

David K. Reynolds, Ph.D.
dkreynoldsjapan@gmail.com
<http://constructiveliving2.weebly.com/>

CL News: Vol. 21, No. 8 (August 2019)

この記事を書いているとき私はまだ生きています。読者もそう思われるでしょう。安全運転をしてくれる運転手さん、医療の助け、様々な国で一度も会ったことのない人々が作ってくれた食べ物、祖先からいただいた遺伝子、熟練のパイロットさんらによって私は今もこうして生かされ、本当に有り難いことです。運動や栄養を補給し、危険をよけるのは自分がする部分ですが、努力をしてもうまくいかないことはたくさんあります。人は可能性や統計数字についてよく話をしますが、その数値に隠れているのは、私の一面だけで世間で言われる一般論とは大きく違います。私をまったく知らないたくさんの人たちの努力によって生かされていると知っています。私の人生を維持するのに準備されたかのように、複雑なシステム全体が機能しています。読者もこのことを知ってください。偉大なこの事実は認めても知らなくても動いているのです。

CL News: Vol. 21, No. 9 (September 2019)

家の掃除とか、ハイキング、あるいは庭の草むしりに精を出した時間の後にとる休憩は最高の気分です。汗を流して得た休みは素晴らしいです。特になにもない場合にとる休みは退屈です。時間の穴埋め、必要な活動から逃げる、人や何かを避ける、言い訳、アリバイになる休みです。寝るか、気分転換に別の仕事に移る場合も休みになるかもしれません。休みを必要とする仕事と機会を与えてくれてありがとう。(アメリカ・オレゴン州CLセンター所長)



 [目次へ戻る](#)