

1. はじめに
2. プログラムの進め方

1. はじめに

伊藤です。

今回、トレードメンタル強化プログラムをお渡しできることを大変うれしく思います。

今あらためて思い出しているのは、
どの分野でもそれなりの結果を出す人々は、
何かしらのメンタルコントロールをしているものだということです。

たとえば、私がヨット選手だった頃、
仲の良かった選手で世界チャンピオンにもなった兄弟とそのコーチは
瞑想を行っていました。
彼らの大学ヨット部は当時インカレ3連覇という偉業を達成しましたが、
メンバーほぼ全員が瞑想を行っていたことも後で知りました。

10年ほど前に1年間ほど一緒に仕事をしたことのある、
アメリカの超一流ビジネスマンもやはり瞑想を行っていました。

5000億円のファンドを運用する、
ある日本人の方もメンタルコントロールを行っています。

最近では「マインドフルネス」が、
経営者やビジネスマンの間でも流行っていますが
あれもメンタルコントロールです。

じつは私も15年以上前から、
毎日朝と夕方にほぼ欠かさずに瞑想を行っています。
(義務感はまったくなく、やると疲れが取れて楽しいからやっています)

つまり、良いパフォーマンスを発揮するためには、

心と体のストレスを取り除く必要があり(曇りなき眼でいるために)
そのためには何かの方法やテクニックが必要だということです。

その方法が散歩でも良いですし、お風呂に入ることも良いとは思いますが

どうせやるなら、実績や実証がある方法が良いはずです。

ですから今回、「手軽にできて効果が高いものを作ってください」
という私の無理なお願いに答えてくださり、

トレードのためのメンタル強化プログラムを作ってくださった
ダンディSさんには本当に感謝しています。

なぜならば、
ダンディさんはすでにたくさんの実績、実証をされてきたからです。

ダンディSさんについてご紹介します。

ダンディさんは高校生の時代に、
「ある精神的な苦痛」をきっかけにして大病を患ってしまいました。

その時両親は医者から
「いつ亡くなってもおかしくない。覚悟しておいてください」と
宣告されていたそうです。

それほど悪い状態でしたが、
そのことは本人にはまったく知らされず

ダンディさんは、友人が届けてくれたツボに関する本を病床で読み、
自分で身体のあちこちを触っては痛がったりして遊んでいたそうです。

するとそれが功を奏したのか、
見る見るうちに奇跡の回復を遂げました。

その後、

- ・大病のきっかけが“精神的な苦痛から来ていた”ということ
- ・そして、ツボの本によって回復したこと

この二つがきっかけとなって
「身体と心の関係」に興味を持つようになり、
その道に進むようになりました。

そして、様々な勉強や修行を経て、
18年前にボディとメンタルのサロンを開業しました。

それ以来、複数店舗のサロンを経営されてきた
経営者であり、ボディとメンタルのスペシャリストです。

育成した弟子の数は120名を超え
サロン全体で施術したのべ人数は8万人を越えます。

クライアントには、
超一流のアスリートや、経営者、政治家など様々な方がいます。

通常、
このようなプログラムは1対1のカウンセリングで数週間かけて行われるそうです。
(一流のセラピストですので料金も当然それなりです)

しかし今回は、トレードでの効果を目的としていますので、
「自分でごく簡単にでき、効果が出るやり方」にしてもらいました。

しかも私からお願いして、「無料」です。
これほどの価値はありません。
本当に感謝感謝です。

ちなみに今回のプログラムは、
「日本自律訓練学会」の会員でもあるダンディさんによる

自律訓練法を取り入れたメンタル強化テクニックとなります。

どうか有効にお使いいただき、
成果につなげていただければ幸いです。

2. プログラムの進め方

- ① トレードテクニック編
- ② メンタル強化編

の順番にPDFを読み、音声を聞いてみてください。
そして実行してみてください。

実際に行うためのエクササイズの声は

- ① リラクゼーション説明付き
- ② 自己暗示法 説明付き
- ③ リラクと自己暗示 説明なし

になります。

慣れるまでは、①と②を聞くと良いでしょう。
慣れてからは③だけを聞くと良いと思います。

夜寝る前にやっても良いですし、
疲れたときなどにやっても効果があります。

それでは、是非ご活用ください。