

反則級の行動
力の極意！

行動力

メルマガ限定版

人生が変わる行動力

利用規約

【著作権について】

このレポートは著作権法で保護されている著作物です。このレポートの著作権は発行者である「ゆうたく」に属します。

著作権者の許可なく、このレポートの全部又は一部をいかなる手段においても複製、転載、流用、転売等することを禁じます。このレポートに書かれた情報は、作成時点での著者の見解等です。著者は事前許可を得ずに誤りの訂正、情報の最新化、見解の変更等を行う権利を有します。

【その他】

このレポートの作成には万全を期しておりますが、万一誤り、不正確な情報等がありましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。このレポートを利用することにより生じたいかなる結果につきましても、著者・パートナー等の業務提携者は、一切の責任を負わないことをご了承願います。

人生が変わる

行動力を今すぐインプット！

成功へ導く行動力の極意 3つを伝授

読んでほしい人



- **熱い想い**を胸に秘めているけど行動できずにいるサラリーマン。
- 他の人に先を越されて**悔しい思い**をしているサラリーマン。
- 後になって「やっぱりあの時やればよかった！」と嘆くサラリーマン。
- このまま**定年再雇用なんてクソ喰らえだ!**と思っているサラリーマン。

安心して下さい！私も過去は思いっきり当てはまってました！笑

そんな悩めるあなたの苦悩を解決します！

本レポートを読めば行動できずにいるあなたも、**行動力**とやる気に満ち溢れてきます！

はじめに

単刀直入に結論を述べてしまうと、
あなたの行動力を覚醒させる唯一無二の方法は「自分にとって行動しなければならない仕組み」を作り、それを「**習慣化する**」ということです。

「いやいや、そんなことはわかってるって。
だからその手法を教えてくれって言ってんだよ！」

って言われそうですね。

ちゃんと理解し実践できるようにお伝えしてきますのでご安心ください！

ちなみにですが、私はやる気が満ち溢れすぎて時間を捻出するために冬道でも自転車に乗ったり、食事の時間も惜しくてブドウ糖を食べながら時間を捻出する程に変わりました。

ちょっと極端ですが、それほど強烈に本能にビンビンくる方法です！

とにかく、やる気が満ち溢れてくるので取扱いには注意してください！笑

人生が変わる行動力

目次

【1】あなたが行動したい理由を考える.....	11
【2】あなたが行動出来ない理由を考える.....	15
【3】「成功したい」あなたの欲求の正体.....	22
【4】行動する為にあなたはどのようにするのか？.....	30
【5】本能の逆をいくということ.....	32
具体的手法① 先にリスクを取る作戦！.....	33
具体的手法② ハッキリで決め打ち作戦！.....	43
具体的手法③ 痛みを感じさせろ作戦！.....	48
【6】有益な情報があなたの最大の敵？！.....	50
まとめ.....	61
1…先にリスクを取りに行く作戦！.....	61
2…ハッキリで人に宣言しちゃう作戦！.....	61
3…痛みを感じさせろ作戦！.....	62
4…勝手に宿題！.....	62

【1】あなたが行動したい理由を考える



はじめにちょっと一緒に考えてみましょう。

あなたが**行動したい理由**はなんですか？

なぜ**行動しなければならない**と思っているんですか？

あなたがこのレポートを手にとって目を通してくれている
ということは、きっと何か**行動**したいと思っているは
ずです。

あなたはなぜ行動したいんですか？
少し考えてみてください。

私の場合は

- ・ **周りに認められたいから！**
- ・ **周りに評価されたいから！**
- ・ **ずっと同じ悩みを抱えていたくないから！**
- ・ **成長したいから！**
- ・ **今の生活をより良くしたいから！**
- ・ **今よりも収入をあげたいから！**
- ・ **億万長者になりたいから！**
- ・ **自分や家族を幸せにしたいから！**
- ・ **お金に苦労したくないから！**
- ・ **うまい飯とうまい酒を飲みたいから！**
- ・ **行動してる自分の方がカッコいいから！**
- ・ **モテたいから！**

