

ハートのアセンション日記

No1

愛 奏

2013/2/25

学び始めて間もない私ではありますが、今の段階でやってみて変化があった事など、できるかぎりお伝えしたいと思います。

まず、「アセンション」の前に何故「ハートの」がついているの？
と思う方もいらっしゃるかもしれませんね。ハートとアセンション、いったい
どんな関係があるのでしょうか？

私も、アセンションには10年ほど前から興味がありましたが、それは何時の日か、突然地球がアセンションを迎え、人類がそれに対応しなければならないという事なのかな？と、本等を読みあさっていた訳です。

そして昨年、NMCAAの本等と出会い、衝撃を受けました！

アセンションとは、私達人類が起こさなければ、先にアセンションしなければ、起きない事、その時間はあまり残されておらず、地球はもう限界を超えギリギリで耐え、私達が変わるのを待っていている事、人類の集合意識が「愛」に変わればアセンション出来る！という事を知りました。そして私達日本に住む者には、リーダーシップを担う大きな役目がある、更に言うなら、私達日本人の殆どは、今回日本にそれをやる！と自ら誓って生まれて来ているのだという事を知り、涙が止まらず、まだ何も分からないけど私もやらなくては！と入門、学び始めたのです。

それはやっぱり、愛する人達と、この大切な地球を護りたい！と思ったから。

一人では無理に思えても、もうここには既に集まり動き始めた先輩がいて、希望

の光は生まれている。あとは一人一人が本気で変わっていけば、人類の、No2
地球の、アセンションは必ず出来る！と確信を持ちました。

今迄も何となく好きだった、「ハート♥」という言葉。アカデミーでは初めから、
頻繁に出てきた言葉です。それは私達の胸のあたりに実際に在り、唯一アセン
ションへの大切な、最初の門なのだと初めて知りました。

ハート♥、皆さんはどんなイメージがあるでしょうか？

例えば色でいうと、あなたのハートはどんな色？

そもそも、ハートって何でしょう？ ^^

私のイメージは… 普段私達が「心」と呼ぶものの中、中心→ ハート

色は、ピンクや赤、という感じかな。 ^^

人それぞれ違って良いと思います。

ハートは私達の体（チャクラ）の中心、なのだそうです。中心→心の中→真ん中
と私は捉えています。そのハートの更に奥に、「本当の自分」の鍵があるようです。

皆さんも、「私」と自分を指す時、自然と胸のあたりに手をやりませんか？

みんな本当は知っている、のかもしれないね。 ^^

そのハートが、「アセンションへの唯一最初の門」だとすると、閉じていたの
では、肝心な最初の門をくぐれませんよね。確かに、一般にもよく心を開いて…
などと言います。

となると、まず一歩として、そのハートをいつも開けておかななくては！

と思った私。

でも…どうやって？

目に見えて、触れられる物なら手でヨイショっと開ければ簡単ですが、
何しろ心の中にあるわけですから、目も手も届きません。

でも、目指すアセンションとは次元上昇する事、つまり今の3D（3次元）の世界から、それより高い次元にシフトする！ですから、見えないから出来ないなんて言っても始まらないわけです…。^^；

そこで、私が楽しく開発し、今のところ上手くいってると感じる

「24時間ハートOPEN方法！！」を、ご紹介してみようと思います。

自己流ですが、もし皆さんにも使えそうでしたら、試してみてください。

では、どうぞ一緒に、リアルにイメージを描いてやってみてください。*^^*

遊ぶ感覚で♪

- ① 自分の胸のハート（けっこうBig）には、素敵な両開きの窓がついています。
（私の場合は、大好きなヨーロッパ調の白い木で出来た、外側に開くタイプです^^）
- ② その窓を、思いっきり外へ全開に開けて、扉の左右両端を、カチャッと深い引っ掛け鍵で、固定。

ハイっ、もうどんなに風が強くても、窓はバタバタしないので安心です！

オマケ♥) 私はハートを高層建物の最上にある部屋のように見立てて、強力扇風機で中からいつも温かい風（愛）が「外」に向かって吹いている設定。
部屋の美味しそうな良い香りや、心地良い音楽なども風に乗って流れ

ていきます。外に向かって風が吹くので、雨も降り込まず、冷たい風も吹きこみません。ずっと開けっ放しで大丈夫！景色も最高です！^^
(皆さん自由に設定してみてくださいね)

↑

これをやって一ヶ月以上になると思いますが、不思議と色んな変化が起きております。日常の全てを、何だか楽しく観ている自分がいます。誰かのイライラにも影響される事が殆ど無くなり、不思議と物事が冷静にみれて、ポジティブに受け止められます。気持ちが深刻になる事がないのです。

何と言っても、気持ちが良い！自分がそうしていると、何時の間にか周りで怒っている人や、イライラした人を見かけなくなっています。

自分も人も、ニッコリが増えているようです。*^^*

プラス、全てにとっても愛しさを感じるように！！

自分でも一番驚くのは、超苦手だった爬虫類や虫にまで、最近では話しかけている私がいるのです！！とても守りた〜い感じなのです。以前の私では考えられませーん！本当にビ・ッ・ク・リ〜！！

一度やると、それだけでもかなり効果を感じましたが、イメージを自分で固定してきたいので、毎日度々思い出してはやっています。ほぼ一瞬でできるような短いものですし。^^ 誰かといる時など、また開いたままの窓を想像しながらいると、その人の素敵なところに沢山気がつきます。具体的には、自分のハートから、相手のハートへ愛をこめて言葉を流すような感覚で話していると、初め暗い様子だった人まで、だんだん明るくなっていくのを感じます。

表情も柔らかくなっていき、笑い声まで発生したり。そして最後は No5

その人の口から前向きな言葉も出てきたりで、ホントにこれもビックリ！

です。お陰でこちらも更に嬉しくなり、とっても幸せを感じます。*^^*

更に更に、同じような感覚の方との出会いが急増しています！気が付いたら
素敵だな~と思える人達に囲まれている事に、大げさでなく感動する日々なの
です。

(あ~、愛がお互いに合わさっている感じ~) と、今では自然に思えるよう
になりました。そう、「愛」って、何も特別なものではないのですね。もともと誰
の中にもあるから、こういう事が起きるのではないのでしょうか。

ハートを開くと、自分の中にある愛に沢山気づくようになり、人の中の愛に
も気づくようになるみたいです。お互い愛を出し合う人が増えていくと、連鎖
反応が起きて、皆が常に幸せを感じ始める。ハートを開く！という事は、やっ
ぱりアセンションの第一歩になりますね！*^^*

先に自分のハートから、愛を皆に贈る事を意識して繰り返すと、自分が変わり、
本当に周りにも変化が起きてくる… という事は、やっぱり皆繋がってる、私達
は、バラバラに見えて、バラバラではないんだ！と、体験を通して実感します。

皆さんも是非、楽しんで自分のハートを開いて生活してみてください~い！！^^