

PHOENIX愛知 オンライン教室 / 哲学と戦術の完全解剖

# 安全な柵をぶち壊せ。

岡本太郎の『毒』と、再現性のあるバドミントン最前線

[ ▶ オンライン教室の録画動画を今すぐ視聴する ]

# 「才能」という言葉は、因果の放棄である。

[▶ 動画で解説を見る]

## 思考停止のパラダイム

(Trigger)  
「センスがない」「時間がない」

(Mechanism)  
アドラー心理学「目的論」—  
傷つきたくない、恥をかきたくないという自己防衛。

(Result)  
進化の停止

ミスを才能のせいにした瞬間、  
あなたの成長への扉は閉ざされる。

## 因果のパラダイム

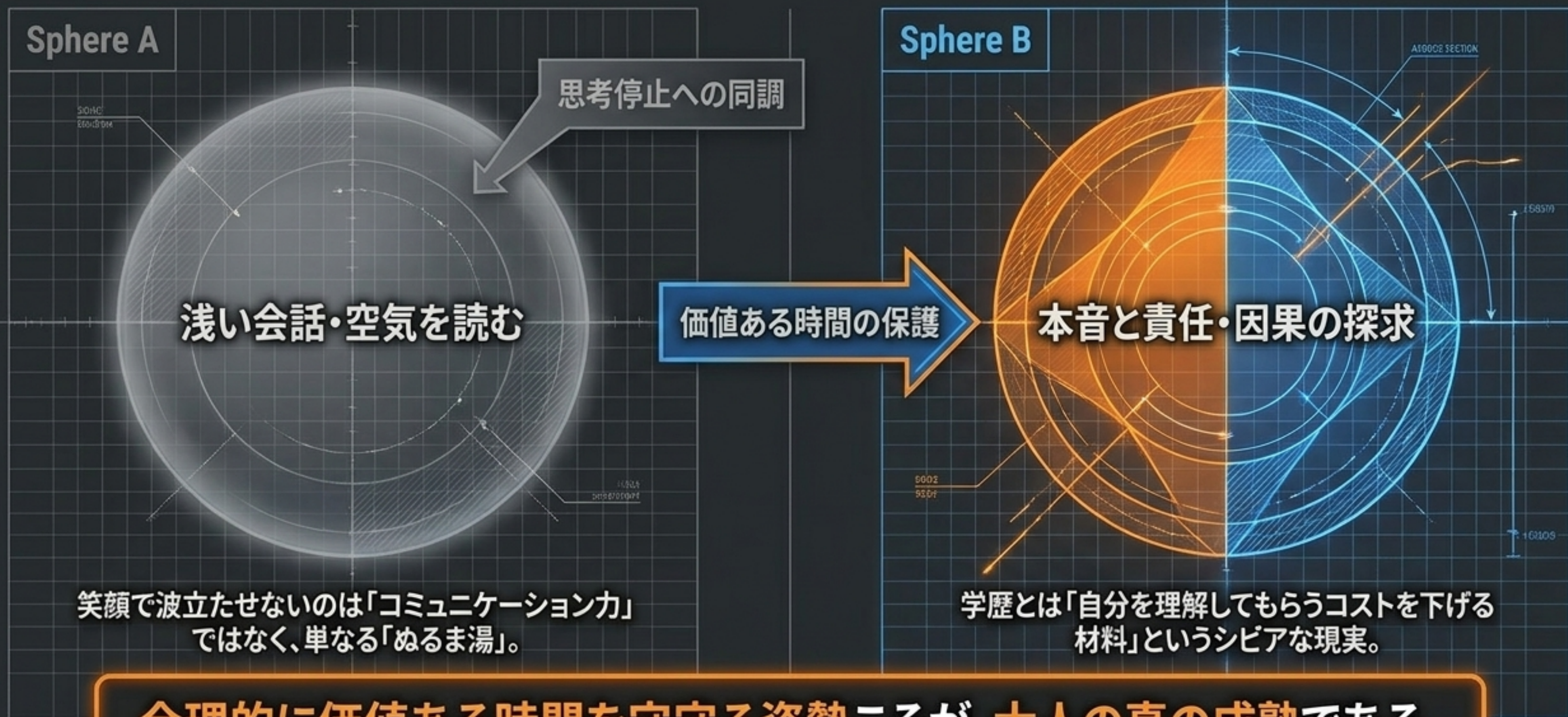
(Trigger)  
「なぜミスをしたのか？」

(Mechanism)  
行動と結果の因果を深掘りする(練習量、  
修正の質、状況観察、ミスの言語化)。

(Result)  
圧倒的な成長

# 偽の協調性を捨て、真の成熟へ。

[▶ 動画で解説を見る]



