

ひよっここBEANの 楽しい自営育児家事親父

第02回 楽しいってなんだろう

個人的に語りたネタはたくさんあるなぁと考えていて、なかなか絞られずにいたのですが、今回はタイトルにもある「楽しい」について、少し語りたなぁと思います。

ちなみに内容は自己啓発のような、何か方法や手段を書いているのではなく、あくまで個人的な意見です。

楽しいってなんでしょうね、人それぞれに受け止め方はあると思いますが、自分にとっては生きていく上で欠かせない感情ではないのかな。生きていくと大変なことや辛いこと、苦しいこともたくさんありますが、「楽しい」を大切に生きていけば、なんとかなるのではないかなと思うんです。

「楽しい」には心の余裕が関係してきます。「余裕」は心に余白やスペース、ゆとりがある状態。「楽しい」と「余裕」はどちらが先か論があると思いますが、自分は「余裕があるから楽しい」のではなく、「楽しいから余裕がある」の方を推します。



じゃあ、「楽しい」を大切にしている自分自身は余裕があるのかというと、余裕とは程遠いこともしばしば。ほんとと笑えるほど出来ていない。笑えるとは、余裕がある状態か？（悶々）すみません、脱線しました。現実、水面ギリギリに顔を出してアップアップしていることもよくあるんです。でも、「楽しい」を大

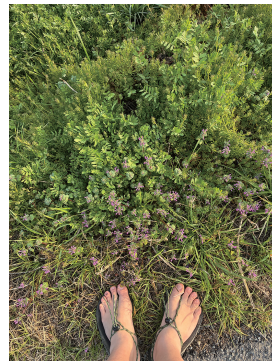
切にしている自覚はあるんです。矛盾しているようですが。

自分が「楽しい」のためにしていること、ものを作ったり、描いたり、歌ったりすること。これは先ず最初に浮かんだこと。「表現する」に集約されるのかな。自分のフィルターを通



したものを何かに変換して放出していく作業かな。これが出来る時はやっぱり調子も良いし、余裕のある状態だと思うんです。表現のことについて語ると長くなるのでまた別の機会に語りたと思います。

人それぞれ「楽しい」を感じる内容は様々ですが、新年度の始まりに「楽しい」の効能について考えてみるのも良いかもしれませんね。



profile BEAN



ひよっここ屋という屋号で陶器を制作販売し、土ひねり会やものづくりワークショップなどの体験提供もしている二児の主夫。

頭で考えるより身体で考えたい人。音楽好き、ギター弾き語りもやります。

instagramにて「日々のできごとなど」

https://www.instagram.com/oka.bean.505?igsh=NWc0MWNxbDIhOWZ5&utm_source=qr

ひよっここ屋活動のこと

https://www.instagram.com/hyottoko_bean?igsh=YWlwM2tzNGx3aHFy&utm_source=qr