

年をとって楽に生きるには

- 1 年をとって疲れが溜まるようになるので、あまり無理はせずに楽に生きる。
- 2 できないことはできないと割り切り、人の力を借りて賢く楽に生きる。
- 3 できないことがあっても、無理をせずに諦めることも必要である。
- 4 自分を追い詰めないで、この問題をどうするか、人に相談して決断し、その方法が最良の方法だと信じて、後で後悔しない。
- 5 年をとったらできなくて当たり前、完璧を求めないで60点で良しとする。人と争わない。多く友達は持つと維持が大変なので、友達は少なく絞る。
- 6 問題が起こっても、物には時があるので、待つことも必要である。決して焦らない。
余裕を持ってことにあたる。
- 7 世の中は、なるようにしかならないので、楽天的に考えて、取り越し苦労はしない。
悲観的に物事を考えない。

- 8 物事は、楽しいか楽しくないかで判断する。若い頃と違って自己成長にこだわらない。
- 9 人の評価は気にせずに、自分の思った通り生きる。
初めから社会貢献になると考えずに、偶然に社会貢献となれば儲けもの考える。
- 10 成果はあまり気にせずに、過程を楽しんで生活する。