

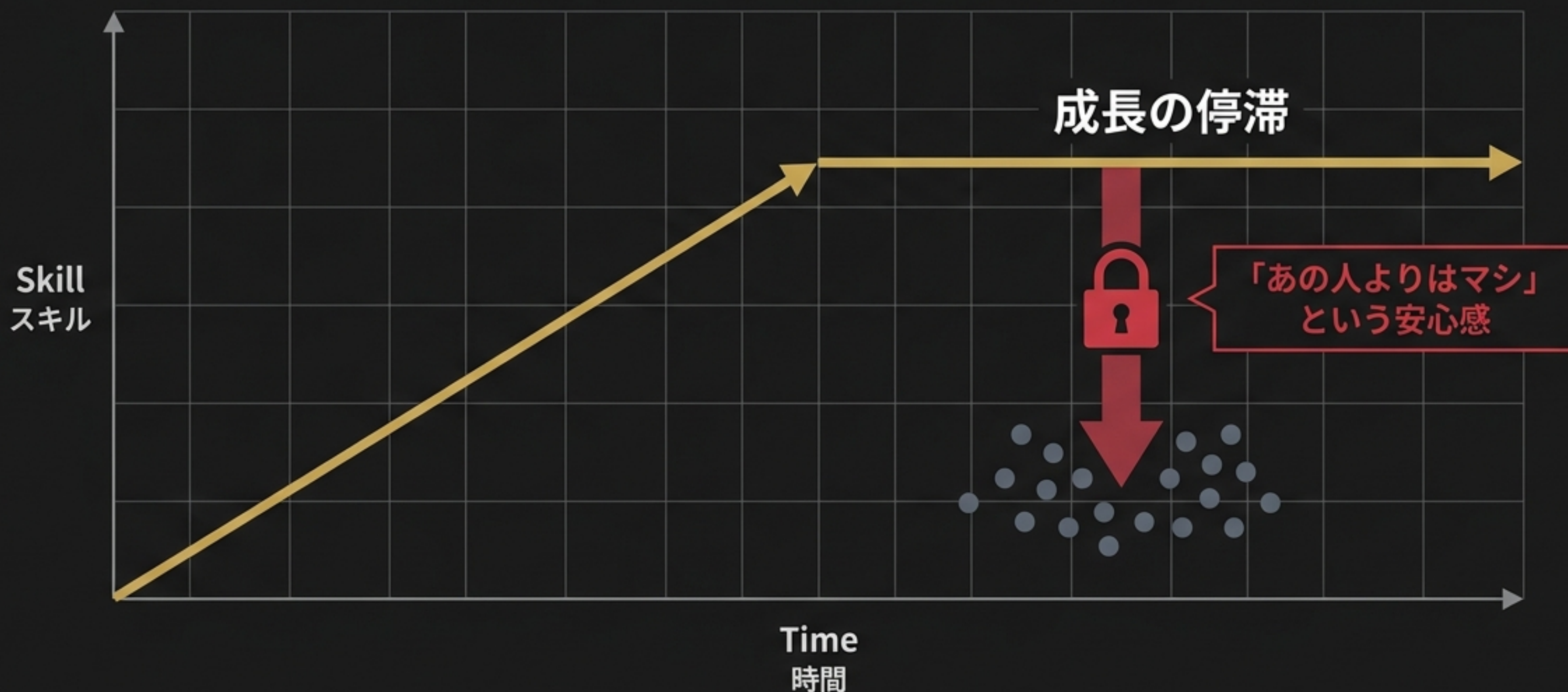


周りの存在を忘れるほど突き抜ける

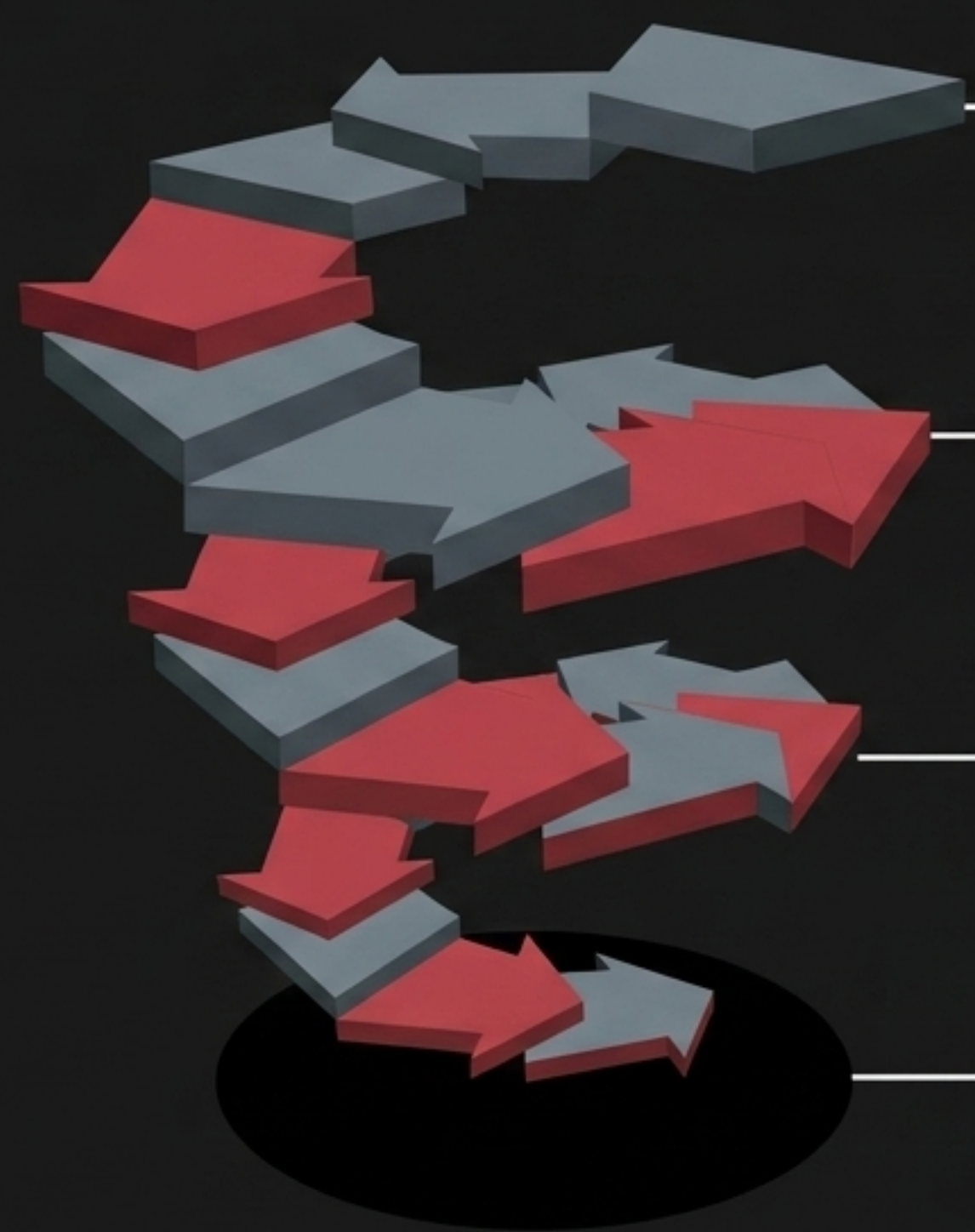
弱い自分を倒すための「自己超越」成長論

努力が足踏みする本当の理由

問題は「努力の量」ではない。「視線の向き」が間違っている。



下を見る者の下降螺旋



Step 1: 自分より弱い人を探す

