

私が最初にアルバ - トと思ったとき、アルバ - トに心を向け始めたときは、ただもう嬉しくて懐かしくて、ああ 250 年後に会えるんだと思えたから飛び跳ねる喜びを感じていました。それが段々とアルバ - トに心を向けていくと、広がりゆく宇宙を感じます。この宇宙そしてすべてを生かす力強いエネルギー - を感じます。大きな大きなエネルギー - 、そしてどこまでもどこまでも心が広がっていきます。宇宙がこの心の中にありました。宇宙すなわちアルバ - ト、アルバ - トすなわち宇宙というふうな感じがします。田池留吉に向けたとき感じる温かい温かい温もり、喜び、優しさにプラスして何かエネルギー - の力強さをアルバ - トを感じます。これからどんどん私の心も広がっていく楽しみを予感します。この波動をどんどんこの心で感じていけば、私のこの心にある闇の思いもどんどん出てきます。どれだけ自分がすさまじい思いの中でいたかということを思い知らされます。でも今私は許されて許されてそして受け入れられて肉を持たせていただいている。心を閉ざし自分の思いを語ってこなかっただけ、ようやく私は気付きました。愛の中に生かされていました。そしてあなたの心を語りなさいと優しく伝えてくれる意識と出会いました。心を広げていくことが喜びでした。今自分の闇に落ち込む思いはなく、とても安らいでいます。これから私はアルバ - トに心を向けてどんどんその波動をこの心で感じていきます。アルバ - トとともに歩いていく私は喜び、そして幸せです。