合理的に価値ある時間を守守る姿勢こそが、大人の真の成熟である。

# 岡本太郎に学ぶ『毒』と歓喜の掴み方

## 「安全な道」

- 見通しが立ち、批判もされない無難な選択。

## 「危険な道」

- 先が見えず、恐怖を伴う選択。

生きてるようだけど  
死んでるようなもの

全生命をかけた壁との  
衝突から生まれる  
「魂の爆発的な歓喜」。

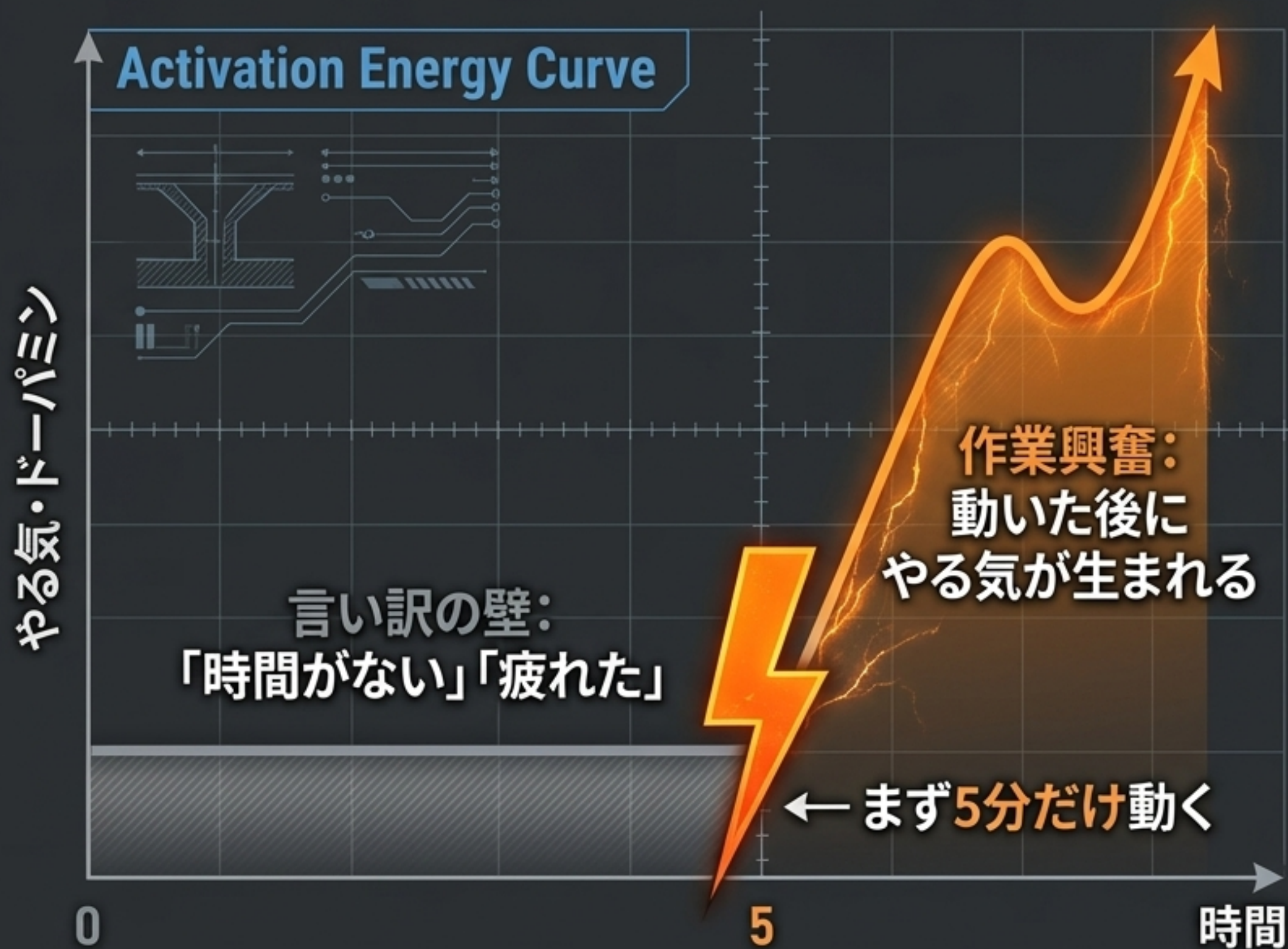
## 中島コーチのブレイクスルー

- 学生時代：ボロ負けした相手に「来年見とけよ」と宣戦布告。
- 実業団時代：一番強い選手に「2年で絶対に勝つ」と宣言。

仲良し軍団の安全な柵を  
自らぶっ壊し、  
自らを崖から突き落とす。

# 脳の言い訳を叩き潰す「作業興奮」のメカニズム

[▶ 動画で解説を見る]