他にも出てきそうですが、

私が行動しなければならぬと思う理由をあげてみまし

た。

誰にも言わなくていいのであなたも考えてみてください。

きっと共有することもあるんじゃないかと思います。

一言でいうなら**成功したい**。その為に行動したいワケですよね？

じゃあ次は、一緒に逆を少し考えてみましょう。

【2】あなたが行動出来ない理由を考える



あなたは**行動しないと、成功というあなたの欲求に近づかない**、それを頭ではちゃんと理解していると思います。

それなのに行動できないのはなぜなのか？
何もしなければ成功も失敗もない。

つまり成功する為には行動が不可欠。

あなたはきっとそれを理解しているはずです。

それなのに**なぜ行動が出来ない**のか。

行動できない理由を一緒に考えましょう。

はい、考えてください！

- ・ **失敗するのが怖いから**
- ・ **周りの評価が気になるから**
- ・ **失敗したくないから**
- ・ **めんどくさいから**
- ・ **後でもいいやと思うから**
- ・ **すぐに結果が出ないから**
- ・ **時間がないから**
- ・ **寝たいから**
- ・ **遊びたいから**
- ・ **自分に自信がないから**

こんなところでしょうか。

成功するのが分かってて、しかもすぐに結果が出るなら
多少めんどくさくても、寝る間惜しんでもやりますよね。

ちょっと余談になっちゃいますが、その中でも最近
わたしが発信する活動をしていて特に感じるのは「**周
りの評価や目線が気になる**」ってところ。

ここはインターネットを通じて発信していく上で**避けて
は通れないポイント**だと思っています。

特にブログでも、ツイッターでも、ヤフオク・メルカリでも
ココナラでも、「いいね」や「評価」など**ユーザーの声**とい
うものがファンの方や、あなたやわたしの発信する
商品の**購入者様の大きな判断材料**になっています。

そんな中で、悪い評価などの**次のユーザーが購入を躊躇してしまうようなマイナス評価**が何度も入ってしまうと、もうそれは**死刑宣告に等しいほど大打撃**を負ってしまうわけです。

せっかく興味を持ってもらったのに、

「あ、この人最低評価入ってるからやめとこ…。」

みたいな…。

たとえ発信するものの内容が抜群に良いとしても、**その悪い評価たった1つで見向きもされないような致命傷**になることもある時代です。

しかも、夕子の悪いことに**悪意のあるライバル達があなたを引きずり下ろすためにわざとそのようなことをしてくる**っていう事もザラにあるわけで…。

え、何でこんなことを熱く語るかって？

私自身も以前に、意気揚々と新たなことにチャレンジした時に、匿名で**悪意のある悪評化に攻撃されて夜も寝られないほどに苦しんだ経験**があって再起するのに苦労した辛い記憶が蘇るからです。

その時、わたしのチキンハートはこれでもかというほどに
ズタボロに八つ裂きにされ、自分の**人格を全否定**さ
れたかのような、まさにもうどうでもいいやと**全てを投げ**
捨てるほどに心に深い深い傷を追いました…。

そして、その時はすぐには立ち直れずしばらくの間、**戦**
線離脱を余儀なくされました…。

とまあ、少し脱線してしまいましたが、行動できない理
由というのは人それぞれ色々とあるわけです。

次はそれを脳科学的な視点で考えてみましょう。

わたしは脳科学の専門家ではないのでここからは独断
と偏見で簡単に話します。

【3】「成功したい」あなたの欲求の正体



有名な欲求のお話があります。

マズローの5大欲求というもので、あなたもきっと

聞いたことがあると思います。

マズローさんは偉大なる著名人ですが、わたしはここでその話をしたいわけじゃないので簡潔に。

人間の欲求には**5つの段階的な欲求**があり、もっとも動物的で原始的な欲求でもある生理的な欲求からはじまり、社会的に認められたいというより高い欲求、さらには自己実現させたいというより**高次元な欲求**までが**ピラミッド型の三角形で形成されるイメージ**です。

