

できることすらしないと、できることが減っていく。
できることから始めると、できることが増えていく。

できることであっても、取り組まない人がいます。

「できることがわかっている」

「取り組んだところで、新しい発見も成長もない」

「慣れていることだから、あらためて取り組む必要はない」

あえて避けるからには、それなりの言い分があるでしょう。

すでにできることなら、平凡で簡単に感じるのも当然です。

取り組んだとしても、刺激も新鮮味も乏しいため、つまらなく感じるでしょう。

だからといって、できることをしないのはよくありません。

できることすらしないと、どうなるか。

できることが減っていくのです。



●筋力であれ能力であれ、使わないと衰えていく

人の体は生ものです。

できることすらしないと、基礎体力・基礎学力・基礎技術が低下していきます。

筋力であれ能力であれ、使わないと衰えていきます。

以前はすぐできたことが、だんだん時間がかかるようになる。

以前は簡単に感じたことが、だんだん難しく感じてくるようになる。

今は素晴らしい知恵や知識が身につけていても、使わないまま時間が長くなると、いずれ忘れていきます。

今はできる状態であっても、あれこれ理由をつけて取り組まないと、いずれできなくなります。

「おかしいな。以前はできていたのにできなくなってしまった」と、焦ることになる。

気づけば、何もできない人間になっているのです。

●できることから始めよう

まずできることから始めましょう。

難しそうなことであっても、最初から諦めるのではありません。

難しい仕事があっても、1から10まですべてできないわけではないでしょう。

部分的にできることがあるはずですよ。

部分的でもいいので、できることから始めましょう。

自分の今の実力でできる範囲でいいので、少しずつ取り組んでいきます。

できないことは後回しでいいので、ひとまずできることから始めます。

できることをしていると、途中で新しい知識や技術を身につけていきます。

だんだん知恵が磨かれ、体力もついてきます。

経験値が上がることで、頭も体も鍛えられ、レベルアップしていきます。

気づけば、できることが増えているのです。

以前はできなかったことが、いつの間にか、できるようになります。

これが「成長」です。

単調で平凡に感じて「現状を維持する」という意味では、一定の効果があります。

「できることから始めよう」という口癖を身につけましょう。

あなたの成長スピードを上げる言葉です。

一歩踏み出す勇気を出す方法 その25

できることから始めて、できることを増やしていく。