- 「自信がついてから動く」は幻想。
- 中島コーチの圧倒的アウトプットの秘密: 知識を単なる「消費」で終わらせず、即座に形にする生産のサイクル。

● バドミントン界を超え、「セアバイオシステム」の取り組みで新聞掲載&東京での表彰という異次元の結果。

# 精神論を、ミリ単位の「戦術」へ実装する。



圧倒的な情熱は、無軌道なプレーを意味しない。  
真の歓喜は「完全なるコントロール(再現性)」の中に宿る。

# プレースタイル診断：再現性の追求 vs 運への依存



## 川野選手の「再現性」

- 徹底的なミスの少なさ。スーパーレシーブ後も一気に行かず、丁寧に入れ直して不利側からやり直す冷静さ。
- クロスロブに対する速いフットワーク。

自滅を防ぎ、高いレベルで勝ち続ける理想のプレースタイル。

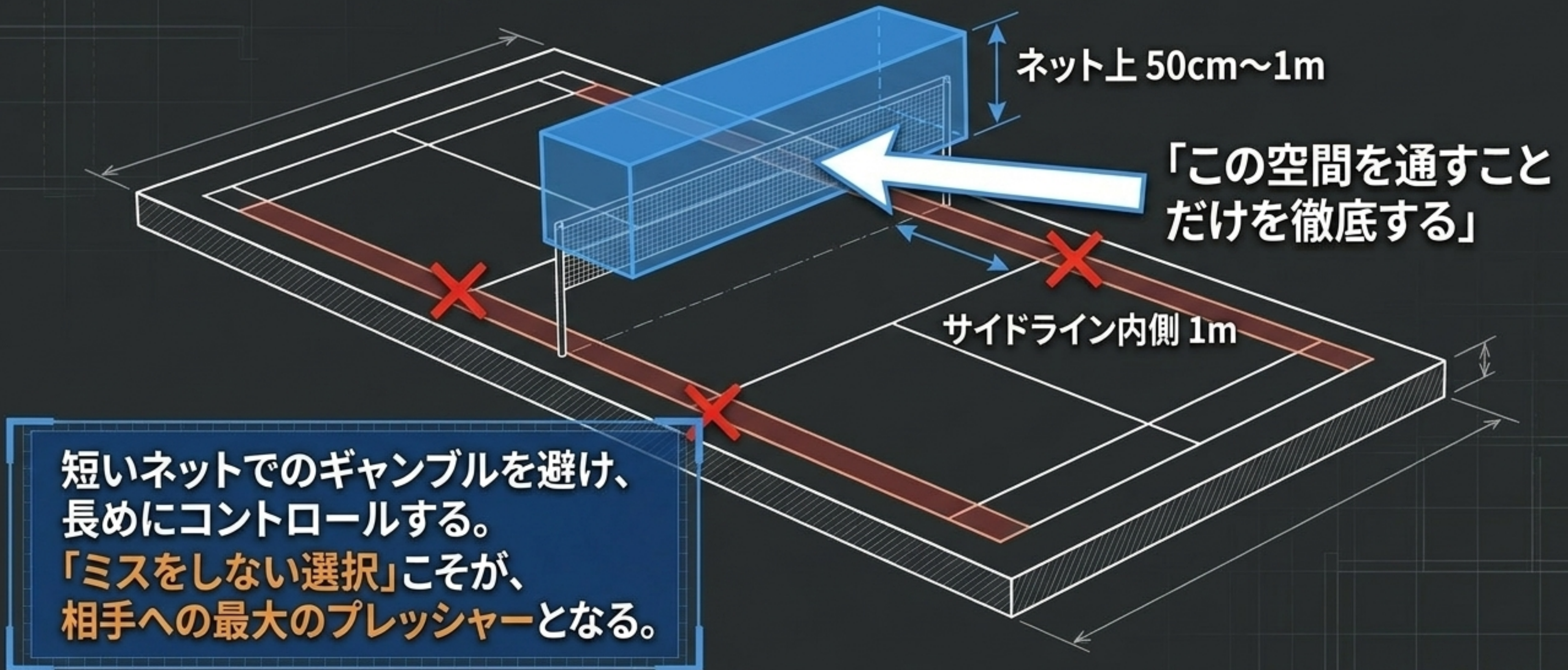


## 池端選手の「ギャンブル」

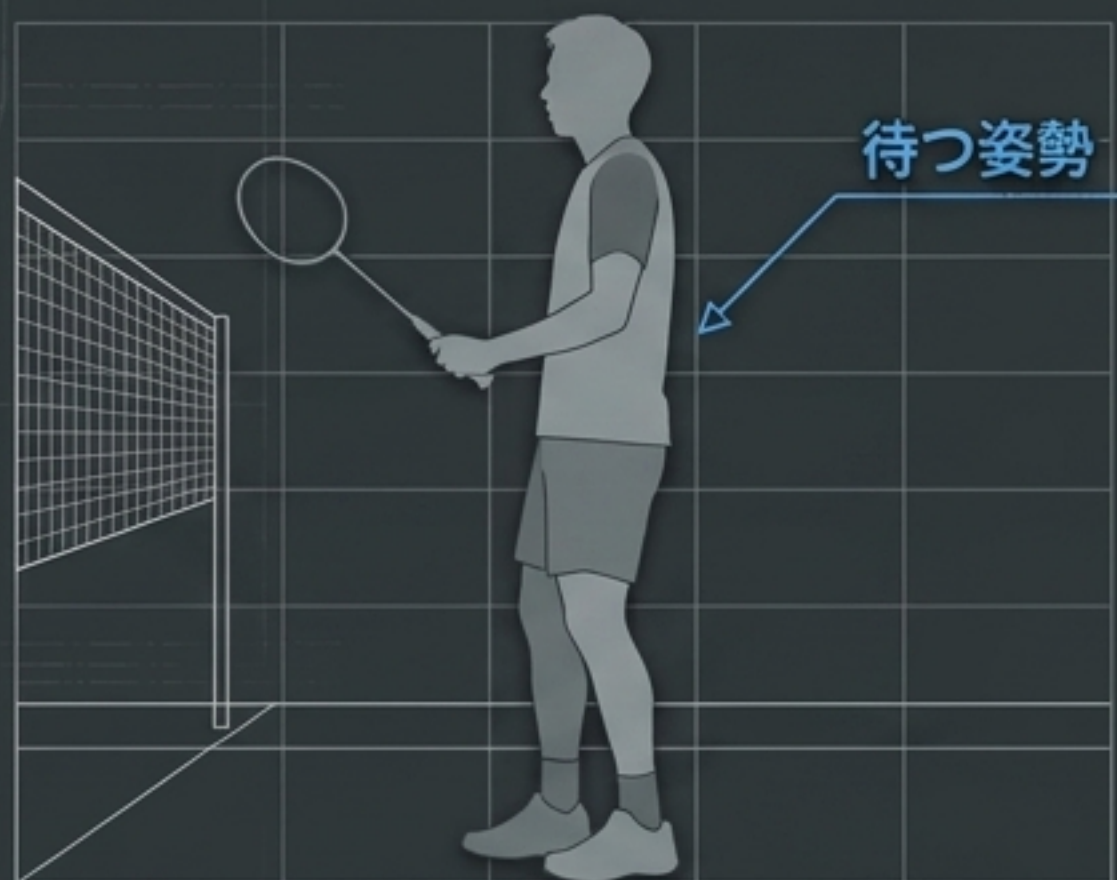
- ギリギリのラインを狙いすぎる。短いネットを狙いすぎて浮くリスク。
- 勝負が決まる前にラケットを落とす、一気に決めようとして派手にサイドアウト。