Step 2: 「大丈夫」と安心感を得る

Step 3: 目標が下がり、努力が最小化する

Step 4: かつて見下していた者と同じ場所で停滞する

防衛策の罠

これは成長ではなく、「まだ最底辺に転落していないこと」の確認作業に過ぎない。

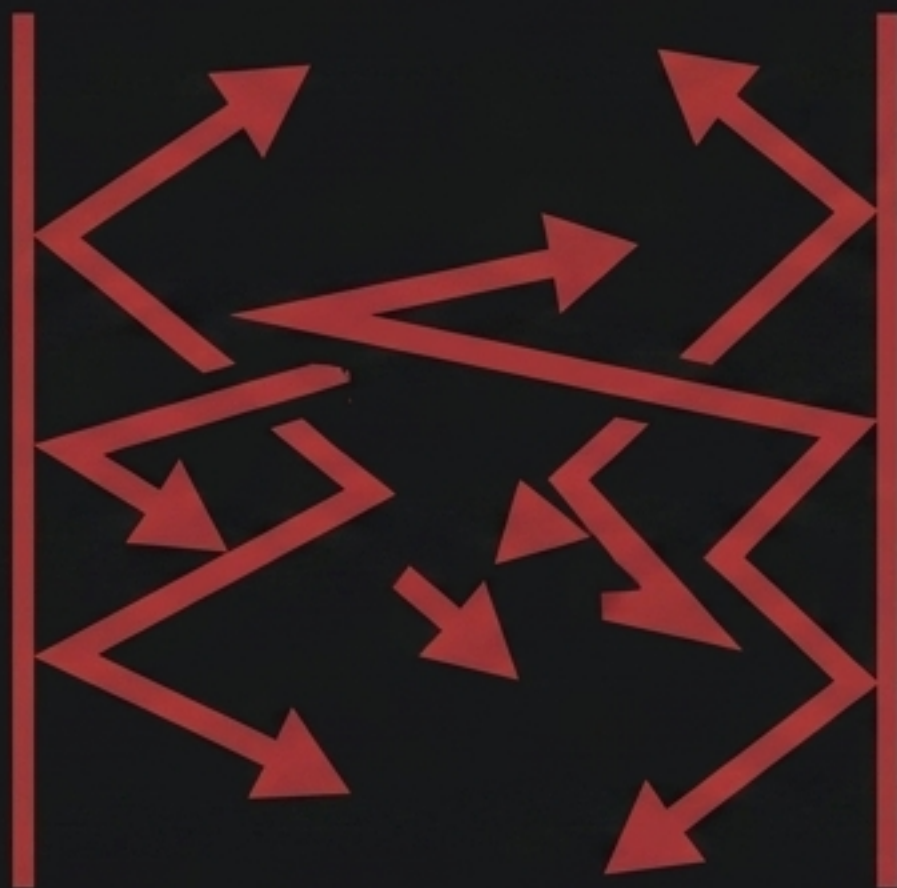
勝利が隠蔽する「本質的な弱点」



隣の弱い人に勝っても、あなたの課題は一つも自動解決されない。誤魔化しが効くだけだ。

