

Sep, 2024

Sep 23, Mon, 2024

#### 오랜만에 복귀

8월 9월은 더위에 정신이 살짝 나가서 여기에 일기를 쓰지 못했다.

그동안 많은 일이 있었다.

아버지가 전립암 투병중이라는 사실과 그래서 12월에 수술날짜가 잡혔다는 것이다.

처음에는 받아들이기가 힘들었지만,

감각이 점점 무뎌져서 견디고 있는 거 같다.

말수가 줄어드는 아버지를 보면서 앞으로 무슨일이 생기면 어쩔까하는 두려움이  
커져간다.

나는 내가 할일을 완수하고 반드시 목표를 이루고 말아야겠다.

Sep 30, Mon, 2024

#### 플랭크 운동

운동 좀 해야 된다. 플랭크 운동을 하면 어떨까?