一番低位に位置する動物的で原始的な欲求でもある生物的欲求とは何か、
それは、

- ・ **生きたい**
- ・ **食べたい**
- ・ **水を飲みたい**
- ・ **寝たい**
- ・ **トイレに行きたい**
- ・ **セックスしたい**

そういった欲求で、要するに人間の中に動物の本能として備わっている強い欲求でもあります。

爬虫類的欲求とでも名付けることにしましょう。

それに対し、より上位の欲求というのは

- ・ **富を得たい**
- ・ **人に認められたい**
- ・ **社会的名声や地位を手に入れたい**
- ・ **他社に貢献したい**

といったもので、先ほどの動物的な欲求よりも高次元な欲求であり、他の動物にはない**人間的な欲求**でもあります。

つまり何が言いたいかと言うと、

あなたの頭に中では**成功したいという人間的な欲求**が出てこようとしている、だから行動しなければと思う訳です。

しかし、**強烈で強い爬虫類的欲求も同時に出てこようとしている。**

...

いわゆる「**欲求の交通渋滞**」みたいな状態です。

そんな状態なので、

頭の中で「**成功する為には行動することが不可欠**」と
思っている

より**強烈で強い爬虫類的な欲求が先に出てこようとして交通渋滞をおこし本能的に行動できないようになっている**んです。

少し極端ですが、

例えば**成功確率は50%当たれば一生お金に困らないだけの生活が保障**されている。

しかし反対に、**外れれば命を落とす。**

そんな宝クジみたいなものがあっても、怖くて買えないですよね？

それって生きたいと言う爬虫類的な欲求が働くからだと思っています。

つまり上の例のように異なる段階の欲求がぶつかりとより低位である「**生きたい**」という**爬虫類的欲求が勝ってしまう**訳です。

もっとわかりやすく、身近なことに置き換えてみましょう。

あなたが**年収数百万円もらうサラリーマン**だとします。

もしあなたが脱サラをして成功すれば**月に数百万円**
年間にすると**数千万円から数億円稼げる**かもしれま
せん。

なのに、年間数百万円しかもらえないサラリーマンを辞
められないのは

もし失敗したら大きな借金を抱えてしまい

「食べたい」

「生きたい」

と言う**爬虫類的な欲求を満たせなくなることを避ける**
訳です。

これは動物の持つ脳の仕組みであり、曲げることができないヒトの脳の仕組みです。

その証拠に、**自分が飯も食えない状況なのに他者貢献とかいって寄付している人を見たことは一度もありませんよね？**

この、**欲求と行動の関係を念頭**に置いて下さい。

【4】行動する為にあなたはどのようにするのか？



前の話では、**爬虫類的な本能が強くて行動できない**
つまりは**成功できない**ようになっているとお話ししまし
た。

じゃあどうすればいいと思いますか。

ちゃんと読んで理解してくれたあなたは、もうどうすればいいか分かってるかもしれません。

ようは爬虫類的な欲求が邪魔をして成功したいという欲求が邪魔される。

すなわち**行動ができない**わけです。

本能に従って、本能のままに生きていてはダメってこと。

つまり、**本能の逆**をいけばいいのです。

【5】本能の逆をいくということ



本能に逆らうっていうのは言葉で言うのは簡単ですが、実際にやるって言うのは本当に本当に至難です。

まさに、【言うは易く行うは難し】そのものです。

だから本能の逆を行く為に、あなたが意識的にコントロール可能な一つ一つの小さな行動を変えていきます。
では今から具体的に何をするのか？

具体的手法① 先にリスクを取る作戦！



これは例えばこういうことです。

あなたは一週間後に家族で旅行に行くため家族全員分の飛行機のチケットやホテルを予約したとします。

