

5411 **心模様**：日本の風情・中部山岳国立公園・しらほね白骨

.....

2021年、あと3ヶ月。年内の目標：時間の使い方、心身の再訓練。

気力、体力がないと、どうにもならない。年齢は単なる数字。無理せず、一十百千万だが、

コロナや世の中の変化、その付き合い方が大きな課題。

ある程度、足元の整理も出来た。これからの人生を考えるのも選択肢。

無音、沈黙。初心で心身の訓練を兼ねて、**もうひと頑張り。**



～～山はみどり 野に花 人にはこころ～～

落ち着いて、体と心と呼吸を整えないと、いい仕事はできない。

静かな朝だった。最高の時間だった。**初心**、いろいろなことが思い浮かび、未来が始まった。

自戒を込めて、思い起こしている。**大切なのは、過去でなく、今、現在。**

深く深く、深呼吸した記憶が、脳裏に残っている。その後の、**一風呂は最高**だった。

あらためて前進。^{かたつむり} 蝸牛、登らば登れ、富士の山。