悔しさの行方：支配感か、技術か？

支配感



「やり返したい」「ねじ伏せたい」という感情。
根本的なディフェンス力は一切向上しない現実逃避。

技術



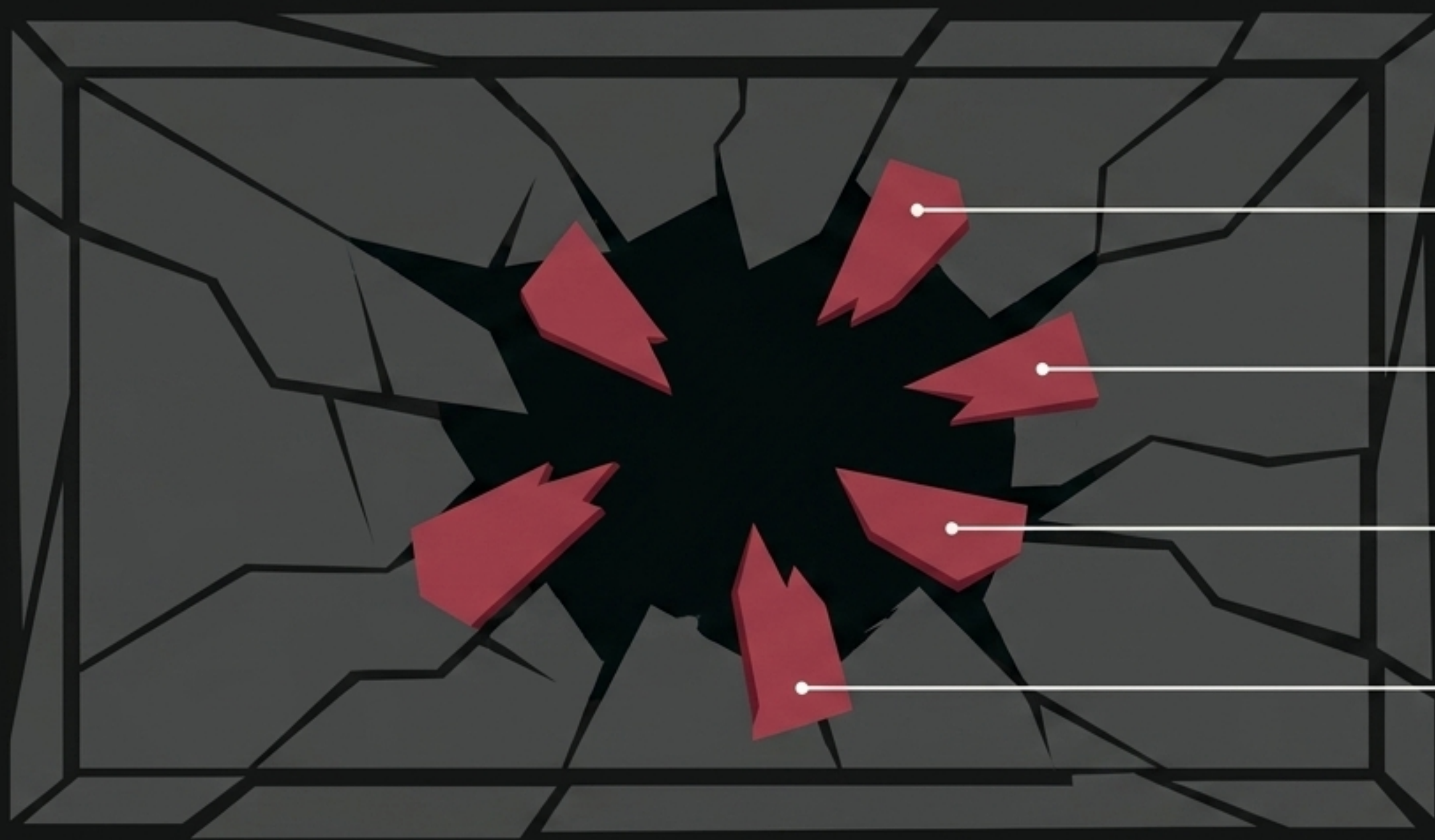
「いかなる猛攻をも押し返す力」。
感情を発散せず、徹底的な自己解剖へと向ける。

一流の「技術への変換プロセス」



勝つ相手を間違えるな