人生が変わる行動力

しかし次の日

会社に行くと大きな仕事が舞い込んできてその仕事が片付かないと

せっかく予定した旅行に行けなくなり予約したチケットなど全てキャンセルしなければいけない状況。

そのキャンセル代は**総額20万円！**

あなたはきっと、どんな手を使ってでも仕事を片付けるなり、引き継ぐなりして**キャンセルしなくて済むように行動するはず**です。

わたしがそういう状況に陥ったら周りに頭を下げようがどれだけ残業しようが絶対にキャンセルしなくて済むように行動します。

頭の中では、人に頭を下げてまでお願いをしたり
残業なんてしたくないのに**意に反してでもそうする**と思
います。

また別な例えだと

わたしは学生時代から社会人になりたてのころ
よくパチンコ屋さんに行って、もうアホかってくらい散財し
てました。

その時もうすでに何万円も突っ込んでいて回収できる
見込みなんてほとんどないって状況。

頭では辞めたいと思っていても**止められず**にさらにお
金を突っ込んでくっていう**アホな経験**をしたことが何度
かあります。（ギャンブル依存症の話は、また別の機
会に）

それって「損したくない」「取り戻したい」というヒトの心理が働いてしまって**頭ではもう止めたいと思っているのにその意志に反して行動しちゃってます**よね。

この**意に反して行動**出来るというのが**最大のポイント**なんです！

本能では楽をしたいようになっているので、楽をしたいという**意に反して自分を行動**させるんです。

例えが長くなりましたが、このような心理は「 sunk cost 効果」と言われていて、**意に反して行動できるってところを逆手にとってうまく利用**しちゃいましょう！って話です。

家で勉強や副業をしても…

特にコストはかかっていないので**テレビに誘惑**されたり
スマホをポチポチいじり始めて時間が奪われたり
眠たくなったらゴロっと横になって
エロサイト見たり（笑）
そのまま寝てしまいがちです。

だから**あえて**居るだけでコストがかかるような場所に行ってみるのも1つ方法です。

例えば片道1時間かけてカフェに行ってメニューの中から一番高いコーヒーを頼んでみましょう。

すると、わざわざ遠出して高いコーヒー飲みながら**何もしないわけにはいかない心理**が湧き出てきて勉強や読書、ビジネスなどのパソコン作業など**自宅とは比較にならないレベルで集中して時間を使えます。**

もし眠たいなーと思ってもゴロっと横になれるわけでもないですし、エロサイトも当然見れない。

何もせずにボケーっとしてしていると周りの目も気になったりするでしょう。

そして、もっと**ストイックに自分を行動させるならスマホは自宅に忘れる設定**にしてみましよう。

邪魔するものは何もなく、もうやる以外ないという状況に陥りますから。

そもそもの本能に逆らうのは本当に難しいですがこういう小さな行動の積み重ねで

本当はめんどくさいからやりたくないあなたの意に反して、やらざるを得ない状況に将来のあなたを陥れるのです。

安心して下さい。

どうせやるのは将来のあなたです。

その時カフェに向かっているあなたは何1つ辛いことはありませんから。笑

また、今の時代は無料のブログなんかで大体の情報収集はできますよね。

ですが

本気で行動したいと考えているのであれば
あえて有料のものを購入して学んでみるというのも一つの方法だと思います。

仮に全く同じ内容の情報だったとしてもコストがかかっている分、**それを取り返したいという心理が働きます。**

無料ブログだったら流し読みしていたようなことが、あえて有料で手にしたものであればちゃんと読まなければ無駄になるというバイアスが働き、結果として行動することができます。

