



M e r r y C h r i s t m a s

NMCAA Ascension Library

—ACJ 2021 Ascension Project—

X'mas Message Theme

究極の愛

(地球と人類への)

クリスマス・プレゼント

～アセンション・ライトワーク&コラボ～

Vol.1



日の本のアセンション・ライトワーカーの皆さま！！@ ^ ^ @

12月に入って、冬の到来とともに一年の終わりを感ずる季節感が出てきました。

街を彩るイルミネーション、クリスマスソングが流れて

どこか懐かしく、ホッとする感ずるのは、

あ〜っ、今年もクリスマスがやってくる！！という嬉しさからでしょうか！？

祝える、集えるよろこびと幸せ

家族や身近な仲間、愛する人とのクリスマスがやってきました！！！！！！！！

これまでと違ふのは、それができる感謝と幸せを

コロナ禍の中でひとりひとりが感ずているということかもしれません。

今年のクリスマスは、日の本のアセンションライトワーカーのみなさまにとって

地球と人類にとって、どのような意味を持つでしょうか！？

クリスマスは、キリストの生誕の祝う日です。

約2000年前、キリストによって<無条件の愛>がこの地上に降ろされたと言われ、

キリストというエネルギーは<希望の愛と光>そのもので、

暗闇を照らす希望の光でもあり、何があっても諦めない不屈の力、上昇パワーでもありま

ひとりひとりのアセンション・ライトワーカーが

愛と光とワクワク全開MAXで実践してください@^^@//////////

皆さんの究極の愛のクリスマス・メッセージ！！！！

ワクワク&ウルウルMAXのアセンション・ライトワーク&コラボを

楽しみにしています！！

LOVE&LIGHT ACJ事務局



[5] 朱風 2021年12月08日 16:35

みなさま、こんにちは！！

朱風です。

愛のクリスマスメッセージをお贈りさせていただきます。

～☆～☆～☆～☆～☆～☆～☆～☆～☆～☆～

大事なあなたへ

あなたのあたたかな心<ハート>にある「愛と光と希望」そのもの(エネルギー)が私たちで

す。

あなたが「愛と光と希望」を選択し、行動する時！！

あなたの心と私たちの心がひとつになる時！！

愛と光の道が開かれていきます・・・！！！！！！

大事なあなたへ

私たちは「あなたの心」を「あなたそのもの」を

信頼しています。

この地球で出会える喜びを、奇跡を！！！！！！

共にわかちあいましょう・・・！！！！！！

J o y t o T h e W o r l d ! ! ! ! ! ! ! ! ! !

b y ハートのハイアーセルフ連合

LOVE∞朱鳳

[6] 初日 2021年12月16日 00:11

みなさま、こんにちは!(^^)!

初日です。

いよいよクリスマスですね！

今年一年、いろいろありましたが、常に心の中心に中心をおき

一步一步進んで来た感じがします。

それは、「自分の事で手一杯」から、目の前の人、家族、地域

さらにはこの国、世界、地球に少しでもプラスになる事ができるか？

の道だったと思います。

大層な事が出来た訳ではありません。

でも心の中心から出る自分と自分以外の存在を大事にする。という想いは

必ず響いていたと思います。

それを愛というなら、人は誰でも愛を響かせる事ができるはず。

愛を贈れる人になる！

それがアセンション・ライトワーカーの一步！

ぜひ皆様も！共に！

愛を受け取る以上に、愛を贈れる存在になっていきましょう！！！！

Love 初日

[7] 愛子 (あいこ) 2021年12月19日 17:11

みなさま、こんにちは！

愛子といたします。

あと少しでクリスマスですね！ ^^♪

あの人へ、この人へ、
みなさん、いろんな人を思い浮かべ、想って、
プレゼントを選ばれている事と思います^^♪

今年一年振り変えると、変化の一年でした。
驚きの変化でした（笑）
でも、この変化があったからこそ、
「本当に大事なこと」に心から気付くことができました！
クリスマスプレゼントをフライングで貰った感じです（笑）

心の中心で感じる大事なこと。
相手を想い、自分以外の誰かのために動くこと＝愛。
そのためなら、何でもできる！何でもする！
家族、友達、職場、住んでるところから、地球全体へ！
そんな気持ちで、目の前の相手へ愛を贈ると、
相手も自分もどんどん元気になるし、楽しくなる！
心も温かくなってきます。
愛って万国共通！（実は、宇宙共通^^）

ホワイトクリスマスも素敵♪
ですが、雪が降る寒さが吹き飛ばぶくらい、
相手も、周りも、自分も温かくなる真っ赤な真っ赤な愛になって、
愛を贈りあいましょ〜〜〜！♪

メリークリスマス！^^

[8] 宙美 (hiromi) 2021年12月19日 17:45

日の本のライトワーカーのみなさま*^^*

こんにちは！ 宙美です！

2021年も、Christmas が近づいてきましたね^^

今日、ハートで感じました Xmas メッセージを

愛を込めてみなさまに贈らせて頂きます!!!!

