

思考パターン

ある一つの考え方を持つことで、
そこから色々なことが派生していきます。

あなたの身の回りに起きている色々なことは
一つ一つが別々の現象に見えるかもしれませんが
実際にはつながっていて、

根本的な考えが原因でその現象が起きている、
と考えることができます。

逆に言うと、一つの考え方を変えることで、
いま起きている色々な現象を一気に変化させる、
解消させることも可能なのです。

例えば

- ・ どうしても許せないことがある
- ・ 不完全な自分を受け入れて欲しい
- ・ 好き過ぎる、仲が良過ぎる
- ・ 認められたい
- ・ 相手を倒したい

こういった現象が起きるのは
『他人を責める習慣』を持っているからです。

他人を責める思考パターンでは、たとえば

うまくいかないことを教材のせいにしたり、
証券会社や値動きのせいにしたり
家族、仕事、トレード環境のせいにしたり、

パニックになったり、
自分に問題があるとは思わなかったりなど
色々なことが起きます。

私たちのほとんどが『他人を責める習慣』
を持って生きていると思います。

なので他人を責める思考パターンのままトレードをやり、
精神的に負担が大きくなり、うまくいかないことにつながる、
ということが起きてしまうわけです。

こういった話を聴いても
すぐにはピンと来ないかもしれません。

たとえば、他人を責める思考パターンを持っている人の
親子関係がどうなるかという、親が評価基準になる、
親と逆のことをやりたがる、自分が常に正しくありたい、
という考えにつながっていきます。

重要なのは、今、現実で起きている色々な現象を
それぞれ独立させてみるのではなく、
つながっている、大元にあるものから派生していると考え、
その大元を探し出すことができるということです。

色々な現象が起きてもどう対処してよいかわからず
ただ傍観していたものでも、
大元を探し出すことで色々な現象を
一気に解決できることも可能だ、ということです。

「他人を責める」という思考パターンのまま
トレードをするとどういう現象が起きると思いますか？

自分は悪くない、他人が悪い。
何か他のことが悪い、
と考える思考パターンでトレードすると
あまり良い現象は起きないな、と何となく感じますか？

「だったらトレードの時だけその思考パターンを辞めて
正しい思考パターンでトレードすればいいのでは？」
と考えることもあるかもしれません。

あなたには何かクセがありますか？

つい髪の毛をかき上げたり、頭をかいたり、
眼鏡の位置を治したり、貧乏ゆすりをしたり・・・etc.

「そのクセをやらないでください」
と言われて完璧にそのクセをやめておくことができるでしょうか？

一瞬でも気が緩んだらつい出てしまうものが「クセ」です。

「トレードの時だけ思考パターンを変えればいい」
というのは、**トレードする時は一瞬の気のゆるみも
絶対に許されない状態でトレードし続けなければ
ならないということです**

そんな緊張感を持ったままで
トレードを長く続けられるでしょうか？

どんな環境であっても毎トレード毎トレード
強い緊張感を持ったままトレードし続けられるでしょうか？

続けられたとしても精神的な負担はかなり大きく、
肉体的に耐えられる人はほとんどいないと思います。

それよりも、全体はつながっていると考えて
その大元になるたった一つの考え方を変えることで
他のすべてを一気に変えることもできるのです。

大元ではない、ただ派生している一つ一つのことを
しらみつぶしに変えていくのではなく、

一番大きく効果が出るポイントを探し出して
そこに集中することが非常に大切になってきます。

なかなか結果につながらない、満足できない、
強いストレスを感じてしまうという状況に
おちいる場合もあると思いますが、

それらも一つ一つをつぶしていくのではなくて、
それらの大元になっている
一つの原因を探し出すことを目的にしていきます。

そうでなければ、結果につながらない努力を
続けてしまう可能性があるので気をつけておきます。