具体的手法② ハッキリで決め打ち作戦！



例えば、あなたが今YouTuberになりたいとします。

でも、何から始めていいのかも分からないし**なかなか踏み出せずに行動できずにいると仮定**しましょう。

そんなとき、**周りの友人でもいいですし、Facebookでもいいですし、Twitterでもいいですし、とにかく人に宣言してしまう**んです。

あなたが、「YouTuberデビューします！その記念すべき一作品目を〇月〇日に公開します！是非見てください！」

どうですか？

宣言しちゃった以上、**もう後には引けません。**

なんせ**やらなきやタダの嘘つき**です。

信用を失いかねません。

人からの信頼・信用を得たいというのはマズローの5大欲求でいうと、中～上位ほどに位置する承認欲求あたりでしょうかね。

なかなか**強力な欲求**があなたを後押ししてくれるって
わけです。

寝る間を惜しんででも、調べて、勉強して、なんとかしてで
も、記念すべき一作品目を公開しなければって心理が
働いて行動できませんか？

わたしも「**〇月〇日までに納品します**」とあえて先に約
束しちゃったり、結構いろんなことに応用するようにして
ます。

実際にやる上でのコツは**これだけ納期もらえば安全だ**
なっていう保険はなるべくかけずにちょっと無理かもく
らいな感じで短めに言うこと。

それをひたすら繰り返すうちに、**自分が行動せざるを得**
ない状況がだんだんと分かってきます。

そうなる**と習慣化出来る**チャンスの到来です。

それが分かってきたらしめたもので、あとは**将来のあなた**
が行動せざるを得ない状況に仕向けるイメージです。

(ワルですねー。笑)

この作戦のもう1つのコツは、家族などの身近**ではない**
人にあえて言うこと。

身近な人の場合「出来なかった時の言い訳をし易い」
ため効果は薄いです。

ですからあえて**TwitterやFacebookなどSNSで言ったり**普段そこまで**親しくない人に言っちゃうほうが**より自分を追い込んで行動することができるので効果が高いです。

(私自身の体験談より)

あ！安心して下さいね！

さっきも言いましたが、

どうせやるのは将来のあなたです。

まだ、何も準備していないのにハッキリ言ってる今のあなたは何も辛い思いはしませんから（笑）

（このレポートを見終わったらゆうたくにハッキリ宣言してください！笑）

具体的手法③ 痛みを感じさせる作戦！



さっきお話した、先にリスクを取るっていう方法に近いんですが

例えば、あなたがビジネスするためにMacBook Proの最新型を30万円を買わなきゃならないとしましょう。

- ・36回の分割にして**月々数千円を払う**
- ・購入時**現金一括で30万円を払う**

どちらがあなたにとってより強く痛みを感じられますか？

月々数千円だけだったら痛みが少なすぎてなんとしてでも副業のビジネスを成功させるという**熱が冷めた時に**
行動し続けられるだけの原動力になりうるでしょうか？

一方で、**現金一括で払った30万円**っていうのは他に使う予定があって用意してあったものだったとしたら
なんとしてでも行動して捻出しなければならないって
思うことができますか？

本能では**安全な分割払いをしたくなりがち**なんです
が、**あえて逆に行くことで本能を刺激し**
将来渴望するであろう未来の行動力を現金一括で
叩き買いますのです。

【6】有益な情報があなたの最大の敵？！



最後に、現代の情報化社会の中で「**行動すること**」に着目した時に、これを理解しておくことで**より強力に「行動すること」にフォーカス出来る**、わたしの体験談の中からひとつ。

本能の逆をいき爬虫類的欲求をコントロールすることを実践するにあたって今の時代には、**特に邪魔なものがある**んです。

それは何か。

それは、**有益な情報**です。

有益な情報が邪魔??

ええ。全然意味が分からないと思います。汗

ちゃんと説明させて下さいね。

例えば、今あなたは**副業に興味を持ってブログを始めようとしている**としましょうか。

そんな中先駆者たちが、

- ・ **ブログは既にオワコン**
- ・ **ブログでアフィリエイトする時代は終わった**
- ・ **今の時代はYouTube。参入者の大半が成功する**

など

他にも

- ・ **株式投資でこのテクニカル分析を使って攻略すれば誰でも儲かる**
- ・ **不動産投資をすればローリスクで将来の資産形成と不労所得が手に入る**
- ・ **この自動売買ツールで取引するだけでFXで爆益を出せる**
- ・ **まだ水面下のこの仮想通貨を今仕込めば1年後価格が20倍に上がる**