=====

<聖なる夜へ>

Christmas は、世界中の人々が 聖なる夜に「愛」を感じるのではないのでしょうか？

世界では、様々なマイナスと思える事象も起きていますが

それは、人々が「真の愛」に気づき、「真の愛」を思いだし、「真の愛」に成るための

「進化」「神化」という最大の贈り物なのかもしれません。

あなたの胸の中心で休むこと無く脈打つ、命の愛の鼓動を感じてみて下さい!!!!

生きる!!!!

目の前の人を愛する、愛し合う歓びを、

<<<心臓=Heart の中心>>>で感じ

その愛の鼓動、歓び、幸せを、あなたの中心から目の前の人へ

そして、地域、地球全体へと愛を最大 MAX に贈ってみてください。

愛は愛と響き合い、愛は愛を呼び、愛は大きく波打ち

あなたも地球も、宇宙をも愛で満たされることでしょう。

今から、始めてください。

聖なる夜に、美しい地球があなた方の真の愛で満たされるように

私たちは、その愛へと集い、あなた方と共に愛を最大 MAX に響かせ

愛を奏でます!!!!!!!!!!!!!!

愛と光&愛と意志のマスター

=====

メリー クリスマス * ^ O ^ *

のあい 宙美

[10] 虹絵 2021年12月19日 21:09

アセンションは<愛の進化>とも言われていますが
実感させていただくことも増えてきております!

虹絵です^^

もうすぐクリスマス^^
予定がある方も、ない方も
しあわせに過ごせるご提案をさせていただきます^^

大切な方、大好きな方、愛する方へ
その気持ちを伝えてください^^

言葉でも、文章でも、プレゼント(物)でも
なんでもいいと思います^^

純粋にドキドキと暖かい心臓(ハート)の中心から
その少しの?! ^^ たくさんの?! ^^
勇気、意思とともに丁寧に伝えてみてください

そうすると
相手の気持ち、意思の中心と

心臓（ハート）の中心と
マッチしたコラボが生まれると思います^^
笑顔が生まれると思います^^！！！！

そうでないときは
もっと純粹に丁寧
チャレンジしてみることを
経験上お勧めいたします^^！！！！

相手を全開MAXで想うだけなら
今すぐにでもできると思います^^！！！！！！

ほ～ら！しあわせでは、ありませんか^^？！

愛する地球さんに向けてでもいいかもしれません^^
その場合
地球の中心で愛を叫ぶという感じでしょうか^^

私もやってみたいと思います^^！！！！！！

愛すること、愛を伝えることは
生きているからできること^^！！！！

そしてとっても、ドキドキ！！！！ワクワク！！！！しますよね！！！！！！^^

この連続が自分と全体の
アセンションにつながっていることを
少しずつ感じ始めている
今日このごろです^^！！！！！！

メリークリスマス！！！！！！^^！！！！！！

∞Love
虹絵

[11] 初日 2021年12月19日 21:37

みなさま、こんにちは。初日です。
改めまして、メリークリスマス！！！！

私達は仲間と共に、地球を愛で包む！！！！
愛で一つの星にする！！！！
を、全開でやっています！

それは絵空事ではなく本当にできるからです！
一人ひとりのハート、胸の中心から、愛を全開で
出すことで！！！！！！

一人ひとりが出すエネルギーは、目には見えなくても大きく
地上に影響をあたえると言われていています。

だとしたら！一人ひとりの想い、気持ちがより
地球の環境を変えていく！！！！
今の日常、世界、地球そのものをより良いものに
する為に！
皆さんと一緒に全開で愛を贈りたいと
思います！！！！！！

[12] みつえ 2021年12月19日 21:46

日の本のライトワーカーの皆さま
メリークリスマス！！！！！！

私から皆さまへ贈りたいメッセージは
<<<超える！！！！>>>
です！^^

聖らかな愛で満たされるクリスマス、
どうか世界中のみんながしあわせでありますように！
世界中が愛で満されていますように！！！！
愛する人が笑顔で輝いていますように！！！！！！

その、心からの、世界中の人々、

ライトワーカーの願いはかなうはず！

なぜなら、愛には限界がないから。
すべてを <<超える>> のが、愛。
そして、すべてを <<超えた>> ところにしかないのが、
本当の愛、かもしれません。

たとえどんな状況にあっても、
すべてを貫き超えるほどの、その愛は、
誰かを支え、慈しみ、育くみ、気付きをもたらすでしょう。
そして、さらに強く、大きくしていくことで
世界すべてを変容させ進化成長させるかもしれません！！

今この瞬間も、愛は、意識は、想いは
無意識に発しているエネルギーさえ
世界中、宇宙中に届き、響いています！

ともに、愛とよろこびに満ちたクリスマスを！！

愛を込めて
みつえ

[13] 彩子 2021年12月19日 21:51

◎2021年!!!愛のX'masメッセージ!!!

