

9.15 佐々木洋 兄の「清里でちょっと元気を貰ってきました」を読んで

2025.9.18 6組 瀬戸章嗣

佐々木さん

お元気なお便りありがとうございました。ご同慶の至りです。そして、「客観視で繰り返す Why/Because」 探求事例のご紹介が励みになりました。

そこで、小生の至らぬ探求の予定関連報告をしてみたいのですが、当面今後36年で迎える計算になる大還暦の実現を試みている私の関心が、その実現確率を高めることにありまして、自分の主観的整理としては、つぎのようなことを考えています。

- 1 暮らしを楽しむことを大切にして、それが、長い期間になるように工夫する。
- 2 楽しくない時も平気で過ごせるように工夫する。
- 3 生存中断のリスク回避に留意して、適宜実行に努める。
- 4 物事は、人時場所別に、善悪両面があると思い、善の活用を重点志向する。
- 5 いつ死が来ても、それも良しと受け入れる、今の気持ちを大事にしていく。

先ず取りあえずと、取り組んでいるのが主観的な、「エンジョイ・ライフ」なので、Why 暮らしを、なぜ楽しいと感じられるのかを、改めて考えてみました。

Because 気分よく、ありがたく、元気を貰ったような、体感・気分感があるからだと思うのですが、更に、何故でどうしても、これからの日々を過ごしながらか、客観視で尋ねて、追認して行こうと思ったところです。

1 つには、子供の頃に外で発見して感じたような快感ですが、早朝散歩を始めた最近の発見として、朝焼けの美しさや日ごとの変化に気がつき、又、スマホから好きな時間に、ラジオ体操の掛け声が貰えるのを知って、6時前の森林公園で、毎日ラジオ体操をして、元気になるのを感じており、森で行き交い、挨拶を始める森友も徐々に増えてきたりして、大還暦プロジェクトの先行きに希望を感じているところです。 とりあえずのご報告とさせていただきます。

以上