2021年8月31日星期ER

早上4：30，醒来上个厕所。

就睡不着了，心里没来由的焦虑异常。睡前的最后一刻，我在雄心勃勃的列运动、学习之类的计划，像是每次醒来要做50个仰卧起坐和50个俯卧撑之类的，我知道我该去兑现承诺了，但我不想去做。

哪怕我焦虑的浑身产生了某种变化，像是一定要去做什么一样。但我依旧无动于衷，我开始思考为什么我会要去做，以及为什么我没去做。

为什么要去做首先是因为自己的承诺，但昨晚睡前为什么我要去对自己如此承诺呢，个中原因不言而喻，我一直想要做什么，但我不知道我想要做什么和我能做什么，所以我潜意识里在想起码我日常打发时间的玩意得是有所进步的吧，那运动就是这样，然后看书也是。这不算是这次的直接原因，直接原因是罗jj让我投他们公司，我答应了，但因为银行卡流水问题我又退却了，虽然这是无法回避的问题，但也是借口，我害怕改变，也毫无计划，所以一旦让我去做一些不计后果的事，我会想去尝试却又害怕的发抖。其次，我了解了一下成都的薪资水平，大概我潜意识里会觉得我去成都一定能拿个二十几，一查心里便没底了。招聘公司都给的十几k，我又何德何能要得到二十几，更不可能和罗jj的薪资比对。这大概是真实原因，因为敲出来这些话我就有点冷静了。我很在乎薪资吧，虽然没什么概念。

我想要获得什么，我缺少什么呢。

自律？财富？社交？爱好？专业？

自由？爱情？成就？

为什么没有去做了，是因为懒嘛？是吧，但这种近乎病态的，用懒似乎不能完美解释。于是我想起来，我前一段时间是十分想要去健身的，看到少峰健身，我就让他带我去，他各种推诿，我表面没啥，但心里也许相当介意，于是对健身有一定的抵触。其次，由于北京伙食不和胃口，导致我体重有所下降，有时候摸着自己肚子就发现小肚腩小了，也许我就觉得健身也无甚必要，更是因为长久以来的放纵，使我不想被约束，殊不知健身有益的是身心，自律更是自由。所以健身还是有必要的。