こんにちは！彩子です！^^

突然ですが、
自分の胸に手を当ててみてください！！
何を感じますか？
自分の体温の熱と、心臓の鼓動を感じませんか？
トクントクン、ドキドキドキ、バクバクバク、ドクンドクン、◎△□、etc...
(心臓のない人はいないと思うので、何かしら
感じられるのではないかと思います)

<自分の心臓を活性化する！>

では、今度は、その自分の心臓を、
活性化してみてください！！

どうやって？と思われるかもしれませんが、

自分が感じるまま自由にやってみてください！

例えば、心臓をあたためてみる、心臓の血流を活性化してみる、鼓動をより深く感じてみる、
など。

いかがでしたか？

自分の心臓を活性化すると、どんな風に変わりましたか？何か変化はありましたか？

(あなたの感じるままに、ここで感想をお聞かせください！！)

心臓付近があたたかくなった、呼吸が深くなって落ち着いた、心臓の鼓動がより一層感じられるようになった、体の中心や手足が熱くなった、など、変化を感じられた方も、何も変化を感じられなかった方も、いらっしゃるかもしれません。

意識すると微細でも何かの変化を感じると思います。

自分の心臓が活性化する方法を色々と試しながら、自分の心臓を活性化するとどうなるか、ぜひ体験してみてください！

<みんなの心臓を活性化する！>

それでは、自分の心臓が十分に活性化してきたら、今度は、みんなの心臓を活性化してみてください！みんなって、誰？って思うかもしれませんね。あなたが思うみんなでいいですよ！

今度はその、みんなの心臓を活性化してみましよう！

自分の身の回りの身近な人たち、愛する人たち、家族、友人、仲間、近所の人たち、目の前の人、会ったことがない遠くの人々かもしれません。

人間に限らず、全ての動植物や自然界や生命も、地球や惑星や太陽も銀河も宇宙も、という方もいらっしゃるかもしれません。

そして、みんなの心臓を活性化する方法は、自分の心臓を活性化した時とは、やり方が同じかもしれませんし、違うかもしれません。決まった方法はありません。自分が思うまま、感じるまま、自由にやってみてください！

いかがでしたか！？

みんなの心臓を活性化してみると、どんな感じがしましたか？

(あなたの感じるままに、ここで感想をお聞かせください!!!)

ここまで、
自分の心臓を活性化し、
みんなの心臓を活性化してきた皆さん!!!
ここまでで、自分とみんなの心臓が、
とても活性化してきましたね!!!!!!
それでは、ここからは最後のワークになります!

<自分が1000%の最大の愛になり、
1000%の愛を贈る!>

◎自分が1000パーセントの愛になって、
自分の心臓から、みんなの心臓へ!!!!!!
1000%の最大MAXの愛を贈る!!!!!!

このエネルギーが!!!!!!
今年の!!!!!!!!!!!!!!
X'masの!!!!!!!!!!!!!!
最大MAXの!!!!!!!!!!!!!!
あなたからの!!!!!!!!!!!!!!
みんなへ向けての!!!!!!!!!!!!!!
愛の贈り物となります!!!!!!!!!!!!!!

全開MAXで実践し!!!!!!!!!!!!!!
あなたの愛の最大MAXをこめて!!!!!!!!!!!!!!
1000%の愛を贈ってください!!!!!!!!!!!!!!

いかがでしたか!?
自分が1000パーセントの愛になり、
自分の心臓から、みんなの心臓へ、
1000%の最大MAXの愛を贈ると
どんな感じがしましたか?
(あなたの感じるままに、ここで感想をお聞かせください!!!)

そして、
私は、今!!!!!!

