

半額のコーヒー牛乳

今朝

いつもの公園でいつもの縄跳びなどのエクササイズ
片足立ち はバランスも大事だけど
支えている片方の筋力の方がそれよりも 大事なような

私はまだまだ言う、、、

USW 社会を現実のものとする

ただし稼ぐことを否定している訳ではない

とりあえず底上げ（この言葉もどうかと思うが）

を持ち上げること

私のウェブサイトも USW 社会実現が目的で、ただで立ち上げたもの、

未だに 0円しか かかっていない

誰でもただで見れる・・・それが最初からの目的

前半作品に

『[目標はブレず](#)』の内容の作品がある

日常はイロイロなことがあるが

一貫した目標はブレていないし、あの案件でもない

常日頃からスキルのレベルアップが・・・

見応えあり 聞き応えあり の状態にする

ちなみに自分の環境は非常に恵まれている

またこれも前半作品にて

定期的な飢えの状態・・・これがケトン体・・・老化（糖化）抑制の

強制的で、甘えの効かない生活環境

自ら律しての飢えの状態ではないから、それしかないので、

ある意味で恵まれている

「[ケトン体](#)」作品もあり

「[念押しのスカシ](#)」作品もあり

自ら律しなくて良い人

(具体的な例)

目の前に甘味・・・ちよつとくらいなら・・・
私にはその ちよつと もない

以前に Youtube でみた動画
ホームレスのおじさんが極限の状態で何とか小銭を手にして
まず第一に、お酒でもなく、**半額のコーヒー牛乳**を数パッケージ買っていた光景

刑務所内でも甘味を味わうことが出来ないように聞いていたが、
出所後にまず甘味かもしれない

もう廊下の窓には触らないことにした

私が SNS だけで 実際には何も など
そのような**勘ぐりは不要です**

どちらが先かはありますが、
必ず 今までの全て郵送で出していますので
逆に、現実化出来ないと思われるものであれば
有言実行とならず、投稿するものも すぐに削除という感じです

基本的に **実際に～～するんだから投稿を削除しない**のです