誰が勝ったかという「他人の評価」は幻影に過ぎない。打倒すべきは、変えたくない自分自身である。



変化を拒む自分

失敗を恐れて安全圏に逃げる自分

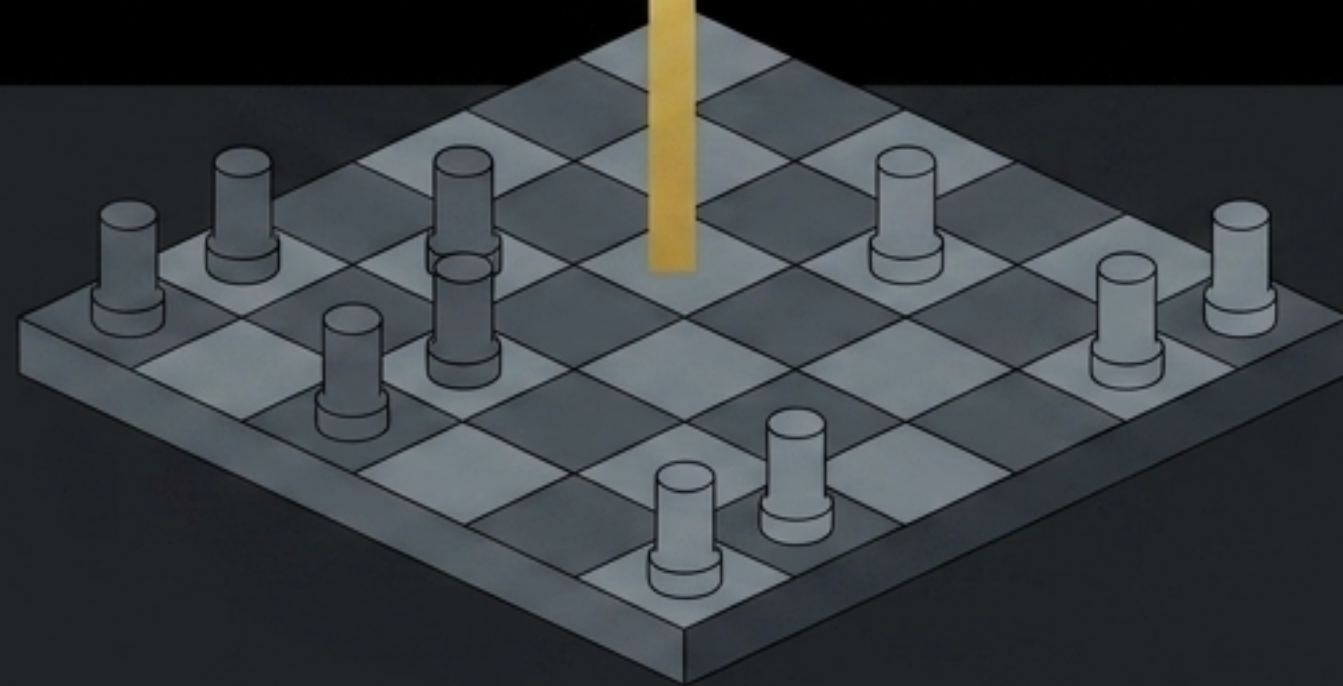
できない理由を並べる自分

下を見て安心しようとする自分

小さな安心を捨て、未踏の山頂へ

絶対的な世界

自分がどこまで到達できるか。
次元を変えた過酷で美しい成熟。



