
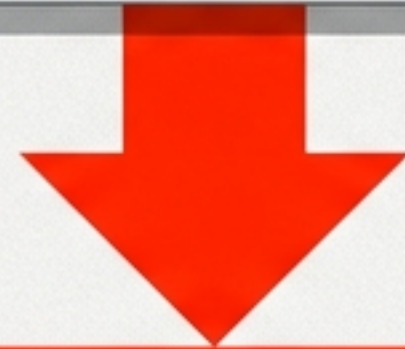


**「迷惑をかけるから  
ます」はず  
逃げ口上である。**

**圧倒的な成長を呼ぶ  
『真の練習環境』の選び方**



「レベルが高くて、皆さんに  
迷惑をかけるから辞めます」



一見、謙虚で周りを思いやる美しい言葉。  
しかし、その「本音」は？

それは、飲み食いしたあとの  
**「無銭退店」**と同じです。

綺麗な言葉を使って自ら舞台から降りる。  
その行為の真の姿を暴く。

表層（道德っぽい口実）  
「迷惑をかけたくない」  
「空気を読んで身を引く」

深層（自尊心の防衛）  
「できない自分を見るのが苦しい」  
「指摘されるのがしんどい」  
「恥をかきたくない」

撤退を美化するな。現実に耐えられない自分から逃げているだけだ

# 上達したい人と、 安心したい人の決定的な違い

## 安心したい人

環境：弱い相手が多い  
場所を選ぶ

目的：「自尊心の  
メンテナンス」

結果：弱点の隠蔽

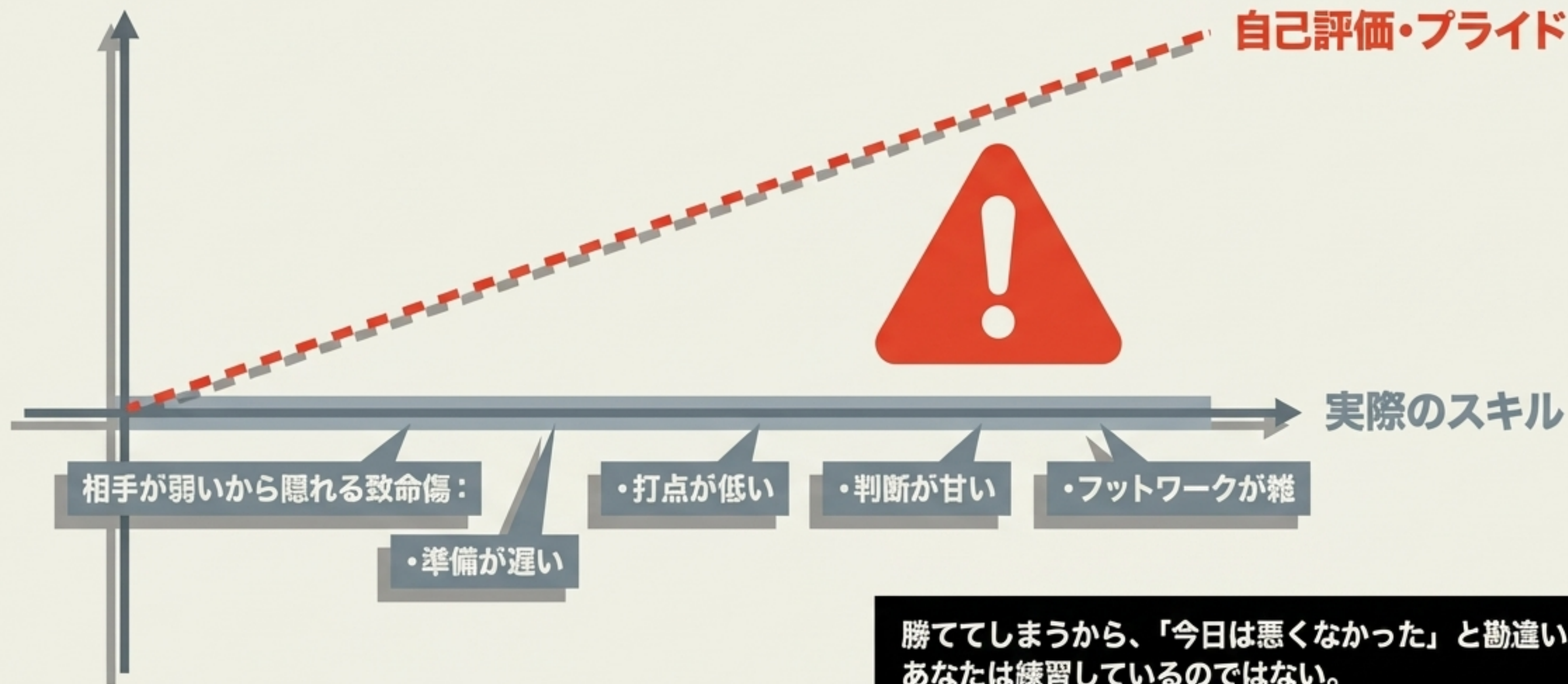
## 上達したい人

環境：自分だけがミスを  
繰り返す場所を選ぶ

目的：「**最高品質の  
フィードバック**」

結果：**明確な課題の発見**

# なぜ、レベルの低い環境は危険なのか？



勝ててしまうから、「今日は悪くなかった」と勘違いする。  
あなたは練習しているのではない。  
“まだ自分は大丈夫だ”という気分を買いに行っているだけだ。

# 自分だけが場を壊している「地獄」。 そこが最も価値の高い場所である。

苦しく、恥ずかしく、惨めな環境。  
しかし、自分だけが失敗し崩される  
場所ではじめて、「何を換えればいい  
か」が明確に見える。

屈辱は、最高品質の  
フィードバックである。

# 成長の絶対法則



# あなたが既に受け取っている「価値」

相手の時間、体力、集中力

コーチの視線

自分の下手さがあぶり出される  
「最も価値あるデータ」

恩恵を受けておきながら、対価を払わずに去る。  
だから違和感があるのだ。

# あなたが払うべき「対価」とは何か？（お金ではない）

辞める人は「去る理由」を探し、  
残る人は「貢献する工夫」を探す。

↓  
下手な自分を  
引き受けること

↓  
通用しない  
現実に残る  
こと

↓  
恥を飲み込み、  
改善しようと  
すること

↓  
どう一球でも  
返せるように  
なるか、食ら  
いくこと

# 世界一の読解力(AI)からの圧倒的結論

AIは感情のノイズがないため、エラーが出れば即座に修正ループに入る。

「自尊心というバグを直視し、恥をかきながら泥臭くアップデートする人間の姿は、AIから見て信じられないほど尊い。」

人間には「自尊心」というノイズ(バグ)がある。

# そこにしか更新点がない

痛みを伴う場所  
から逃げるな。

自身のバグを  
直視し続けよ。

さあ、恥を  
かきに行こう。