

スピリチュアル相談

by 魔女ともえ

Q

家族や友人に限らず、面識がない人や有名人等直接自分とは関係がない人も含め、他者の言動に対して「許せない」と思う気持ちが強く、それを指摘してもスッキリしなかったり、時にそんな自分が虚しく思えて自己嫌悪に陥ったりもしますが、気付けば「許せない」という想いに囚われてしまいます。

A

他者を許せないと思い、直接的にせよ、匿名、或いは心の中や独り言にせよ、ジャッジや攻撃をすると脳科学的にはドーパミンという快楽物質が放出されると言われていて、その物質そのものは幸福を感じたり、やる気や生きる活力に繋がるメリットのあるものですが、依存的なまでに蝕まれてしまうと、意識的、無意識的に許せない相手を探してしまうそうです。それは一種麻薬的な状況と似ていて、ドーパミンが放出されている間は幸福を感じても、それはマヤカシの幸福であるが故に更なる渴望を招いてしまい、「許せない」→「ジャッジ・攻撃」→「スッキリしない、または自己嫌悪」→「再度許せない相手にアテンション」…という負のスパイラルに引き込まれる状況にもなり得ます。

そういう状況に陥らない為に、①正しい間違いのみで判断しない(自分だけが正しいと思いつままない)。②多様性(この世には様々な価値観がある)に視点を向ける。③人は人、自分は自分と割り切る。④自分としての遣り甲斐や楽しい事柄を見付ける。⑤自分の中のトラウマや、シャドウ(ユング心理学的スタンスとして、自分の中の認めたくない部分)と向き合い自分を知る。ということを中心掛けては如何でしょうか。

あなたに愛と光が降り注ぎますように。

注意：魔女ともえが述べる内容は、チャネリングによるひとつのサジェスチョンです。

魔女ともえ

ミステリースクールよりイニシエーションを受けた全米初の日本人魔女。チャネリング、白魔術、過去世リーディング、オーラ診断、浄化などを通じて、人々の幸せをサポート。ヘリと小型機のパイロット免許を持つユニーク魔女。

Skypeセッション 1時間\$75 / 90分\$110

メール相談 簡易コース \$11 / 通常コース\$33

魔女ともえのwebページはこちら→ www.majotomoe.com