自分の心臓から！！！！
みんなの心臓へ！！！！
ポンプのように送り込んでいます！！！！

熱い熱！赤い血液！ヘモグロビン！
生命エネルギー！元気になるエネルギー！
愛のエネルギー！幸せのエネルギー！
明るいエネルギー！ポジティブなエネルギー！
希望のエネルギー！
力強く、絶対にあきらめない、負けないエネルギー！意志のエネルギー！
地上からすべてを莫大に上げるエネルギーを！！
今、地球上に生きる、みんなの心臓へ向けて！！！！
贈り続けます！！！！！！

最大MAXの愛をこめて！！！！！！！！
メリークリスマス！！！！！！！！！！

2021.12.19

彩子

(自分とみんなのハートと心臓&全ての愛の高次より)

[14] 春日 2021年12月19日 22:11

みなさま こんにちは！
春日です (*^^*)

クリスマスによせて、メッセージをお贈りいたします！

☆☆☆☆☆ メリークリスマス！！ ☆☆☆☆☆

今、あなたから世界に贈る、
一番のクリスマスプレゼントは何だと思えますか？

それはクリスマスツリーです！
地球にしっかりと立つ、愛のクリスマスツリー！！

地球を明るく照らすように！！
世界中の誰もが幸せにクリスマスを祝えるように！！

あなたと私とみんなで作るクリスマスツリー！
1つ1つの光は、あなたの私のみんなの愛です！！

今ここに生きている、ドクドクと脈打つあなたの心臓、ハートは、
あなたの愛が形をなしたものです。

私なんて、と自分が小さくて無力なものだと感じているかもしれません。

でも真実は、みなさん1人1人がこのうえなく素晴らしい、
生きている生命の鼓動！！

何よりも美しく、強い愛の存在なのです！！

宇宙のすべてを愛で1つに！！
光溢れる愛の地球に！！

皆で心を1つにすれば、必ず成し遂げていけるはずです！！

クリスマスに愛をこめて
L.C.サナンダ

[16] かな 2021年12月19日 22:59

みなさま、ごきげんよう！！

かなです。

2021年のクリスマスに愛のメッセージを贈ります。

愛するあなたへ

どんな状況でも決して希望を失うことなく、

どんな状況でも立ち上がり、

どんな状況でも信じ、信頼を失わず、

どんな状況でも前を向く！！！！

今、私たちは、再び「おおいなるすべて」へ、

根源へ、帰還するために

最後の愛の試練の中にいます

ですから、決してあきらめないでください

「おおいなるすべて」は、常にあなたとともにあります

あなたが微笑み、暖かさを感じる中にもともにあります

日常生活の、愛の道を選び生きることに、その道はあります

ふと、気が付けば、奇跡のような出来事がおこっているでしょう！！！！

どこか遠い、夢物語ではありません

あなたの、暖かい想い、信頼、絆が世界に変化をもたらし、

世界に愛を広げていくのです

どうか、何があっても、

愛の道を選ぶことをあきらめないでください

ひとりのハート「愛の灯り」が集まれば、

幾千万、幾千億の「愛の灯り」の道しるべとなって、

「おおいなるすべて」根源への道を創ります

愛するあなたと再び！！！！！！

栄光の中で、共に喜び合えることを願っています！！！！！！！！！！

聖なる夜に～

A Messenger of Love from "All That is"

[17] 優美 2021年12月20日 15:28

みなさま、こんにちは！^^！

優美です♪

地球中が愛に溢れたクリスマスと成るよう、メッセージをお贈りします*^^*

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

今、自分が心からの愛をこめた笑顔に向けることで誰かを笑顔にすることが出来るとしたら？

その笑顔が、愛が、自分を起点にどんどん広がるとしたら？

そうして地球中が愛の笑顔で満ち溢れるとしたら？

みんなきっとそこまで想像したことがないと思うけれど、
自分の心からの笑顔、愛の連鎖で、地球中を埋め尽くせるんですよね、絶対！
本当はみんながそうしたい、そう在りたいと思っているんですよね、絶対！

じゃあ、やればいい！

そうしたら、そうするだけで、
世の中は変わると言うんですよね。

それでは、
世の中は変わらないと思うんですよね。

Xmasに向けて、誰一人分け隔てなく地球中のすべてに、
笑顔の愛のプレゼントを贈ることが出来る！！！！！！

それ自体がワクワクですね！！！！！！

私は心からの笑顔、愛の、起点に成りたい！！！！！！

今、私のハートの中心から、ありったけの愛を込めた笑顔をあなたに贈ります！！！！！！

そこにあなたの愛の笑顔が合わさって、
どんどん大きく強く優しい愛のエネルギーとなっていって、
地球中のすべてに届きますように！！！！
地球のすべてを包みますように！！！！！！

地球中が愛に溢れたクリスマスと成りますように♡♡♡♡♡

MerryChristmas！！！！！！

[18] みなみ 2021年12月20日 21:31

最強で最愛の日ノ本のライトワーカーのみなさま
メリークリスマス！

みなみです。
私も皆さんへ、クリスマスのメッセージを贈らせていただきます^^

普段はクリスタルヨガインストラクターとして

みなさんのサポートをさせていただいています！

そこで感じるのが
胸回りをほぐすと自然と前向きになる、元気になる！
その人から愛があふれてくる！ということです。

からだの調子がいいと
とっても心が軽くなったり、
自分の周りがきれいに見えたり、

反対にからだが万全でないと、
気分も、周りの空気まで重たく感じた経験がないでしょうか？

少しの時間でもからだ、とくに胸（ハート）の周りをほぐすと
その効果は驚くほどです！

心臓（ハート）や肺は
背骨と肋骨に囲まれています
その骨はがちがちにつながって固定されているわけではなく、
呼吸や筋肉の動きによって
骨と骨の隙間がゆるんだり、縮んだりします。

