

最低最悪のシナリオ

行動することでの「恐怖」があると思います。これはいわずもがな、女性に声をかける場合に限らず、どんな「行動」の場面でもそこに「チャレンジ」が含まれていたなら、「恐怖」があります。恐怖があるから行動できなくなるし、行動しないから何も結果は生まれないわけですね。

行動することに伴う「恐怖」というブレーキを外さないと事は始まりません。

それで、ここでは「恐怖」を取り外す方法を話していきます。

以前、恐怖を克服する考え方として、「実際に起こる恐怖は、想像上の恐怖よりもずいぶん小さい」という話をしました。「未知なるチャレンジをさせて身に万が一の事があったら大変だ」と、太古の昔からの古臭い考えを持ったDNAがあーだこーだ言っていて、そのチャレンジをさせないように、ありもしない恐怖をでっちあげているだけなんだ、と。そういう話でしたね。

このマインドセット・・・マインドセットと言うか「事実」なんですけど、この事実を常に頭に入れておいてほしいと思います。これを忘れると、また恐怖で行動ができなくなってしまいますから。てゆーか、覚えていました？言われるまで忘れていませんでした？

もし「YES」なら、このAMCに対する取り組み方を改める機会かもしれません。一度読んだだけでは意味がありません。身にならないからです。なぜ身にならないかという、忘れるからですよね。

Attraction Master Circle

Season1—本能的魅力の秘密

勿体ないです。

耳タコかもしれませんが、血肉にするためには何度も読んで、大事な部分は特に、何度も読み返して腑に落としてください。で、もちろんアウトプットも同時にやる。ほんの小さな行動でもいいからやる。この繰り返りで人間は成長・進化していきます。

老婆心はこれくらいにしておいて、ここでは恐怖をなくすためのマインドセットをまた一つ追加します。

まず、恐れには4段階くらいあると考えていて、

1段階目は単純に「恥ずかしい」という恐怖です。

(話しかけてどうこうじゃなくて、話しかける事自体が恥ずかしい。)

2段階目が拒絶される事、断られる事に対する恐怖。

3段階目は相手から発せられた言葉で傷ついてしまうことへの恐怖。(精神的被害に対する恐怖ですね。)

4段階目が身体的に傷つくことへの恐怖。

(例えば殴られたりとか、モノを投げられたりとか、ですね。)

・・・大体この4段階があると思ってるんですがじゃあどうすればいいのか？

最低最悪のシナリオを想像してみてください。

Attraction Master Circle

Season1—本能的魅力の秘密

例えば、女性に話しかけるとしますよね。最初のアプローチの段階なんですけど、ここでの最低最悪のシナリオを考えてみてほしいんですね。

見ず知らずの女性に話しかけることで起こる(かもしれない)最低最悪のシナリオは、どんなものが思いつきます？人生最低最悪ですよ。

無視される、軽くあしらわれる、あざ笑われる、冷たい態度で去られる etc…こんな感じですかね。もっと上があるとすれば、「は、いきなり何ですか？」「ちょっとそういうの困るんですけど…」「いや、間に合ってます」etc…みたいな言葉を突きつけられる事が考えられるでしょうか？

こういう状況になった時のあなた自身の精神的苦痛はどの程度でしょうかね？多少はへこむだろうけど、トラウマになるほどではないですよ？普通は数時間後、長くても明日になったら忘れていくでしょう。人生最低最悪のシナリオですが、あくまで現実的に考えてくださいね。現実的に考えれば、まさかぶん殴られたり、モノ投げられたりはしないでしょう。普通に考えればね。

…いいですか？

人生最低最悪のシナリオをちょっと考えみてもらったわけですが、「女性に声をかける」程度だと、せいぜいこのレベルのシナリオしか考えられないわけです。声のかけ方が全然魅力的じゃなくて最低だったとしても、「てめえごときが、なにあたしに気安く声掛けてるんだよ、殺すぞボゲえ！」なんて言われたいし、殴られたり、モノを投げられたりはしません。

「ごめんなさい、間に合ってます」

Attraction Master Circle

Season1—本能的魅力の秘密

って言われることが最低最悪ですか？無視されることが人生最低最悪ですか？違いますよね。なのにみんな、得体の知れない恐怖を持っていて、それが全てのブレーキになってしまっているわけです。

気付くべきなんです。「そこに本当の恐怖はないんだ」ってことに。

ここで最初の「実際の恐怖は想像上の恐怖よりもずいぶん小さい」という考え方に繋がってくるわけですが、とにかく「気付く」という事が重要。すべて錯覚なんだ、勘違いなんだ、ということに気付く。これは女性だけじゃなくて、どんな恐怖の場面でも考えてみるんです。人生最低最悪のシナリオを考えてみてください。「どう考えても無視されるだけだ」と言う事が客観的に理解できれば、恐怖なんてほとんど吹っ飛んでいってしまいますよね。

全部は消えないかもしれないけれど、残った恐怖は勢いでなんとでもなります。「えいっ」って飛び込んじゃえばいいんですよ。そうやってチャレンジを続けて行って、その分失敗も経験して、10の失敗から1つの小さな成功体験があって、それを積み重ねて行って、結果的に進化した男になればいいんです。

なれますよ。マインドセットがちゃんとあって、そしてこのステップを踏めば、否が応でも進化した男になれます。とにかく、恐怖とかフラストレーションとか、夢とか目標とか、何でもそうなんです、明確にしていないことが問題なんですね。明確にしていないから見えない想像上の感情に振り回されるし、全部中途半端なんですよ。

明確にしましょう、なんでも。ちょっと立ち止まって考えてみて、「この恐怖は本物か？」って自分に問いかけてみてください。客観的に。例えば、今あなたが道行く見知らぬ女性に声をかけたとして、どうなりますか？多分

Attraction Master Circle

Season1—本能的魅力の秘密

無視されると思います。変な目で見られるかもしれません。

でも、それがなんだって言うんですか？大したことないですよ、別に。これまで、「ナンパ」とか、「飛び込み営業」とか、やったことない人からすると、物凄く勇気が必要で、怖くて、自分には縁のない世界だと、自分には耐えられないと思っていたかもしれませんが、結局この程度なんですよ。

断られても、多少言葉で傷つけられたとしても、別に大したことじゃないし、そんなにつらくないんだ。最低最悪がその程度なんだから。無視されたらいいんですよ。何度でも無視されたらいいんです。10回、20回やっていれば、恐怖そのものがなくなってくるし、そのうち何かしらの成功体験も手に入ります。その成功体験は自信そのものなんですね。

僕はビジネスで成功している人とお会いする機会をよくいただきますが、成功者に共通していること、それは、

失敗を忘れるのが早い

ということです。