

## 手抜きをしない

私が「大きな変革」以後、急に気を付けだしたことがあります。

当時サラリーマンをしていました。仕事のために工場内を移動することも多かったのです。通りかかった時に、自分たちの仕事で使うもので、未整理のものに気づいた時、いましている仕事の時間とのかね合いを考えて2、3分はいいかと思えるときは「とりあえず片付ける」ようになりました。

家でも気が付けば手抜きをしないようにしました。つまり気が向かなければ「パスする。また今度」というように、ほどほどにしました。

ケッコウ部屋が整理されたり、雑用が片付いたりしました。

その分だけ生活が前進しました。

## 「できれば手抜きをしない」

キッチリしようすると、息切れしていやになったり、ストレスになったりします。

ほどほどにすれば、長続きします。