

■やりたいとやりたくない■

ほぼ週刊【松村拓也のメールマガジン】第 409 号

こんにちは、松村拓也です。

E-Mail と Facebook で松村拓也の活動についてはほぼ毎週お届けしています。

ご意見、ご質問大歓迎です。

オンラインの議論をご希望の方は、気軽に返信ください。

.....

409 目次

1. トピックス：日曜日に伺います
2. ブログより：やりたいとやりたくない
3. 今週のお誘い+今後の予定
4. 地主の学校・販売中
5. アクセスポイント：問い合わせ先
6. このメルマガについて

.....

1. トピックス：日曜日に伺います

これまで、毎週日曜日は横浜反町のいづみプロジェクト活動日に充ててきましたが、今月から第 2, 4 日曜日にしますので、第 1, 3, 5 日曜日は自由な訪問活動に充てたいと思います。

皆さんからのお誘いをお待ちしています。

.....

2. ブログより：やりたいとやりたくない

今日は「生き方=時間の使い方」の話をしたい。

僕の就寝時間は、基本的に 23 時から 6 時までの 7 時間。

火・木は朝のウォーキングと朝ドラを見ながらの朝食の後、区営プールで 1000M のスイミング。

10 時から 18 時までが作業時間でその後夕食と自由時間。

月・水・金は朝 7 時から 23 時まで全部作業時間。

週末は朝食の後、土曜は笑恵館、日曜はいづみ（横浜）で 9-17 時に作業して、夜はウォーキング+夕食+自由時間。

結局 1 週間の作業時間は  $8 \times 4$ （火木土日）+  $16 \times 3$ （月水金）= 80 時間となり、1 月=4 週とすれば、月間 320 時間となる。

これは、いわゆる週 40 時間労働制からすれば、時間外労働 160 時間となり、過労死ライン 100 時間を大幅に上回る。

・

もちろん、上記の作業時間の内には、掃除や洗濯、買い物や飲み会の他にサボり時間も含まれるので、僕が死

んでも過労死認定は難しいが、就労時間や過労死ラインがいかにも無意味かを僕は言いたかった。

また、ついでに説明すると、僕は数年前から原則として昼食を廃止して 1 日 2 食を続けているが、それでもじわじわ体重が増えてしまうので、80kg を超えると食事を 1 日おきにする。

さらに、毎日 1 時間以上のウォーキングと週 2 回 30 分以上の運動として 1000m スイミングを課しているのも、これらを盛り込んだ生活スタイルが上記の時間割となる。

僕は、作業と遊びの区別がよく分からないので、自身の予定を立てる時、やるべきことは全てが作業と位置付ける。

・

生きるためにやるべきことは様々あるが、その選択可能な自由度も様々だ。

例えば、睡眠や排泄、呼吸などはあまり選択の余地はないが、食事や運動などはかなり自由度が高い。

さらには、恋愛や生殖、子育てや介護など社会性に係る事項や、そのための学習や訓練、そして疲れをいやす休息や娯楽、好奇心に基づく探求など、考えれば考えるほどすべてが生きることに無関係でないことが想起される。

