

思い立ったが吉日きちじつ

何かを新しく始める、または自分を変える決意をしたとき、あなたはすぐに行動に移すことができますか。

たとえば、「今度こそダイエットを成功させよう」と決めても、「今は中途半端な時期だから、来月に入ってから始めよう」などと、行動を先延ばしにしてしまう人もいます。

また、本を読んだり人から話を聴いたりして、「ぜひ見習いたい」と思うことがあったのに、実行しないまま忘れてしまった。などということは無いでしょうか。

「思い立ったが吉日」という言葉があります。良いことを思いついたなら、その日からすぐに実行するべきだという意味です。

ダイエットなら10分だけでも運動をする、勉強をするのであれば1ページだけでも参考書を読むなど、すぐにできることはあるはずです。

「そろそろ始めたいな」と思っていることがあるならば、今、この瞬間しゆんかんから始めましょう。少しでも早く取り組みことで、理想に近づくのもそれだけ早くなるのです。

今日の言葉

思い立ったが吉日

今日の気づき

コメント
