

습관은 제2의 천성이다

인간을 습관의 묶음이라고 표현한 말이 있습니다.
인생이, 곧 반복되어지는 삶의 연속이기 때문에
우리의 생활 속에는 반복되는 시간, 반복되는 행위가 많습니다.



반복의 횟수가 잦으면 버릇이 생기고,
그것이 습관으로 체계화 되어 사람의 성격이나 행동을 결정합니다.
그리고 몇 개의 습관이 묶여서 인간을 만들고 살아가는 운명을 바꾸어 놓게도 됩니다.
일단 습관이 형성되면 천성처럼 되고 맙니다.
그래서 습관의 손아귀에서 벗어나려고 애써도 좀처럼 벗어날 수가 없는 경우가 많은 것입니다.

물이 아래로 흐르듯이, 우리의 행동은 습관의 강을 따라 흐르는 것입니다.
나쁜 버릇은 일찍 버리고, 좋은 습관을 형성하도록 적극적인 태도를 가져야 합니다.
나쁜 버릇은 지탄 받는 대상이 되고, 좋은 습관은 인간을 훌륭하게 가꾸어 갑니다.
나쁜 습관은 노력 없이 쉽게 할 수 있으나, 좋은 습관은 의지와 노력으로 이룰 수 있습니다.