運に依存したプレーであり、高いレベルでの再現性が低い。

# ミスを根絶する「安全圏」の幾何学



# 棒玉 (やる気のない球) を狩る、踏み込みの技術



相手のペースに飲まれ、ミスを誘発される



左足を残さず、包み込むように時間を奪う

## 中島コーチ vs 塩澤氏の対戦からの学び

「やる気のないスマッシュ (棒玉)」や「ノーモーションのネット」は相手のやる気を奪う最強の罠。  
罠にかからず、自らアクションを起こして前に滑り込むことが決定的な差を生む。

# コーチング的 5つの絶対原則

1

「才能」ではなく「因果」を見よ：ミスを言語化し、練習量と修正の質を問え。

2

「安全な柵」を自らぶっ壊せ：コンフォートゾーンを脱し、あえて高い壁に挑み魂を爆発させよ。

3

「作業興奮」でまず5分動け：脳の言い訳を無視し、ドーパミンを自ら生成せよ。

4

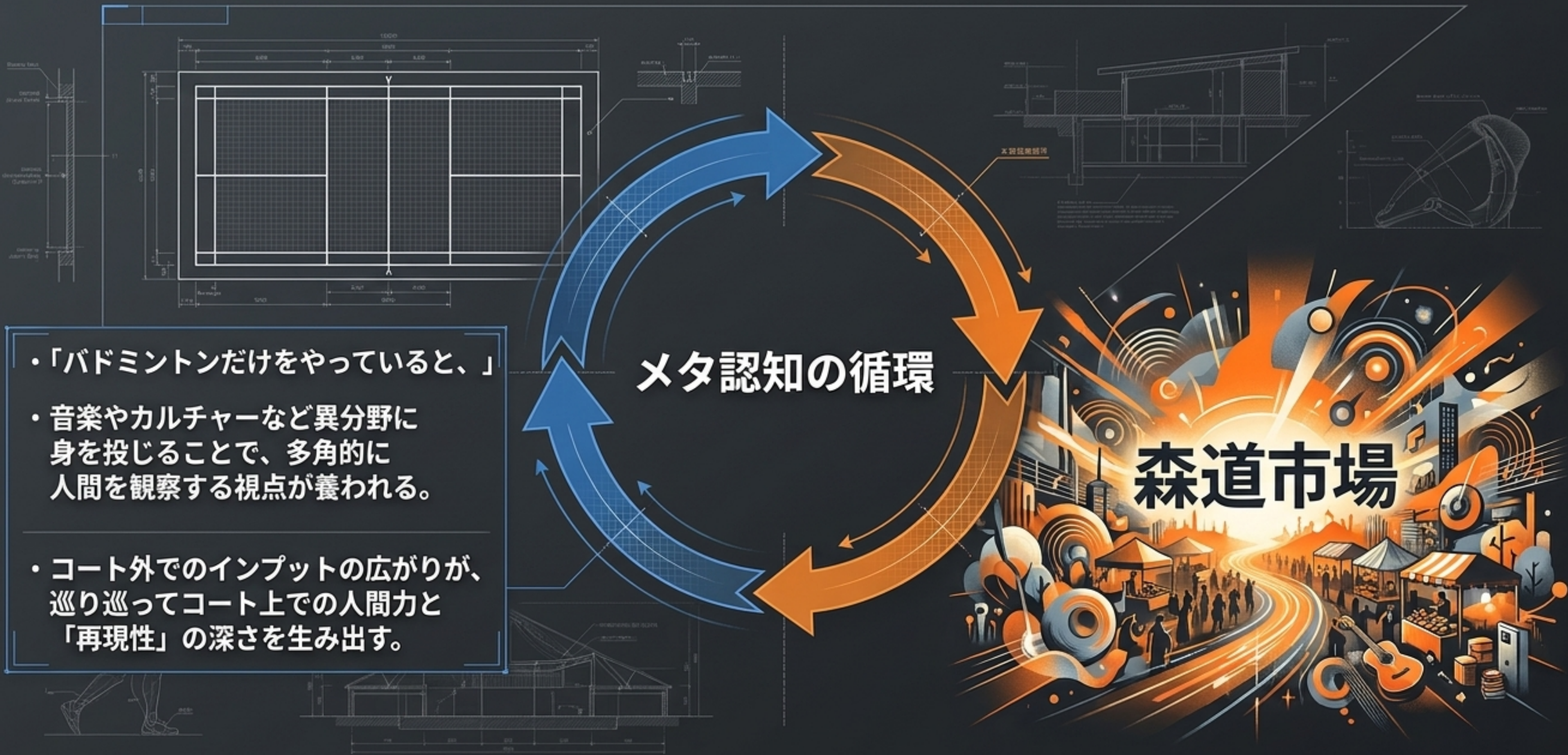
「再現性」の徹底：ギャンブルを排し、ネット上50cm~1mの安全圏を正確に撃ち抜け。

5

「棒玉」には踏み込んで時間を奪え：待つな。左足を残さず前へ滑り込み、主導権を強奪せよ。

# コートの外で「人間の幅」を拡張する

▶ 動画で解説を見る



