

『100年ライフ』を完走する『戦略』と「選択肢」を持とう！



45歳あたりで、「今の自分」の上に『もう一人の自分』を置いて、『大局観の3つの視点』（長期で見る／多面に見る／本質を見る）でもって、「これからの人生」を考えてみる。—— その際、『人生の目的=ゴールの姿』から逆算して「これから」を考える



① 45 ~ 55歳

「一回目の人生」を振り返る。これまでの経験を意味付けして「経験値という無形資産」（= 独自コンテンツ／得意領域）とする

自分と向き合い、これから「本当に何をしたいのか？」／「どう暮らしていきたいのか？」のシナリオを考える

書いたシナリオで生きていける「もう一人の自分」になるための「新たな学び」をする

② 55 ~ 80歳

『二回目の人生』への儀式をする。
「組織の扉」（=会社人間）を自ら閉じて卒業し、『自由の扉』（=社会の人材）を開ける

これからは「社会の人材としての一個人」が自分の肩書である。
自分の書いたシナリオで、この「活動期」を生きる

『職業寿命』を80歳まで伸ばす。そして“75歳の壁”（=世間一般の健康寿命）を楽に突破する

③ 80 ~ 95 / 100歳

「人生の収穫期=黄金期」である。『健康寿命』 & 『社会活動寿命』を毎年更新しながら、GOLD AGEを生きる

「やりたいこと／好きなこと」をやる。一日一日を丁寧に、より楽しく／より面白くわが人生を謳歌する

GOAL まで完走し、「ああ、いい人生だった！」と心から思える