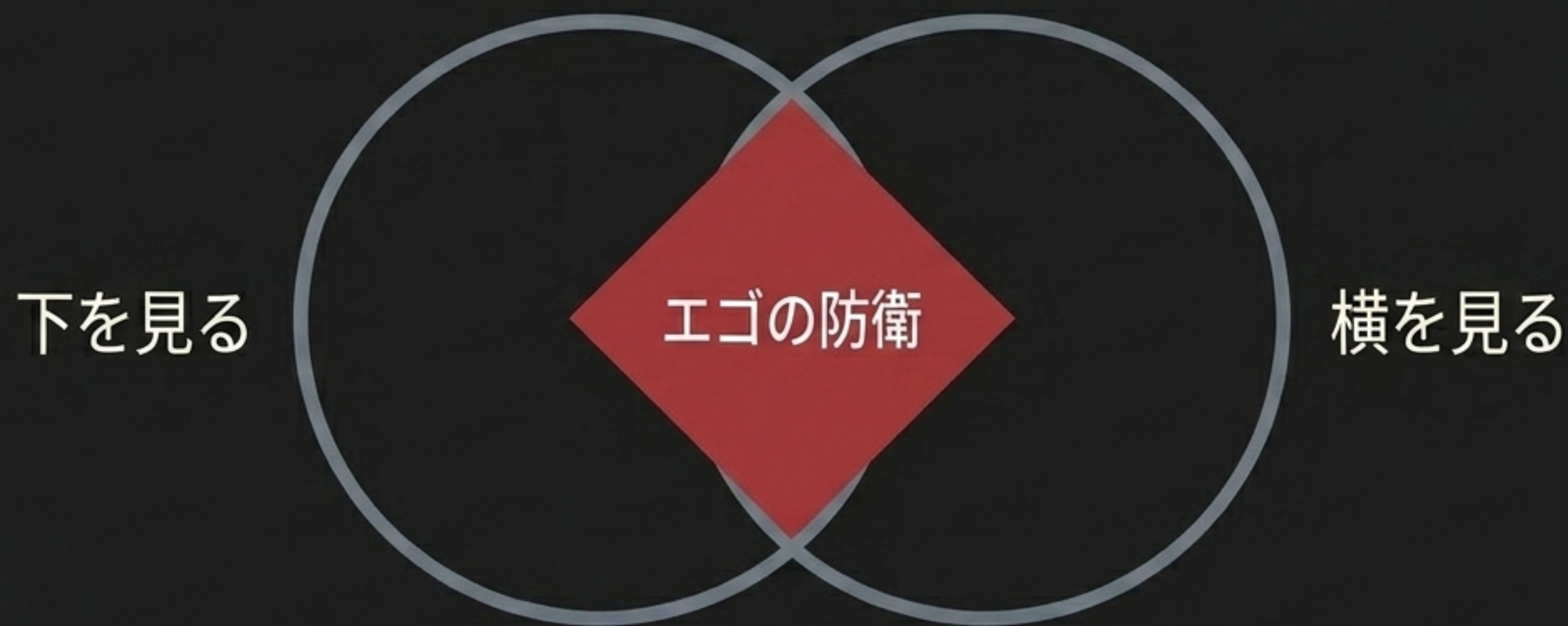
相対的な世界

誰が上で誰が下か。
目先の安寧を求める小さな盆の上の序列。

マインドセットの最終診断

	相対的競争者	絶対的探求者
指標	他者の欠点と序列	自己の限界と可能性
敗北の反応	怒り、他者へのやり返し	自己解剖、技術への変換
真の対戦相手	隣にいる人間	変化を拒む昨日の自分
最終目標	小さな優越感と安心	圧倒的な自己超越

