

再録

友達を送ってくれたインターネットpps動画

《 “Philosophy_For_Old_Age.pps by ジョージ カーリン” 「老いを楽しく生きるために」 》

ジョージ カーリン氏からのメッセージ

「老いを嘆くことはない。100オになったら 赤ちゃんに戻るんだから……

そして 忘れてはいけない。

人生とは、自分が息を吸う数ではなく 息を吐く瞬間で測定するものです。

充実した毎日を生きましょう!!

」と



老齢にさしかかった私たち世代には含蓄のある心に響くメッセージが 綺麗な画像とBGMをバックにスライド動画(pps パワーポイントの動画)に編集されていて、すっかり気に入りました。

古希を迎えて もう一度 ゆったりと眺めたくて、美しい音楽と共に採録させていただきました。

2014.1.1. by Mutsu Nakanishi

日本語訳 ジョージ・カーリンのメッセージ 《 老いを楽しく生きるために 》

by リー・ミルティア

2010.4.3. Growing Older (命あるかぎり) <http://www.drmaltz.jp/?p=4183> より

《 ジョージ・カーリン(アメリカのコメディアン)のメッセージ 》



私たち人間が、早く年を取りたいと思うのは、子供時代だけだと知っていますか？

まだ10歳にもなっていないのなら、一日でも早く大きくなりたいと思います。

「僕は何歳？」「4歳と半分だよ！」でも36歳になったら「36歳と半年」とは言いません。

4歳と半分、だからもうすぐ5歳になる。なるほど、気持ちはよく分かります。

「君は何歳？」「もうすぐ16になります！」

まだ13かもしれないけれど、「もうすぐ16！」と言う。

まあ、そういう風にも言えますね。16歳は人生の中で最も楽しい時期ですから！

やがて20歳になる。20という年齢も特別な意味を持っています。

20歳、成人になる！！

でも、30歳になると、...、どうなるでしょうか？なんだか悲しくなりますね。

とうとう30。もうこんな年齢か～。

青春時代を終わり、ただ、なんかすっぱい感じがする。

でもその何が悪いのでしょうか？何が変わったのでしょうか？

「21歳だった自分が30に、そして気がついたら40(アラフォー！)

ちょっと待ってくれ！あっという間に時間が過ぎていってしまう。

気がつかないうちに50になり、夢も希望も消えていく... そんな事言ってもしょうがないじゃないですか！！

「まさか自分が60になるなんて...」 そう思っていたって 年はとるんですから！

21になり、やがて30、40、50、当然60にだってなります。

そして またまたあっという間に70を向かえる！後はただ「ああ、もう水曜日か！」と過ぎていく。

そして80を迎える。同じ毎日が過ぎていくだけ。お昼の時間だ、4時半だ、もう寝る時間だ、延々と続きます。

90歳になると、今度は、感覚が逆転します。「ワシはまだ92じゃよ」 さらに不思議な事が起こります。

100歳になると子供に戻ります。「ワシは100歳と半年じゃよ！」

皆さん、健康な100歳と半年を迎えましょう！！



《 いつまでも 若くいる コツ 》

1. 年齢、体重、身長など、どうでもいい数字は気にしないこと こんな事は医者任せましょう。
そのために医療費を払っているのですから。
2. 元気の友達とだけ付き合うこと
愚痴しか言わない人といると、こちらの気持ちも暗くなります。
3. 生涯学習あるのみ コンピュータ、工芸、ガーデニング、ハム無線、なんでもよいので学ぶ姿勢を持ちましょう。
脳を怠けさせない事。怠けた心には、衰えという悪が宿ります。
4. 単純な事を楽しみましょう
5. 沢山、長く、大きな声で、お腹が痛くなるくらい笑いましょう
6. 悲しみ、耐えて、そしてまた進む 涙も出るでしょう。しかし一生付き合い合ってくれるのは、自分自身です。
命ある限り、自分の人生を歩みましょう。
7. 好きなものに囲まれて暮らしましょう
家族、ペット、思い出の品、音楽、植物、趣味、何でもいいですから好きなものに囲まれて暮らしましょう。
家は自分の居心地の良い場所なのですから。
8. 体を大切に！ 今健康ならそれを維持し、悪いなら、改善に努めそれが無理なら、助けを求めましょう。
9. 後悔しないこと ショッピング、隣町、外国、とにかく後悔する気持ちを忘れさせてくれる場所に出かけましょう。
10. どんな時でも、大切な人に「愛している」と伝えましょう

そして忘れてはいけない事： 人生とは、自分が息を吸う数ではなく息を吐く瞬間で測定するものです。
充実した毎日を生きましょう!!

“ Philosophy For Old Age.pps” by ジョージ カーリン より

オリジナルで見たい方は下記の [internet.adress](#) のいずれかをクリックし、動画をごらんください

- ◎ “ Philosophy_For_Old_Age.pps” オリジナル pps 動画 PPS 動画の作者不明 By He Yan Jan (2010) ??????:
http://xa.yimg.com/kq/groups/1497017/1205982423/name/Philosophy_For_Old_Age.pps
- ◎ “ Philosophy_For_Old_Age.pps” 日本語訳「Growing Older (命あるかぎり)」 by リー・ミルティア
<http://www.drmaltz.jp/?p=4183> 2010.4.3.
- ◎ “ Philosophy_For_Old_Age.pps” wmv 変換動画 by Mutsu Nakanishi
http://www.infokkna.com/ironroad/netdoga/Philosophy_For_Old_Age.wmv