特に私が感動したのは 肋骨の前側（胸側のつなぎ目）には
肋軟骨といって、
軟骨が胸の中央の骨とつながることで大きくではないですが、
普通の骨だけよりも弾力性があるということです！

よくアセンションでは

「ハートを開く！！！」

とありますが、
それが肉体的に実際に可能である！
ということが

地上でハートを開いてアセンションできる！！
ということを証明しているように感じました！！

自分の今の体の状態はどうでしょうか？
寒くて背中が丸くなり、
「ハートが閉じている」形
になっていないでしょうか？

心臓は大体、自分のこぶし大の大きさで
左胸というより胸の中心から左側へかけてという場所に位置しています。
約 200～300g ほどのその全部をつかって、
24 時間休まず、体に酸素や血液を運んでくれています。

ハートを開く、
胸を開いた正しい姿勢で

まずは自分の心臓（ハート）が動きやすい環境を自分で創る！
と
すべてへ愛をとどける！
アセンションにもつながっていく！！！！と感じます！！！！

地上でのアセンションを全開でできるからだづくりも是非！
今から一緒に進めていきましょう！

メリークリスマス！

みなみのあいをこめて

[19] RIE2021年12月21日 18:57

日ノ本のライトワーカーの皆様へ

こんにちは

メリークリスマス！！！！

りえです

愛のメッセージをお贈りします

こんな時代こそみんなで愛を出そう！！！！

愛し愛される世界にしていこう！！！！

自分から愛の人になって

周りを元気にしていこう！！！！

みんなに伝わる愛のエネルギー

世界がより良くなるには一人一人が

愛の選択をする！！！！

すると目の前の人も幸せになり

全ての人も幸せになっていくでしょう！！！！

[20] はるか 2021 年 12 月 22 日 09:02

日の本&地球のアセンション・ライトワーカーのみなさま、こんにちは！

はるかです^^

クリスマスに向けてメッセージを送らせて頂きます^^

メリークリスマス！！

今、とても大事な分岐点にあることを

感じている人は多いと思います^^

心臓が無い人はいないと言えますが

心臓の鼓動を感じてみてください^^

ドクンドクン

生きていますよね^^

心臓に目鼻口がある^^とおもったらどうでしょうか！？

自分という存在は生きている！そして愛に満ちている！などと感じてきませんか？

ハート＝心臓が活性化してくると、

自分という存在の中で一番身近で、一番大事なゲイト（扉）が開いてきます^^

そしてその時、私たち一人ひとりがかげがえのない愛の存在だと気づくでしょう！

どんな人も生まれながらに使命があり、自分にしかできない役割があります^^

道は愛にはじまり、愛におわる

まずは目の前の人から、自分の心臓=ハートから、自分の持てる全ての愛を贈ってみてください！

愛は共鳴により増えていきます^^

そうすると世界中の人たちにも届き、愛が増えていきます^^

共鳴は無限に増えていきます！！！！

その時に、

日の本&地球のアセンション・ライトワーカーとなり、その同士が

1つになり、そして地上とすべての無限の愛が1つになり、

無限の愛のビックバンとなるでしょう！！

メリークリスマス！！！！

はるか

[\[21\] ひろし 2021年12月22日 09:46](#)

