abitudini di pensiero ai vostri Spiriti Guardiani e fatene una forma che svanisce. Poco a poco va bene. Non c'è bisogno di cercare di farlo tutto in una volta.

Gradualmente, per quanto potete, guidate voi stessi verso la consapevolezza che «ciò che pensavo fosse me stesso non era il mio vero sé». Il corpo fisico non eravate voi. La luce della vita eravate voi.

Se si va ancora più in profondità nel mondo della vita, diventiamo lo spazio cosmico stesso, perfino l'universo stesso.

Se ne è parlato brevemente al recente «Incontro di Pregghiera in Video»: quando Ueshiba-sensei, il fondatore dell'Aikido, e Goi-sensei si incontrarono per la prima volta, Ueshiba-sensei disse: «Goi-sensei, io sono l'universo», e senza un attimo di esitazione Goi-sensei rispose: «Ueshiba-sensei, anch'io sono l'universo». Takahashi Hideo-san e Saito Hideo-san ne furono testimoni, ho sentito.

Un giorno verrà per tutti noi il momento di tornare alla consapevolezza che, in verità, eravamo l'universo. Prima di allora, attraversiamo le esperienze di vari angeli, spiriti divini e dèi.

Una volta, potremmo diventare un dio che governa il tempo atmosferico. Un'altra volta, un dio che governa gli animali. Un'altra volta, un dio che governa la terra. Un'altra volta, un dio che governa un satellite come la Luna. Un'altra volta, un dio che governa un pianeta come la Terra — chiamiamo un tale dio il Re dello Spirito della Terra—: potremmo diventare quello.

Un'altra volta, potremmo diventare il dio del Sole, la stella al centro del sistema solare. Potremmo spostarci in una galassia ancora più grande e ripetere cose simili. Mentre sperimentiamo i ruoli di vari dèi, torniamo al centro dell'universo.

Goi-sensei —o meglio, la Grande Divinità Goi— è uno spirito divino supremamente elevato, ben al di là della nostra immaginazione. Goi-sensei disse una volta: «Il nostro universo non è solo il

sistema solare», ma per lo meno egli è un grande spirito divino cosmico che sovrintende all'intera galassia della Via Lattea.

Non sappiamo nemmeno quanto sia vasta la galassia della Via Lattea. L'intero universo è ancora più vasto. Dal punto di vista fenomenico, non sappiamo quanto tempo ci vorrebbe per raggiungere la stella al centro di questo grande universo, ma nel nostro cuore possiamo andarci in un istante.

Questo perché siamo «discendenti del Dio Universale», e viviamo con una sola goccia della vita del Dio Universale che ci è stata donata.

Ora sulla Terra le persone stanno costruendo cose come le astronavi e cercano di andare —non al centro dell'universo, ma su Venere o su Giove. Ma, ad esempio, come ci ha gentilmente detto la moglie del capitano dell'astronave venusiana: «Il cielo e la terra di Venere non sono un mondo lontano al di là del cielo. Sono il cielo e la terra che si estendono dentro i vostri cuori». Questo e ciò di cui ho appena parlato —essere collegati alle profondità del cuore e diventare uno con il centro dell'universo— sono esattamente della stessa natura.

Per sentirlo davvero, il pensiero di essere il corpo fisico ci trattiene davvero e diventa un collo di bottiglia. Quindi ogni giorno, ogni ora, ogni minuto, ogni secondo, pensiamo costantemente a come restituire ai nostri Spiriti Guardiani il pensiero di essere il corpo fisico, e lo mettiamo in pratica.

Penso che qualsiasi metodo vada bene. Ogni persona riceverà ispirazione dai propri Spiriti Guardiani, quindi mettetela semplicemente in pratica, con sincerità e costanza. Anche se fallite, non c'è bisogno di scoraggiarsi.

Se fallite, pensate semplicemente al nuovo metodo successivo. Il fallimento non è un fallimento. È solo una parte della strada verso il successo.

Abbiamo esperienze che sembrano fallimenti perché sono necessarie; non abbiamo esperienze che non siano necessarie. Quindi, per favore, non mettete l'etichetta di «fallimento» sulle cose che fate.

Pensatela come volete —«Questo è un processo verso l'armonia perfetta e la completezza», oppure «Questa è la strada verso la grande armonia»—, ma incoraggiate voi stessi, fatevi il tifo, rafforzatevi e dimostrate con il vostro stesso corpo che «Capisco: un essere umano è un essere con il potere di fare qualsiasi cosa, se ci mettiamo d'impegno».

In seguito, questo sarà d'aiuto a tutta l'umanità. Anche senza pubblicizzare «Sto facendo questo, sono capace di fare questo», tutta l'umanità guarderà le nostre spalle e ci seguirà. È davvero arrivato il tempo in cui tutti diventano consapevoli di essere un salvatore.

Si dice da molto tempo. Il discorso secondo cui «ognuno di voi dovrebbe vivere consapevole di essere un salvatore» viene fatto fin dagli anni '50 e '60, ma finora il tempo non era arrivato, e forse ognuno di noi non riusciva davvero a pensare «Anch'io sono uno dei salvatori». D'ora in poi, però, penso che possiamo vivere con orgoglio, pensando di essere membri dell'esercito dei salvatori. Abbiamo costruito tanto, anche nelle nostre vite passate.

