

スピリチュアル物語

48話 by 魔女ともえ

この『スピリチュアル物語』は、BRIDGE USAさんよりお引越しました

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。

トランスマリOTT内スターボックス(要予約):1時間 \$60

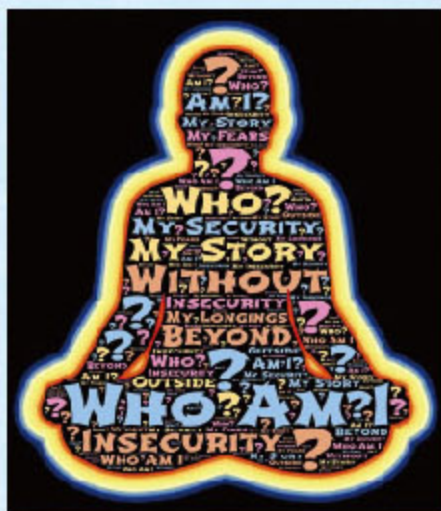
メール相談:(要予約):majyotomoe@gmail.com \$16/1件(Paypal)



「さて、数回に渡り、摂取カロリーや血糖値、栄養バランスについて話してきたが、少しは参考になったかな」マグワートがマジリアルとウィザットを代わる代わるに見た。「うん、そんな気もするけど、僕は好きなものを好きなだけ食べたいなあ」ウィザットが言う。「そうね。嫌いなものを食べたり、いちいちバランスを気にするのも苦痛だわ」マジリアルも賛同する。「確かに、身体に良いとされていても、嫌いなものを無理して食べるとかえって良くない脳内物質が、一方、好きなものを食べると良い脳内物質が出る、という説もある。しかし、一般的には偏食や過食による健康への弊害

は否定出来ない。つまり、セルフマネジメントが必要ということじゃ」「セルフマネジメント?」「そうじゃ。自分の人生のマネージャーは自分。何を食べ、健康をどう保つていくか、という生存の基本から始まり、その上でどういう人生を生きるか、という魂本来のミッションを追求するスタンスじゃ」「げ。また小難しいことを言い出したな」ウィザットが聞こえるか聞こえないかくらいの小声でボソッと呟いた。「食べることでそんな深いことなんですか?」マジリアルも怪訝そう。「セルフマネジメントとは自己の欲望や感情をコントロールし、厳しく律し管理することじゃが、自己を客

観視し、己を知るということでもある。食に関して自己を客観視することとは、好きなものを好きなだけ食べる自由がある中での、健康を保つということに関してのセルフマネジメントじゃ。つまり、食べることは己を知ることの一環でもあるとワシは思う。そして、己を知ることこそが人生で一番難しいことであり、生涯を通じて人間に課せられた課題じゃろう」



★これまでのお話(1~47話)は魔女ともえのwebで読むことができます。

www.majotomoe.com 12月1日号につづく!

*生活習慣病が全てBMIや適正体重により判断出来るという意味ではありません。