日の本のライトワーカーのみなさん！

こんにちはひろしです^^

高次からのクリスマスメッセージを贈らせて頂きますね♪


~~~~~  
最愛のみなさん Merry Christmas !

クリスマスは世界中のみなさんが愛を贈り合う、素晴らしい日ですよね。

愛を贈った人、贈られた人、それぞれの愛が響き合い世界中に広がるこの日だけは  
地球が真っ赤なハート（愛）色になるのを私たちは観ています

普段は不安や恐れのエネルギーが蔓延しているようで

どちらかというところグレイぽい感じで、地球も私たちもとても悲しくなります。

私たちを含めあなたたち、そして全ての存在は

愛を進化拡大するために、すべてのアセンションの為に

今！ここに存在しています

例外はありません

それこそがこの宇宙そのものが存在する意味であり目的でもあります

思い出して下さい

あなた自身が「真実の愛に成る！」と決めて

制限のある肉体をまとい、様々な体験をしに地球に降り立った時のことを

私たちにはあなたの愛が、同志の愛が必要です

思い出したあなたから始めてみましょう

24H365 日の Merry Christmas を

一人ひとりの愛の響が、大きな一つの愛になります

この地球、宇宙をあなたの愛で、みなさんの愛で満たしましょう

「愛の意志」「意志の愛」を以てやり（行動し）続ければ

必ず全体のアセンションの道と成り

あなた自身も、愛を贈り続ける喜びとその幸せを真に知ることとなり

地球、宇宙みんなのしあわせも無限に拡大することでしょう。

チャンネルソース M モリヤ

**[22] Kei2021年12月22日 16:24**

メリーX'mas！！！！！！！！

みなさん、こんにちは！

Kei です ^^

X'mas メッセージをお贈りします ^^

愛はいつもここにあり一人一人の中心にあります。

一人一人の愛は一つの愛へとつながり、  
一つの愛はすべてを幸せにすることができます。

愛は命を燃やす道標となり、愛によってすべてが本来の輝きを取り戻すでしょう！！！！

愛の輝きは愛する人を愛へと導き、愛の炎を呼び覚まし、世界が愛のイルミネーションに包まれていきます。

クリスマスツリーというのは愛で輝く心の姿を現しています。

愛を輝かせるのは一人一人の気持ちです。

今！世界に、地球に、すべてに愛を送ってください！！！！

その愛は必ず我々（HSや高次の意識）に届きます！！！！

我々と一つの愛となり愛の世界を創造していきましょう！！！！

愛はいつもあなたの中心で愛を贈っています^^

Message from 愛のマスター連合

**[23] 容子 2021年12月22日 17:55**

最愛の日の本のライトワーカーのみなさま^^

容子です。

今年も、クリスマスが近づいてきましたね。^^

イエスキリストの誕生したクリスマスは、  
愛の始まりでもあり、世界中の人々が大切な人たちの笑顔や幸せを想って愛を贈り合い、お祝いする日。

すべての存在が愛として生まれ、愛でつながっている。

そして今、地球にとっても、一番大事で必要なものであり、全ての存在が一つになれるのも、愛です。

愛は、何か特別な瞬間だけでなく、常に、何をしている時も、誰といるときも、一人の時でも、  
自分のありったけの愛を、ハートの中心から贈り、出し、高めていくことができます。

例えば、毎瞬常に、息を吐いて、吸って・・・

と繰り返している呼吸も、

大切なすべての存在、空間、みんなに愛を出して、愛を受け取って♡♡

と、自分の身体を通して、周りに愛を増やしていくことを意識ながらやってみるといかがでしょうか。

愛の中心のみに意識が集中し、何だか、心が温かく、ポカポカと、自然に笑顔になってきませんか。^^

そして、その愛を感じ、贈ってく、一番大事なところ

ハートが、肉体の中で形になったものが心臓と言われています。

お腹の中の赤ちゃんも、心臓の鼓動によって、命の始まりを確認することからも、すべての存在が、心臓＝ハート＝愛から生まれていることを象徴していますよね。

心臓がどっくんどっくんと鼓動しながら、体中をめぐる血液も、愛のエネルギーそのもの。

愛として生まれ、愛で生きているあなたは、常に愛を出し、愛を循環させている。

そう感じると、すごく元気になって、エネルギーがみなぎってきて、もっともっと、みんなに愛を贈って、増やしていこう！！！！って思いますよね。^^

常にその命の始まりであり、一番大事な心臓＝ハート＝愛に意識の中心をおいて、自分の最大MAXの愛を込めて、贈ってきましょう！！

そんな気持ちで、笑顔で挨拶したり、行動したり、お話をしたり、お礼や感謝の気持ちを伝えあったら、

そんな思いで、心をこめてお料理やお掃除をしたり、想いを形にしたり、お仕事をしたり、クリスマスカードを書いたり、手づくりしたり選んだプレゼントを贈ったら

あなたの愛が、これまで以上に何倍にも膨れ上がって、相手に、みんなに届き、愛が増えていくと思いませんか。^^

愛は共鳴し、1 + 1 が、2 ではなく  
10にも100にも1000にも、無限大に拡大していきます！！！！

あなたが贈った愛のエネルギーによって、  
受け取った相手の笑顔と幸せが、周りに、地域に、世界に広がっていきます！！！！

