

■ スワイプコピー⑥【行動停止型・最終完成版】

※この文章は、そのままコピーしてお使いいただけます。読者に合いそうなものを1つ選び、そのまま貼ってください。迷った場合は、まず1つそのまま使ってみてください。」

■ 件名

「まだ準備が足りない」と思って、動けなくなっていないですか？

【Problem:問題】

やろうと思っているのに、なぜか動けないことはありませんか？

やろうとは思っている。でも、なぜか動けない。もう少し調べてから。もう少し準備が整ってから。もう少し自信がついてから。

そう思っているうちに、時間だけが過ぎていく。そして気づいたときには、「結局また動けなかった」と、自分を責めてしまう。

でもその感覚は、今日だけではありませんよね。

これまでも何度も、「あと少し準備してから」と思いながら、同じ場所で立ち止まってきた感覚ではないでしょうか。

【Affinity:親近感】

その状態は、本当にあなたの意志の弱さなのでしょうか？

もしこれが当てはまるなら、一つだけ知っておいてほしいことがあります。それは、それがあなたの意志の弱さでも、やる気の問題でもないということです。

あなたは怠けているわけではありません。

むしろ、ちゃんとやろうとしているからこそ、「中途半端な状態で動いてはいけない」と感じてしまう。

たとえば、

☒ もっと理解してから動きたいと思ってしまう

✓ 完璧に準備してからじゃないと不安になる

✓ 「これでいい」と自分にOKが出せない

こうした感覚。これは性格ではありません。

これまでの経験の中で、「まだ足りない」と言われ続けてきた記憶や、「完璧でないとダメ」という基準が、無意識に残っているだけです。

この教材では、この状態を「心のウイルス」と呼んでいます。

【Solution: 解決策】

無理に急がなくても、少し見方を変えられるとしたらどうでしょうか？

無理に「すぐ動こう」とする必要はありません。大切なのは、「まだ足りない」という感覚を、そのまま信じないことです。

「本当に足りないのか？」と、一度だけ立ち止まって見てみる。そして、「いまの状態でもできることは何か？」に、少しだけ目を向けてみる。

それだけで、止まっていた状態に、小さな変化が生まれます。この音声図鑑は、そのためにあります。

自分の問題として抱え込むのではなく、100通りの他人の事例として聞いていくことで、「あ、自分も同じところで止まっていた」と気づく瞬間が自然に訪れます。

その気づきによって、「準備が足りないから動けない」と思っていた状態に、少しずつ隙間が生まれていきます。

無理に変わろうとしなくていい。ただ触れているうちに、気づいたときには、「少しだけやってみよう」と思えるようになっていきます。

【Offer: 提案】

もし、その“止まってしまう仕組み”に自然に気づける方法があるとしたら？

『心のウイルス図鑑100音声』は、そうした気づきを自然に起こすために作られた教材です。1話15～20分の音声を、通勤中や日常の中で聞いていくだけで、無意識の反応に気づけるように設計されています。

さらに、

✓ 音声: 100音声合計 約30時間

✓ スライド解説動画: 約7～8分 × 100本(合計 約11時間)

✓ PDF資料: 各テーマ10～15枚 × 100セット(合計1000枚以上)

音声で感覚的に理解し、動画で整理し、PDFで振り返る。この流れで、無理なく身につけていくように設計されています。

合計で約40時間以上。対面セッションに換算すると約100回分に相当する内容が、すべて手元にある状態です。

ただ、最初からすべてをやる必要はありません。今のあなたに必要なテーマを1本だけ繰り返し聞く。それだけでも十分です。

余裕があるときに、少しずつ増やしていく。そのくらいのペースで大丈夫です。無理なく触れていくことで、止まっていた状態に、少しずつ動きが生まれていきます。

つまりこれは、必要なときにいつでも取り出せる「自分専用の支え」のようなものです。

【Narrow down: 絞り込み】

このまま気づかないまましていると、同じところで止まり続けませんか？

もしこのまま、「まだ足りない」と感じ続けたまましていると、どれだけ準備しても、どれだけ時間をかけても、同じ場所で立ち止まり続けてしまいます。

準備して、止まって、また準備して、また止まる。その繰り返しで、これからも続いていきます。

今までと同じように。

【Action: 行動】

ここで一度、小さく動き出すきっかけを作ってみませんか？

あなたは、本来、完璧でなくても動いていい人です。すべてが揃ってからでなくても、一歩踏み出していい存在です。

焦らなくて大丈夫です。無理に変わろうとしなくて大丈夫です。ただ、このまま「準備の中で止まり続ける」のではなく、ここで一度だけ、その仕組みに気づきかけを作ってみてください。

少しずつ、「完璧じゃなくても大丈夫」と感じられるようになる。そして、「少しだけやってみよう」と自然に思える瞬間が増えていきます。

気づけば、これまで止まっていた自分が、少しずつ動き始めている。その変化を作るために用意されているのが、この『心のウイルス図鑑100音声』です。

無理に変わろうとしなくていい。ただ触れていくことで、気づいたときには、動ける自分に変わっている。

その一歩を、ここから始めてみてください。

👉『心のウイルス図鑑100音声』で、自分の主導権を取り戻す