

ピアノと条件反射

家ではバスタオルのみを使う、洗顔後も全てバスタオル、
外出時のみかわいいフェイスタオル、本当はバスタオルを持ち歩きたいほど、

(1) ビシヨビシヨになる日常

- ①洗顔後はバスタオルはビシヨビシヨになる
- ②上半身裸で洗顔しないと、シャツがビシヨビシヨになるため、
- ③ユニットバスの床もビシヨビシヨになる

なので、バスタオルはかなり持っています

ちなみに先ほど、自転車に乗った前から来た男性、自分の口周りを触る仕草、、、
片手運転になり あえて危険になっても、その仕草は条件反射・・・？

人間も、パブロフの犬のような条件反射がありますので、、、

またちなみに今朝も

縄跳び・バレエ・シャドー・柔軟運動

この蒸し暑いのに行いましたが、狂っている訳ではなく、

- ①自分に厳しくすることで、その辛さを知る

その許容範囲までの行動力を備えること

結果が目的となっていること