だが、これらのことは選択の幅も広く、その必要性には個人差がありそうだ。

そこで僕は、呼吸、睡眠、食事、排泄に加え、自分に必要な健康維持に関する事項を選択し、生活スタイルの枠組みに採用した。

・

さて、本題はここからだ。

先ほど述べた生存要件に対し、必要とされる時間の質や量は様々だ。

呼吸などは 5 分も辞めれば死んでしまう必須要件ではあるが、幸いなことに地球上ほぼ全域において、空気は無料でいつでもついでに吸うことができる。

また、睡眠や食事は一刻を争う訳ではないが、一定期間内に無防備な時間を過ごすことは避けられないし、排泄はある時突然に襲い掛かって来る。

さらに言えば、炊事、洗濯、掃除、買い物など「家事」と呼ばれる行為は、まさに上記の「生存要件」に付随する。

従って「家事」もまた、様々な質や量の時間を必要とする。

・

一方で、ここで扱う時間とは、「自分自身に与えられた時間」のこともある。

僕たちに与えられた時間は、極めて限定的である上に、止めることも使い直すことも叶わない。

その上、蓄積はもちろんのこと節約すらできないので、誰もが平等に受け容れざるを得ない。

結局僕たちにできるのは、何をするかを選ぶことによって、その配分を決めるだけ。

だが、それ以上何があるというのだろうか。

少なくとも自分に対してできることは、何もせずに選択に抗（あらが）うことくらいしか思いつかない。

なるほど、選択せずに時間を使うこと、つまり、「やりたくないこと」をやることができるではないか。

・

念のため言っておくが、「やりたくないこと」とは、「やりたいと思わないこと」でなく「やりたくないと思うこと」を指す。

例えば「呼吸」は、やりたいと思ってやるわけではないが、「呼吸したくない」訳では決して無い。

つまり、「やりたくないが我慢してやること」が「生きる」という選択に対する「抗い方」なのかもしれない。

僕の周囲には「やりたくないこと」に時間を費やす人々が大勢いる。

やりたくないことをやることで対価を得ることを「仕事」と呼ぶ人もまた多い。

対価を得るために生きないことを選ぶか、対価を得られなくても生きることを選ぶか。

確かに前者は、人間だけがやることかもしれないが、それは人間らしい生き方でなく、人間らしい死の方に思える。

なぜ僕が、報酬の有無など気にせずにやりたいことをやるのか、少しわかった気がする。

<https://nanoni.co.jp/20230213-2/>

.....

### 3. 今週+今後の予定（下記以外はすべて空いてます）

【凡例】◎：申込不要、○：申込必要、×：一般参加不可

#### ■今週の予定

(火) 02/14 なのに（各所）作業日

会議○：10-12時 HFA 定例会（恵比寿）

会議○：20-21時 LR 定例営会議（オンライン）

(水) 02/15 なのに（各所）作業日

(木) 02/16 なのに（世田谷）作業日

交流◎：13-18時 なるほどデイ（笑恵館）

交流◎：18-20時 完全持ち寄り食事会（笑恵館）

(金) 02/17 なのに（各所）作業日

(土) 02/18 なのに（世田谷）作業日

交流◎：09-17時 よろず相談会（笑恵館）

(日) 02/19 いづみ（横浜）作業日

交流◎：09-17時 いづみプロジェクト説明会（反町）

会議○：21-22時 八島花文化財団事務局 MTG（オンライン）

(月) 02/20 なのに（世田谷）作業日

取材×：13-15時 コレクティブハウジング社（笑恵館）

#### ■今後の予定

02/24 会議◎：17-19時 笑恵館運営会議\_4木（笑恵館）

02/24 作業×：LAL 税務申告（笑恵館）

02/25 交流◎：09-17時 よろず相談会\_土（笑恵館）

02/26 交流◎：09-17時 いづみプロジェクト説明会\_日（反町）

02/27 交流○：15-17時 笑恵館女子会（笑恵館）

02/28 会議○：20-21時 LR 定例営会議\_4火（オンライン）

03/02 会議×：10-11時 世田谷児相（笑恵館）

03/04 面談×：14-16時 亀海さん（笑恵館）

03/05 会議◎：10-12時 八島花文化財団理事 M\_1日（オンライン）

03/09 会議◎：17-19時 笑恵館運営会議\_2木（笑恵館）

03/11 交流◎：09-17時 よろず相談会\_土（笑恵館）

03/14 会議○：20-21時 LR 定例営会議\_2火（オンライン）

03/16 交流◎：13-18時 なるほどデイ\_3木（笑恵館）

- 03/16 交流◎：18-20時 完全持ち寄り食事会\_3木（笑恵館）  
03/16 会議○：21-22時 AR こども書籍 PJT（オンライン）  
03/19 会議○：20-21時 八島花文化財団事務局 MTG\_3日（オンライン）

松村の予定はこちらで随時公開しています。

<http://nanoni.co.jp/schedule>

.....

#### 4. 地主の学校・販売中

拙著【地主の学校】はこちら

<https://www.bungeisha.co.jp/bookinfo/detail/978-4-286-23339-0.jsp>

セミナー、読書会など気軽にご相談ください。

.....

#### 5. アクセスポイント

松村拓也

メール [takuya@nanoni.co.jp](mailto:takuya@nanoni.co.jp)

携帯 090-9830-3669

自宅：

〒157-0073 東京都世田谷区砧 6-27-19 笑恵館

<http://shokeikan.com/>

主な所属団体：

株式会社なのに（取締役・平社員）

<http://nanoni.co.jp/>

一般社団法人日本土地資源協会（代表理事）

<http://land-resource.org/>

特手非営利活動法人 HOME-FOR-ALL（事務局長）

<http://www.home-for-all.org/>

一般社団法人地域社会圏研究所（事務局長）

<https://localrepublic.jp/>

.....

#### 6. このメルマガについて

松村拓也とご縁のあった方に、日々の活動やブログ記事の抜粋などの情報をほぼ毎週お届けします。

参加希望、ご意見、ご質問など、何でもこのメールに返信してください。

バックナンバーはこちら

<http://nanoni.co.jp/magazine/>

メール配信をご希望の方はこちら

<http://eepurl.com/dHjgFX>

まぐまぐ版はこちら

<https://www.mag2.com/m/0001693746>