こんな情報達が毎日大量に、**ブログをやろうとしているあなたの目の前に飛び込んで来たらあなたは行動できますか？**

あなたは目移りしちゃって「**本当にブログをやっていて大丈夫なんだろうか？**」と勝手にひとりで不安になったりしませんか？

ハートに火が付いてるうちはきっと大丈夫でしょう。

でもね、考えてみて下さい。

どんなビジネスでもいきなり爆益なんて出ません。

最初は色々苦勞しながら徐々に収益化に繋がっていきます。

よく、苦勞はある日突然報われるなんて言われたりもしますね。

「本当にこのままブログ続けてて結果出せるのかなあ」

そんな思いが頭をよぎったその時に、さっきのような**情報**があなたの目や耳に入ると、**きっとあなたの心は多少なりとも揺れ動くはず**です。

でもそれはきっと自然なことです。

なぜなら、わたしもそうでしたから（笑）

・リアルビジネスこそ至高

さらに他にも、

・ネットビジネスはどこか胡散臭いとか

もう探せば**キリがないほどいろんな情報**が入ってきます。

しかも経験者の話ならまだしも、**自分では何もやってないような0発屋みたいなヤツがそんなことを言っていたりします。**

で、今のあなた何をしたいんですか？
そうです。

「行動」したいんですよね。

あなたが行動する上で、今述べたような**あなたの人生には一切関係のない外野からの情報**っていうのは**ハッキリ言って邪魔**です。

うん。控えめに言っても…**邪魔！**

あなたの意識が他に分散してしまって、**肝必要の行動力が奪われます。**

いや、奪われるというよりは**他に向いてしまう**という方が**正しい**でしょうかね。

だからあなたは**強く意識して取捨選択する必要**があります。

不要な情報を排除せよ。

そう、つまりシャットアウトしていく**必要がある**のです。

これは私自身が行動したいと強く思った時に、**先駆者の貴重な経験から学ばせてもらったり実際に経験した中で学び感じ取った**ことです。

勉強することや学びそのものが完全な悪であると言っているわけではありません。

あなたが**行動するうえで、邪魔になってしまうこともある**よってということです。

見たことあるでしょ？

...

ひたすらインプットばかりして、**インプットだけは超一級。**

しかしインプットするのみで、一切アウトプットしていない人。

それって、**ただの何もやってない人**ですよ。

あなたの周りにもきつといるはずですよ。

このレポートを手にしてくれたあなたは、そうはなりたくないと思っっているはずですよ？

邪魔なものを視界に入れて
エネルギーを分散させるな

『**一点突破**で行動することに
フォーカスせよ！』

まとめ

『行動するためにあなたが今日から 実践すべき三箇条！』

1…先にリスクを取りに行く作戦！

- ・ 決められる予定は先に決め、予約や納期、約束を入れるべし！
- ・ 集中したいならスマホを家に置いて遠くのカフェで一番高いコーヒーを頼むべし

2…ハッキリで人に宣言しちゃう作戦！

- ・ SNSなどを活用し人に宣言しまくるべし！
- ・ 保険はかけずに将来の自分に無茶振りすべし！

3…痛みを感じさせろ作戦！

- ・ 強引に現金一括叩き買いをして将来の行動力買うべし！

4…勝手に宿題！

- ・ 読み終わったらすぐに、あなたが挑戦しようと思っていることをわたしに宣言しちゃって下さい！

『一点突破で行動することに フォーカスせよ！』

Thank you for your time!!

**このレポートが少しでもあなたのお役に立てれば
とても嬉しいです！**

最後に

読者の皆様の目的・目標が達成することを

心より願っております。

この度は、本内容を見て頂き有難う御座いました。

他にも、お役立ち情報などを幅広く発信しております。

ブログ・Twitter・メルマガでも有益な情報をお伝えしておりますので、是非フォローして頂ければと思います。

ブログ : [ゆうたくの足跡](#)

無料メルマガ : [マル秘プレゼントをこちらからもらう](#)

Twitter : [プロフィール](#)

Instagram : [プロフィール](#)