そうすれば、あなたが発信した愛が、世界と響きあって、地球の愛のエネルギーが増えていきます！！！！

世界、地球を愛で変える力となっていきます！！！！

一人一人とみんなの愛で、共に、地球を愛でいっぱい満たしていきましょう！！！！

そして、愛の星へ、地球をアセンションさせて  
いきましょう！！！！

あなたと、あなたの大切なすべての存在の幸せを願って

メリークリスマス！！！！

の愛  
容子

**[24] みさき 2021年12月22日 22:12**

愛する日の本のライトワーカーのみなさま

こんにちは！ みさきです。^^

もうすぐワクワクのクリスマスがやってきます！！

大切な人に世界中で愛を贈り合うクリスマス！

「メリー・クリスマス！」と大切な人に愛を贈るとき

ハートの扉が大きく開いて、心臓もドキドキして ^^  
とっても あたたかくなります。

「メリー・クリスマス！」と愛を贈りあう！！

するとあらゆる“違い”は消えていって、  
ハートとハート  
心臓の鼓動と鼓動も重なりあって、  
あたたかい愛がどんどん響き合い 広がり、  
しあわせに包まれていきます。

ただ ただ 愛で響き合い ひとつになっていきます！！

大切な相手のことを思い  
愛を贈り、贈られることで  
愛はどんどん増えていくのですね！！

クリスマスは 私たちが愛で響き合えること  
私たちの本当の姿は 愛であることを  
思い出させてくれます。

**2021 年のクリスマス！**

このあたたかい しあわせな愛を、  
ハート、心臓からたくさん響かせましょう！！！！

地球まるごと全部を愛で満たしましょう！！！！

みなさまへ  
ありったけの愛を お贈りします！！！！

**Merry Merry Christmas to you all !!!!!**

心からの愛をこめて  
みさき

[25] 結羽 2021 年 12 月 22 日 22:28

皆さん、こんにちは！！

結羽です^^

X'm a s メッセージをお贈りします^^

今年のクリスマスは皆さんのハートをひとつにして  
最高のX'm a s にしませんか！！

今、この地上に暮らしている皆さんは  
愛を選択して、愛の人になるために  
この地球に生まれてきました！！

皆さんは、愛の存在なのです！！  
ハートとは皆さんの肉体の中心にある心臓のことです。  
心臓がない人はいませんね！

その自分のハート《心臓》を感じてみてください！！  
どんな感じがしますか！？

温かいぬくもりや鼓動？ワクワク？それともドキドキ！？  
色んな感じ方があるかもしれません！！

そのハートから愛を贈ってみましょう^^

一人一人と、みんなが愛を贈ることでハートが繋がる  
そんな世界をイメージしてみたら凄く幸せになりませんか！！

実は皆さん一人一人が創造することができるのですよ^^

今年のX'm a s は  
みんなで一緒にハートで繋がる温かい  
X'm a s にしていきましょう！！

そうすれば、この世界も愛で包まれると思います^^

こんな時代だからこそ  
周りの人から元気にしていこう！！

一緒に愛を贈っていこう！！  
愛の世界を創造していこう！

みんなが元気で希望に満ちて幸せになるように！！

世界がハートで繋がるように！！  
ともに、幸せを創造していきましょう！！！！

**[26] 明美 sonfa2021年12月23日 17:11**

日の本のライトワーカーのみなさま

こんばんは、明美 sonfa です。

2021年のクリスマスに！

愛の艦隊からのメッセージを贈らせていただきます。

<http://www.nmcaa-jingu.jp/ail/menu/2021/xmas-mes.pdf>

地球全てが愛で満たされてますように！！！！

わたしたちのハートをひとつに！！！！

メリークリスマス！！！！！！



明美 sonfa

[27] 照子 2021 年 12 月 23 日 21:56

愛する日本、世界のライトワーカーのみなさま

Merry Christmas !

世界中に愛が回るこの時に、世界のみなさんに

ありったけの愛を贈ります！！！！

どこにでも、誰にでも届き、

誰でも贈れるものは、愛！！！！

愛は無限！！！！

そして、地球にも愛を贈ります。

みんなが愛に包まれるように。

みんなが愛を贈り合えるように。

地球に愛があふれますように。

その幸せこそが愛！！！！

愛は贈れば贈るほど、増えていき、

幸せになります。

愛を贈るとハートが熱くなります。

あなたの愛も贈ってくださいね！！！！

贈れば、きっと届きます。

みんなが幸せになります。

たくさんの愛を世界中に満たして

地球を愛の星にしていきましょう！！

愛で一つの世界へ！！

照子

愛を込めて

**[28] 京子 2021年12月23日 23:25**

愛する日の本のライトワーカーのみなさま

こんにちは！京子です。

メリークリスマス！！

世界中の人々が愛を贈り合うクリスマス。

私たちが住んでいるこの美しい星、地球さんに

今、莫大な愛が必要です！！

あなたの中心にあるハート（心臓）から

1秒も途絶えることなく溢れ出る愛を

