



ハート(愛)のアセンション日記 2

3月11日

今日はまず日本に愛を贈ろうと思いました。特に東北の人達を思い浮かべながら愛を贈りました。

次に、集合意識へ愛をしっかり贈るにはどうしたらいいかと考えました。

以前は、地球を自らのハートの中にあるイメージをしながらその地球を光で包むようにしていました。

しかしそれだと集合意識というより「地球」になってしまうように感じましたのでインターネットで世界地図と国名を見ながら愛を贈ってみることにしました。

さらにその世界地図をハートの中に入れて光で包むイメージもしました。

「すべての人は愛であり、光です。」

何度もハートの中で繰り返しそう祈っていると自分のハートが少し温まった感じがしました。

何か世界情勢が具体的に変わった！と気づいた訳ではありませんが、集合意識へ愛を贈るワークをしっかりと続けていこうと思いました。