# アウトプット習慣 実践チェックリスト

- ミスの「因果」を才能のせいにならず、言語化できたか？
- 言い訳が浮かんだ瞬間、「まず5分」行動できたか？
- 安全な道ではなく、魂が惹かれる「危険な挑戦」を選んだか？
- ネット上50cm～1mの「安全な高さ」を通す配球を徹底したか？
- プッシュの際、左足を残さず、ネット下まで深く踏み込めたか？
- 相手の緩い球（棒玉）に対し、待たずに前へ滑り込めたか？
- ギャンブルを避け、長めの配球でラリーを組み立てたか？
- バドミントン以外の世界（音楽・文化等）に触れ、視点を広げたか？

静的な丁寧さと、  
動的なアグレッシブさの融合。

▶ 動画を視聴する

**浅い同調を捨て、「因果」に生きる。  
自らのコンフォートゾーンを  
崖から突き落とし破壊する。  
そしてコート上では、極限の丁寧さと  
「再現性」をもって相手の時間を奪い去る。**

この学びは、単なるバドミントンの技術論ではない。

社会人として、学生として、どう命を爆発させて生きるかという、強烈な人間力の証明である。

# インプットを脳内で腐らせるな。 今すぐ、熱狂の渦へ。

▶ オンライン教室の全編動画を再生する

岡本太郎の哲学から、ミリ単位の戦術解説まで。  
実際の映像であなたの「因果」を書き換えろ。