

どうも、神楽です。

今日はみんなの常識をぶっ壊します。

目から鱗がめっちゃ落ちると思います。

すごい大事な話なので、

最後まで読んでいただけたらと思います。

あと最後の追伸で、

超有料級の動画もプレゼントしてます。

相当濃い内容ですが、

良ければそちらも見てみてください。

それではいきます。

■目標はコツコツやるんじゃねえ！

いきなり常識をぶっ壊します。

恋愛、ビジネス、肉体改造、英語、その他

なんでも良いです。

夢や目標などの自己実現を前にしたときに、

毎日コツコツやって、

1年～2年で結果出してやろう！

と、意気込んだ人が、

結果を出しているのを

残念ながら僕は見たことがありません。

コツコツという戦略を選んで

~~~~~

結果を出した人を見たことがないんです。

~~~~~

あ、これだと語弊があるので、

1つ付け加えますね。

初心者の場合は、です。

~~~~~

恋愛なら、初彼女をつくってDT卒業。

再現性を持って彼女を作り続ける。

ビジネスなら最初の5万～10万を突破。

自分で企画して再現性を持って売れる。

肉体改造なら、重量〇キロ。体重〇キロ。

とか。

こういう初心者が目指す目標においては、

コツコツという戦略を選んだ時点で  
失敗します。

選んだつもりが無くても、

何年も時間かけている場合も同じです。

言い方は悪いかもしれませんが、

確実に敗北者になります。

なぜか？

それは人の構造（メカニズム）が  
大きく関係しています。

すごく簡単に解説しますね。

■人間の忘却線（メカニズム）の話

人ってすぐに忘れる生き物です。

ドイツの心理学者

ヘルマン・エビングハウスという人が

人が何かを学んだときに

- ・ 20 分後には 4 割忘れる
- ・ 1 ヶ月後なら 7 割忘れる

という忘却線を提唱しています。

細かい数字は忘れて OK ですが、

要するに、

目標達成に時間をかければかけるほど、

どんどん忘れていって、

その度に、思い出したり、復習したり

どこまでやったっけ？

となつて、時間がかかり、

非常に効率が悪いということです。

## ■モチベや決意は「生もの」問題について

モチベや決意は「生もの」なので、  
時間が経つほど、腐っていきます。

時間が経つ

↓

忘れる

↓

また思い出す

↓

ああ、めんどくさい

↓

段々やる気なくなる

↓

やがて目標そのものを忘れる

という流れになるわけです。

覚えるのが面倒な方はざっくりと

- ・人はすぐに忘れる生き物
- ・モチベは「生もの」ですぐ腐る

とだけ、覚えておいてください。

■するとつまり・・・

目標を最短で達成する場合、

- ・短期集中で一気に片付ける
- ・コツコツ地道に積み重ねていく

どちらが人間の構造的に合理的でしょうか？

という話になってきます。

よく僕は短期で、

恋愛も、ビジネスも、肉体改造も、

いろいろ叶えていて凄いと云われますが、

実は、まったくの逆です。

短期で集中しないと

~~~~~

人の目標や夢って叶えられない

~~~~~

から一気にやってるだけです。

なぜなら、勉強したり、実践したことを  
人はすぐに忘れるし、

モチベや決意も「生もの」だから  
すぐに腐ってしまうからです。

だから短期で集中して、

があーっとやることにやって、  
忘れる率を抑えつつ、

モチベや決意が弱まる前に、  
一気に片付けているということです。

繰り返しますが、

「短期でいろいろ叶えていて凄いですね」

じゃないんですよ。

短期で集中しないと

~~~~~

人の目標や夢って構造的に叶えられない

~~~~~

からです。

ここ死ぬほど大事なので、

絶対に覚えておきましょう。

そして、コツコツやれば、

いずれ目標や夢が叶うと思っていた人は、

短期型に戦略を切り替えていきましょう。

- ・恋愛なら3ヶ月～
- ・ビジネスなら半年～
- ・筋トレなら3ヶ月～

このくらい経過しても、

目に見える結果が出てない人は、

特に注意です。

コツコツ型で取り組んでる可能性が

めちゃ高いのに加えて、

努力の方向性も間違ってる可能性が高いです

■1つ問題が浮上しますよね？

コツコツがあかんのはわかった。

短期集中の方が、

人間の構造的にも合理的なのもわかった。

でも、実際にそんなことができるの？

自分にやり切ることができるかな？

という問題です。

これに関しては、

今までの RE シリーズと繋がってきますが、

だからこそ

プロの頭脳を参謀として側に置いて、

~~~~~

知識や知恵を借りることができる

~~~~~

環境にいることが

~~~~~

めちゃくちゃ大事になる

~~~~~

んです。

ってか、ぶっちゃけまして、

初心者が、短期集中と我流を共存させるのは

ほぼ 100%不可能です。

素っ裸で極寒の地を横断するくらい

不可能です。すぐ死にます。

もしかしたら、

「どんだけ自分の企画に繋がりたいねん」

と思う人もいるかもしれませんが、

そういう意図も当たり前がありますが、

でも単なる事実としても言ってます。

だって、事実なんだから。と。

結果を当たり前に出してる人って、

REシリーズで言ってきたこと、

意識・無意識を問わず、

ちゃんとやっていますからね。

じゃなきゃ僕だって英会話を学ぶときに、

わざわざ RIZAP イングリッシュという  
手段を選んだりしません。

忘れるのも、モチベが腐るのも、

もう人間の構造で、

全人類が避けようがないんだから、

そこにわざわざ逆らおうという発想が  
そもそも思い浮かばないんです。

「よし、重力に逆らってやろう！」

とかって、普段思わないですよね？

それと一緒にです。

英会話もちろん、短期集中で  
一気に話せるようになったほうが良いので、

RIZAP イングリッシュという  
プロの頭脳が借りられる環境に

僕は自己投資したんです。

英会話のときだけじゃないですよ。

僕はどんな目標のときも、

いつだって、

このルールを徹底して守るからこそ、

最短で結果を出すことができるんです。

しつこいようですが、

「最短で結果を出されていて凄いですね」

・・・じゃなくて、

結果を出すには、

最短で行く以外の道が無いんです。

忘れてるかも知んですが、これも **【RE2】** の

構造、原理原則、ルール、  
理（ことわり）ですね。

- ・人間はすぐに忘れる
- ・モチベは「生もの」ですぐ腐る

こういう人間の  
構造やルールを理解してるからこそ、

下手に逆らうことをせずに、

最短でプロに教えを乞うてるだけです。

それが合理的だからです。

だから余計なプライドは不必要だし、

我流も必要ないんですね。

ルールから逸脱するからです。

そして逸脱すると、

いつまで経っても、

夢や目標が叶わないからです。

・・・ということで

RE⑤は以上になります。

感想やアウトプットがあればぜひください。

それでは！

## 【追伸】

予告していた

超有料級の動画をプレゼントです。

※有料級なので相当濃い内容です。

1分1分の密度が濃いです。

つまり真剣な人向けです。

ながら聴きすると、

動画の威力が半減すると思うので、

時間をきちんと作って

視聴するのをオススメします。

<https://youtu.be/H6aAV-DoSAU>