

2013年2月22日

一子

## ハートのアセンション日記



## 「ハートが開くのを実感する」

今まで、感動体験は何度もありましたが、  
24時間ずっとハートが開いている感じがしたことは  
ありませんでした。

今は、どんな時でも、ハートが開いている感じを  
保つようにして、ハートから愛を贈っています。

ハートが開いているのを感じてから、  
自分以外の人に対して、  
穏やかに、接することができるように変化してきました。

それは誠実であり、裏表が無い状態。  
ありのままの自分といえるかもしれません。

相手を十分に受け入れて、感じて、理解する。

「愛」を感じると、相手の本来の姿、  
「愛の存在」が観えてくるようです。

相手に深く共鳴し、相手と自分の長所を観るようにして、

お互いが喜びで成長するように意識する。

そうすると、自然にニコニコと笑顔になりました。

それは、「皆といっしょに美しい地球を護っていく」、

そう、しっかりと心に刻んだからでした。

それから、大きな変化を感じられたのは、

すぐに行動に移すということでした。

何かを感じたら、考える前にすぐに行動する。

純粹な愛そのものでいるように。

「でも・・・、しかし・・・、」というような

わがままな自分の言葉が浮かぶ前に行動する。

小さなことから始めました。

ハートの声とインスピレーションに従って動いてみる。

そうしたら、不思議にも、

いろんなものがつながっているように感じられてきました。

「喜び」でつながっているので、  
自然に嬉しくなり、身体も楽になりました。

「ハートを開く」ってこのことだったんだ。

そう感じられました。

わがままな自分は影をひそめています。

周りの世界が愛で満ちている感じがます。

理屈は、後からついてきました。

「ハート」が先に動いて、身体や頭は後から。

そんなイメージです。

身体は、私が選んだことを忠実に表現してくれている、

仲間という感覚がしています。

ですから、気分が良い状態というのは、

身体にも愛が広がっていることの現れなのだと思います。

開くというのは、門の中に鳥居という字があります。

鳥居の奥には御神体が住む神社の本殿がありますが、

それと同じように、ハートは私たちの魂、

ハイアーセルフに直結するための、門なのだと思います。

ですから、「ハートを開く」ということは、

魂、ハイアーセルフに直結するための

「入門」なのだなと思いました。

間という文字は、門に日。

行間、空間など、「間」からエネルギーを感じる。

愛のエネルギーを感じる。

日本語って不思議ですね。

「ハートは、一度開いたら二度と閉じることはない」

これなのだなと「実感」しました。

## 「ハートが開く」ことを実感するまで

昨年11月、体調を崩し始め、しばらく休職しました。

「無理」という言葉は、理が無いと書きます。

宇宙の理を理解していない。

アカデミーでの学びも、真に体験していないから、

「わからない」「体感できない」状態でした。

そんな時、呼吸が浅いことに気付き、深呼吸してみました。

身体の芯までクリスタルのように透明にイメージすること。

深呼吸して、ハートが開いていることをイメージする。

愛を呼吸し、蓄積した愛と光を贈りだす。

そのようにイメージして、深呼吸を続ける毎日でした。

「ハートが開いていないと絶対にアセンションできない」

このフレーズが何度も私の中で繰り返されていました。

1 2月後半には「集合意識」という言葉が  
浮かんでいました。

「地球に、世界中に、集合意識に愛を贈る」

そうイメージして、愛を贈りました。

なぜか、必死でした。

しかし、そのような状態であろうとも、

私は「愛と光そのものだ」と感じました。

それ以外にはなることが出来ないのだろうなと思いました。

人が生きて、存在している。

そのことに大きな意味を感じました。

「どんな人でも、本質は愛であり、光であり、

すべて神の子だ」

そう思えて、涙が出ました。

そして、こんなことで挫けてしまう程度の

「意志」だったのだと思いました。

A i 先生のアセンション日記を読み、  
「地球を救うために、全存在を捧げます」と  
仰ったA i 先生の心に強く打たれたのは、  
私も、そのようになるのだと宣言したからでした。

死んで生きる。

死ぬ覚悟があれば、真に生きることができる。  
それだけの覚悟がなければできないと思いました。

エネルギーセンターのことを探究していて、  
第3のエネルギーは感情を司り、  
常にハートセンターを意識することによって、  
「歓喜」のエネルギーを感じられるのだと知りました。

すべては中立である。

ただ、自分がそれにどんな意味を持たせているのか。  
それだけなのだと思います。

外も内も私を映し出す鏡のようなものだと感じているので、  
全てを受け入れ、愛と光で包み、  
照らしていきたいと思います。

現在は「不動・不屈の愛の意志」を探究しています。  
地球をまるごと支えるつもりで底力をつける。

私が理解できれば、  
私がアセンション出来れば、誰でもできるだろう。  
そんな見本なのかもしれません。

