

～夏の一步を踏み出す勇気 — 故事『千里の道も一步から』～

七月になり、いよいよ夏本番。夏の光が強くなり、部活動の大会やコンクールが本格化する季節です。さて今月は、中国の故事「千里の道も一步から」という言葉を皆さんに紹介します。この言葉は、中国の思想家・老子の言葉です。「どんなに長い道のりも、最初の一步から始まる」という意味で、大きな目標も、小さな行動の積み重ねでしか達成できない、ということを教えてください。

期末テストが終わり、夏休みが近づくこの時期は、自分の目標を見つめ直す絶好のタイミングです。

・勉強をもっと頑張りたい・部活でレギュラーを目指したい・友達関係をより良くしたい・生活習慣を整えたい

どんな目標でも構いません。大切なのは、「一步目」を踏み出す勇気です。多くの人が、目標を立てても続かない理由は、最初から大きな変化を求めてしまうからです。

・毎日2時間勉強する・毎日ランニングする・毎日早起きする

こうした目標は立派ですが、急に生活を変えるのは難しいものです。だからこそ、「小さな一步」を大切にしてほしいのです。

・まずは10分だけ机に向かう・学校の階段を一段だけ速く上る・寝る前にスマホを5分早く置く

そんな小さな一步が、やがて大きな変化につながります。

老子の言葉には、もう一つ大切な意味があります。それは、「続けることこそが、最大の力になる」ということです。一步を踏み出したら、次の一步を。そしてまた次の一步を。その積み重ねが、皆さんを確実に成長させます。特に夏休みは、時間の使い方で大きな差がつく期間です。

・読書感想文を早めに終わらせる・部活で基礎練習を丁寧に積む・自由研究を計画的に進める

どれも「一步目」を早く踏み出すほど、心に余裕が生まれます。

「千里の道も一步から」

この夏、みなさんが踏み出す一步が、未来の自分をつくります。焦らず、比べず、自分のペースで歩いていきましょう。