

## ハートの日記    ~愛星~



みなさん、ハートってどこにありますか？

ちょうど体の中心にありますよね！

嬉しかった時、ドキドキした時、ちょっぴり悲しかった時、

ハートが温かくなったりキュッとしたり

私たちのセンサーみたいですね！

そう

すべての中心であるハート、無限のハートを

とにかく意識することにしました！

ハートに意識しはじめると

様々なお試し(学び)やってきました

ハートは体とも繋がっていて

ハートから何かを伝えたり

ハートを中心に行動しなかった時は  
体調が悪くなることもありました！  
それはきっとハートが体の中心だからですね！  
ハートの大切さは  
意識するごとに強く感じ  
その凄さにも驚かされるばかりです。  
けれど、その体験を通して思いました。  
きっとみんながハートから愛を伝えていけば  
みんなの愛がつながって  
少しずつ愛の人にふえて  
やがてそれが  
大きな愛になって  
すべてが幸せになる  
そんな日がくる  
私もあなたも  
気づいている人もそうでない人も  
みんな愛の人  
大切なハートから

愛を伝えていきましょう

私から

あなたから

ハートから

愛を選び

愛を伝え

愛に生きましょう

きっとそれが

揺るがないものになれば

本当の中心となって

すべてが

幸せになっていく

そう思います