

ツイてない日が始まる前に阻止する方法

2011.03.01 08:00 [コメント数：「0」](#)



Ads by Google

廃車を7万円で買取りする方法

自動車税・重量税・自賠責を全額返金 毎月200人のユーザーが利用
www.haisha.info



Photo by [Paul Downey](#)

ツイてない日というのは、1日の最初から最後までツイてない日のような気がします。しかし、その悪い流れを断つことは可能です。コツは、**時間旅行とユーモア**。下記がその方法です。

我々はツイてない日に関する科学について、[過去記事](#)を参考に再度書いてみました。参考にしている原則は同じものもありますが、解決方法のアプローチは異なります。

Ads by Google

アンソニーロビンズも絶賛

世界No.1 コーチを夢中にさせた天才 マーケッターの極意を無料公開中です
www.tspi.jp

■1日の始まりの失敗への対処

ツイてない日というのは、スタートの失敗を皮切りにツイてないことが起こり続けるものです。

朝起きたら、目標にしていた時間よりちょっと寝坊。急いで準備して車に乗ったら、忘れ物をしていることに気づいたので、また取りに戻る。

その後、急いで車を運転し始めたらガソリンが足りないことに気づき、仕方なく高速を降りたものの、どこにガソリンスタンドがあるかが分からず右往左往...

やっとガソリンスタンドを見つけたものの、割高で損した気分の上、このままでは絶対に仕事に遅刻することが判明。その上支払いにカードを使えず、現金の持ち合わせがなかったため、ATMへ行く羽目に。しかし、そのATMがダイヤルアップ接続の動きの遅いATMで、時間がかかりイライラ。「もう、時間がないのにー!!!」



といった具合に1日が始まり、その後もさらに悪いことが続く...なんてことがあります。

ツイてない1日の始まりの例を出してみました。実はそんなにツイてない日でもありません。というのは、以下のようなことが起こっているからです。

1. 小さな間違いを同時に起こした。
2. 普通の行動と出来事を、自分に起こったツイてないことと考えた。

自分が特別な人間だとは思わないでください。実は、私たちは自己陶醉しているだけなのです。私たちは、自分に起こることばかり考えすぎ、ツイてない日だと思いこんでしまいます。**些細なことに大きな意味付けをしてしまっ、その本当の姿を見極められなくなってしまうのです。**

■ポイントは「気づき」



悪いことが起こると、その痛みを感じて、なんて自分は不運なんだ！と嘆いてしまうもの。でも最初にすべきことは、**状況を分析し、広い視野で考えることです。**

鳥があなたに狙って糞を落としたとしたら、それを阻止することはできません。しかし、1週間したらそんなことを忘れては、ガソリンがなくなったら入れさ



心配しているはず。カッパカッパ、カッパ、カッパ、カッパで。世界は特に変わっていません。

そんなこと分かりきっている、と感じるかもしれませんが、怒ったり感情的になっていると、そう思えないものです。よって、ツイてない日への対処法としては、何かが起こったらすぐに自分へ「**それは大したことではないし、自分にできることは何もない**」と言い聞かせること。もちろん「言うは易し行うは難し」ですが...

■「信じられないこと」を信じよう

鳥の糞で人が死ぬことは、ほぼありません。そんなこと分かりきっていても、顔や髪の毛についた糞を取っている間は、必死なはず。このような時は、少し時間旅行をして、未来のことを考えてみましょう。大抵、きっと後で友達に聞かせて笑っているはず。誰かに起こったことだと思えるのも手です。**状況を抽象的に考え、それからそれが自分に起こったともう一度考えると、その出来事に対して軽い気持ちで対処できます。**



ガソリンスタンドの話についても然り。友達にその時に起きたいろんな失敗や、大遅刻したことを話したら、みんな笑ってくれるでしょう。自宅から800メートルくらいの場所でガソリンスタンドを探していて道に迷うなんて、よっぽどの方向音痴です。きっと、友達によく方向音痴ネタで笑われているのでは？ つまり、**ツイてない日ではなく、よくある失敗が起こっているだけなのです。**その出来事を笑うか、次々に起こる悪いことを考え、1日をより悪い日にするか。どちらがよいですか？

■避けられないツイてない日もある

愛する人の死、失業など、人生にとって悲しい出来事が起こる日もあります。こういうツイてない日は避けられません。こういう日は、笑ったり避けたりする日ではありません。時には悪いことも起こります。私たちは、**時には悲しい思いをする必要があるのです。**

しかし、軽いツイてない日への対処に慣れておくと、本当に悲しいことが起こったツイてない日と向き合いやすくなります。エネルギーを本当に悪いことが起こった日にとっておき、普段のツイてない日は、今回紹介した方法でやつつけてしまいましょう！