Alcuni di voi potrebbero pensare: «Se ho costruito tanto, perché lo sento così debole?». Ma

questa è semplicemente l'apparenza del fraintendere, a livello superficiale, «chi sono io».

Le profondità della vita sanno che siamo esseri divini, onniscienti e onnipotenti. In realtà tutti lo sanno.

Dal mondo astrale in poi —«in poi» visto dalle profondità—, solo la coscienza del mondo astrale e del mondo fisico è in errore. Una volta che si entra più in profondità del mondo spirituale, il fatto di essere un essere divino è semplicemente ovvio.

Quindi le abitudini di pensiero attaccate ai nostri cuori —io le chiamo convinzioni attaccate in profondità nel cuore—, viste da un'altra angolazione, sono come spesse nuvole di pioggia che coprono il cielo del cuore dove si trova il nostro corpo astrale. Lì bloccano la luce del sole della vita, il Sole di Luce Spirituale, che proviene dalla sorgente dell'universo.

È facile da capire se immaginate le pesanti e scure nuvole di pioggia di un giorno in cui dite «Piove e il cielo è scuro». In giorni così, la luce del sole non si riversa luminosa.

Quando uno stato simile esiste nei nostri cuori, siamo nel mondo dell'illusione, tormentati dalla sofferenza e dalle preoccupazioni.

Quindi ciò che Byakko chiama purificazione è l'atto di diradare quelle nuvole e lasciare che il sole della vita, il Sole di Luce Spirituale, splenda direttamente nel corpo astrale e nel corpo fisico.

Ma anche se qualcuno ci purifica e per un po' ci sentiamo più leggeri nel cuore o più morbidi nel corpo, molte persone ripetono di nuovo la stessa cosa. Alla fine, questo dimostra che «l'unico che può davvero salvarmi sono io stesso».

Quando le cose sono difficili, penso che sia bene affidarsi a qualcuno per alleggerire il nostro peso. Ma allo stesso tempo, eleviamo noi stessi. Continuiamo anche a impegnarci per fare della divinità la nostra «normalità».

Aggiornare, migliorare ed evolvere noi stessi da «È normale che io non ci riesca» a «Poiché sono divino, è normale che io ci riesca»: vivere la nostra vita lavorando su questo (mettendolo in pratica) giorno per giorno, momento per momento, sarà molto importante.

Infine, vorrei fare il Touitsu della Preghiera per la Pace Mondiale e concludere. Questa volta userò la versione di 8 minuti e 44 secondi. Ora condividerò lo schermo. Iniziamo.

< Preghiera per la Pace Mondiale >

Grazie mille. Vorrei concludere ora la sessione di studio di oggi, ma per favore non fate mai da soli cose come emettere energia con le mani in questo modo.

Se siete completamente nell'Unità con il Sé Divino e pensate che non verrete mai trascinati via dalle creature del mondo astrale, potete farlo sotto la vostra responsabilità, ma noi ci lasciamo facilmente trascinare da pensieri di semplice curiosità.

Ci sono volte in cui nasce da un sincero desiderio di usare questo potere per la pace nel mondo, per il mondo e per gli altri, e volte in cui sorge come semplice curiosità, e quando si è soli è difficile distinguere i movimenti dei propri pensieri. Quindi è meglio non fare questo genere di

cose a meno che non ci sia con voi qualcuno capace di discernere.

Forse in futuro potremo passare ad applicazioni più avanzate, ma per quanto riguarda oggi, spero che questa diventi un'occasione per credere che tutti hanno il potere di guarigione, il potere di guarire se stessi e gli altri.

In quest'epoca non c'è bisogno di persone speciali. I pensieri discriminatori —che qualcuno sia speciale e noi no— sono pensieri che ostacolano la pace nel mondo. Quindi, per favore, non venerate nessuno. Per favore, credete nella vostra divinità prima di ogni altra cosa.

Venerare qualcuno significa consegnare la propria autorità. E non solo: tutti noi stiamo consegnando la nostra autorità ai ricordi. Stiamo consegnando la nostra autorità ai pensieri abituali. Sento che ci sono parecchie persone prese nel dilemma di non riuscire a cambiare a causa di questo.

Stabilite l'asse della vostra divinità. Collegatevi alla sorgente della vita. Ciò che cercate non è al di fuori di questi cinque sensi. È soltanto nelle profondità della vostra vita.

Quindi va bene leggere libri scritti da altri e ascoltare i discorsi degli altri, ma penso che sia bene vivere consapevoli che ciò che dovremmo cercare è la sorgente della nostra vita —il vero cuore, la vera sostanza, il Naohi— e che al di là di essa c'è il Dio Universale. Non vedo l'ora di continuare con voi. Ora accenderò i microfoni di tutti. Grazie mille.

< Ora del Saluto >

Con questo, la sessione di studio di oggi giunge al termine. Grazie mille a tutti per la vostra partecipazione.

Fine