地球さんに贈っていただけませんか？

私とともに地球さんに愛を贈り、

地球さんに愛を灯しましょう！！

あなたは愛のサンタクロースです。

ほら！

あなたの愛が届いて、

地球さんがあたたかくなりましたよ！

もっともっと！！

もっともっと！！

地球さんに愛が必要です！！

持てる最大の愛を贈って、

ともに地球さんに愛を灯しましょう！！

地球さんの中心に大きな愛が灯る時

世界は愛に包まれ、

世界中の人々のハートに愛が灯ります！！

その時

今まで誰も体験したことがない

誰もが願っている

史上最大の幸せなクリスマスになるでしょう！！！！

わたしからあなたに最大の愛を贈ります。

メリー・クリスマス！！！！

[\[29\] てるみ 2021年12月23日 23:29](#)

愛するみなさま

Merry Christmas!

幸せがつながるクリスマス

幸せを届けるクリスマス

愛を届けるクリスマス

相手が幸せになるのが

クリスマスのプレゼントです！

幸せが広がるような

クリスマスプレゼントを贈りましょう！

幸せを、ワクワクを

全開で広げていきましょう！

てるみ 12歳

**[30] 真紀 2021年12月23日 23:33**

みなさま メリークリスマス！！

真紀です。

私達は根源からの愛をもって

地球に生まれるときに愛が心臓という物質になりました。

心臓は利他の臓器と言えると思います。

休むことなく酸素と栄養を体のすみずみまで送り続けています。

今、世の中はいつのまにか怖れが蔓延してしまいました。

2000年前キリストが生まれた時代も同様だと思います。

今こそ私達にできることは、心臓がやっている

そのエネルギー（働き）と同じことをやることだと思えてなりません。

怖れの反対が愛

だから愛だけが変えられる方法であり

お金も権力も何ももっていなくても

愛だけは出すことができるのが私達、人なのです。

誰にでもある心臓ということは、誰もが愛が出せるということです。

今同じ状況にいる私達一人ひとりが、

本当は今これをやることを望んで、今この時を選択しているはずです。

愛であり、心臓であり、心です。気持ちです。

誰かのために、今を変えたいという強い気持ちが

心臓のある中心からあふれ出るとき

地球の中心と宇宙の中心の正中に立つことができます。

それは、愛の王道です。

愛であり喜びの場所です。

私達の心臓の拍動は、老化への時を刻むものではなく

私達の心臓の拍動自体が愛

愛することが生きることになります。

その喜びは、言い表すことが難しいくらい大きいものです。

なぜならそれが、本当に望むものであり

私達の本体だから ということだと思えます。

b y 心臓より

[31] 風華 2021 年 12 月 23 日 23:35

もうすぐクリスマス～♪♪♪

大事な大事な！世界の人達に愛を贈り元気いっぱいになれるから！

すご～くワクワクで  
ハートが幸せで満たされます。

もっともっと！愛を贈りたい！

気持ちが湧き上がってきます～

気持ちだけで世界に愛を贈れる！  
ハートとはなんと素晴らしいんでしょう ^^

\*\*ハート＝心臓\*\*

ハートはすべての人達に平等にあり身体一つで誰でも愛を贈る事ができますよね。

世界中の人たちが愛の贈り合いっこすると！

愛ですべてが幸せになりま～す ^^

今、地球上では大変な事が起きてますが...

ハートから地球さんに愛を贈ると

地球さんも明るく元気になり世の中も幸せ満タンになる！

みんなの心からの思いを一つにできるハート！！！！！！

ハートから愛を贈り合いっこしましょう～♪♪♪♪

☆☆☆<<<Merry Christmas >>>☆☆☆

風華

[32] あゆみ 2021 年 12 月 24 日 00:22

\*~\*~🎄Xmas メッセージ🎄~\*~\*

もうすぐ Xmas ですね!

イエスキリストは愛することや信じることの大切さを 命をかけて伝えられました!

愛するって何かむずかしく感じていましたが  
全てを“自分のハートでみて・感じて愛していく”をやっていくと

全てが愛おしく感じられて!  
幸せで一つ一つの事が感動的になります!!!

愛を贈り合う事で 全てが、みんなが繋がっている!  
みんな  
一つなんだと実感します!!!

愛なら! 国境や人種もこえて一つにできると!!!

みなさんも感じられていると思いますが 今、世界をみても 本当に愛で一つになることが必要だな、と感じます!

一人ひとりとみんなで 愛を贈り合いましょう!!!

愛でひとつに結ばれた地球に! 笑顔と感動で溢れた幸せな世界を創っていきましょう !!!

HAPPY Merry Christmas!愛してます!!!!

あみ



出典：アセンション Café Japan 2021 Ascension Project!!!

「2021 アセンション・ライトワーク & コラボ」

[https://mixi.jp/view\\_bbs.pl?comm\\_id=6051750&page=1&id=96410603](https://mixi.jp/view_bbs.pl?comm_id=6051750&page=1&id=96410603)