

自律是成功必不可少的因素。若人少了自律精神那和一條鹹魚有甚麼分別？所以若想成功就要養成自律的良好習慣。

自律有不少的好處，例如：自律可以使你有良好的生活習慣，準時睡覺、準時寫作業、準時吃飯都是自律的一種。而這樣好好約束自己，可以讓自己有一個良好的習慣和一個很好的身體。反之，若沒有自律，不僅不會有很好的身體，更不會有好的成績。而若沒有自律的人，也就控制不了自己的時間，與人約定就會遲到，那麼在人心裡，你就是一個不守時的人。而不自律也有可能造成死亡，前段時間就有一個學生因為不自律，玩手機過度而猝死。

自律從小事做起，從自己的時間管理做起。而中產階級的人，大多都是自律性很好的人，他們可以管好自己的日常作息和任何的時間管理，才能有如此的成功。

而若人類沒有自律，那麼人類可能早已滅絕。人類今日有如此的成功，自律是必不可少的基本因素。人們「日出而作，日落而息」，也是自律的一種。

自律是成功的基石，若人沒有自律，那就不可能會成功；若沒有自律，你就是人們眼中不可信的人；若沒有自律，死亡、失敗就正在向你招手。但有了自律，成功在向你招手。好的工作在向你招手，美好的成功就在前方。

自律是成功的基石，是成功不可或缺的基本。