全ての外部比較は「逃避」である



下を見て安心すること、横を見て嫉妬することも、根源は同じ。
「自分が弱いから周りが気になるのだ」。

他者の言動に原因を求めるのをやめ、自分自身に矢印を向けた瞬間から、本当の成熟が始まる。

「突き抜ける」ための3つの行動指針

周囲が視界から消え去るほどの圧倒的な脱皮を遂げるため、
今この瞬間から実践すべきステップ。



Step 1: 他者比較の「認知」と「即時停止」

【行動】

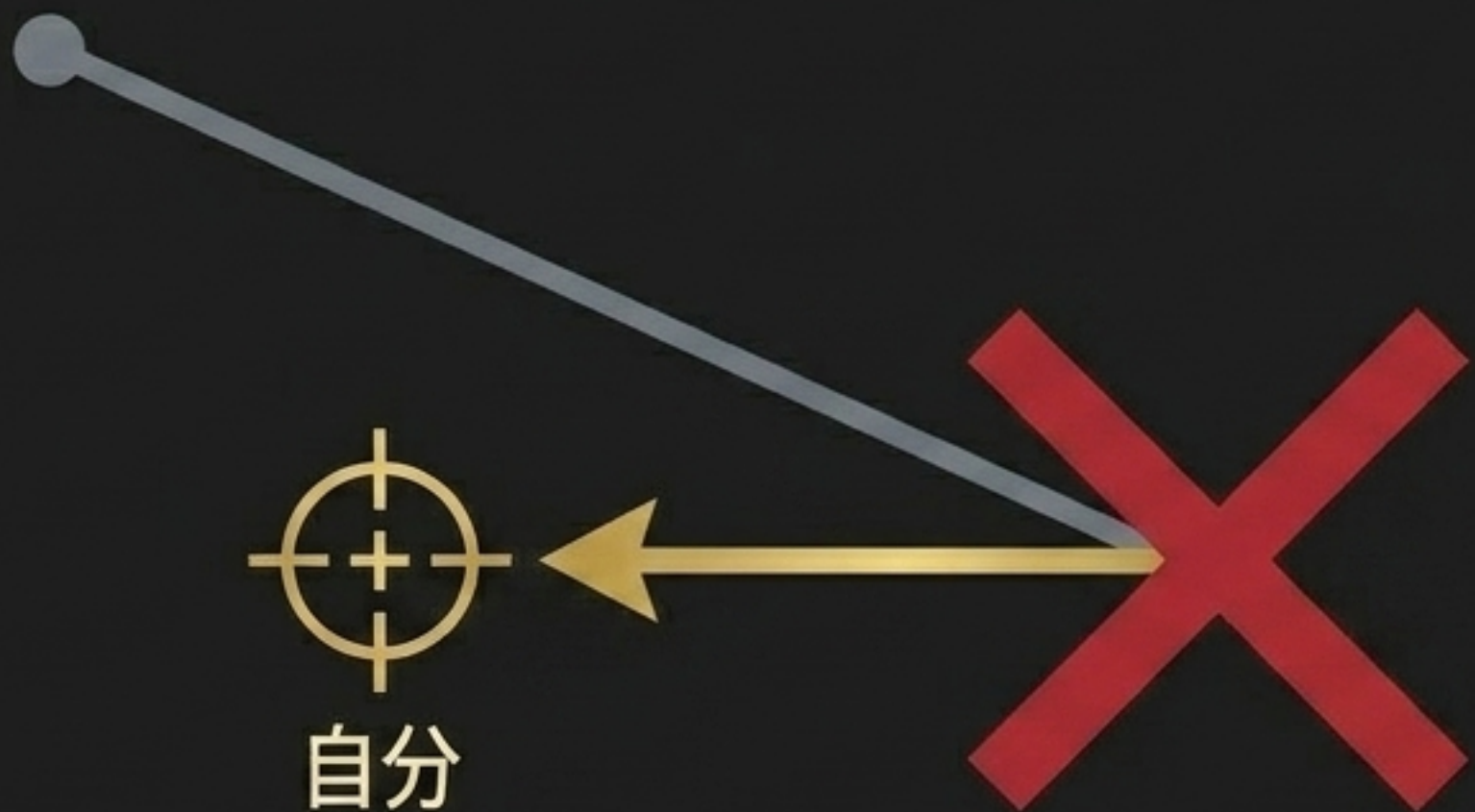
他人のミスに安心したり、成功に焦る自分を自覚する。

【ルール】

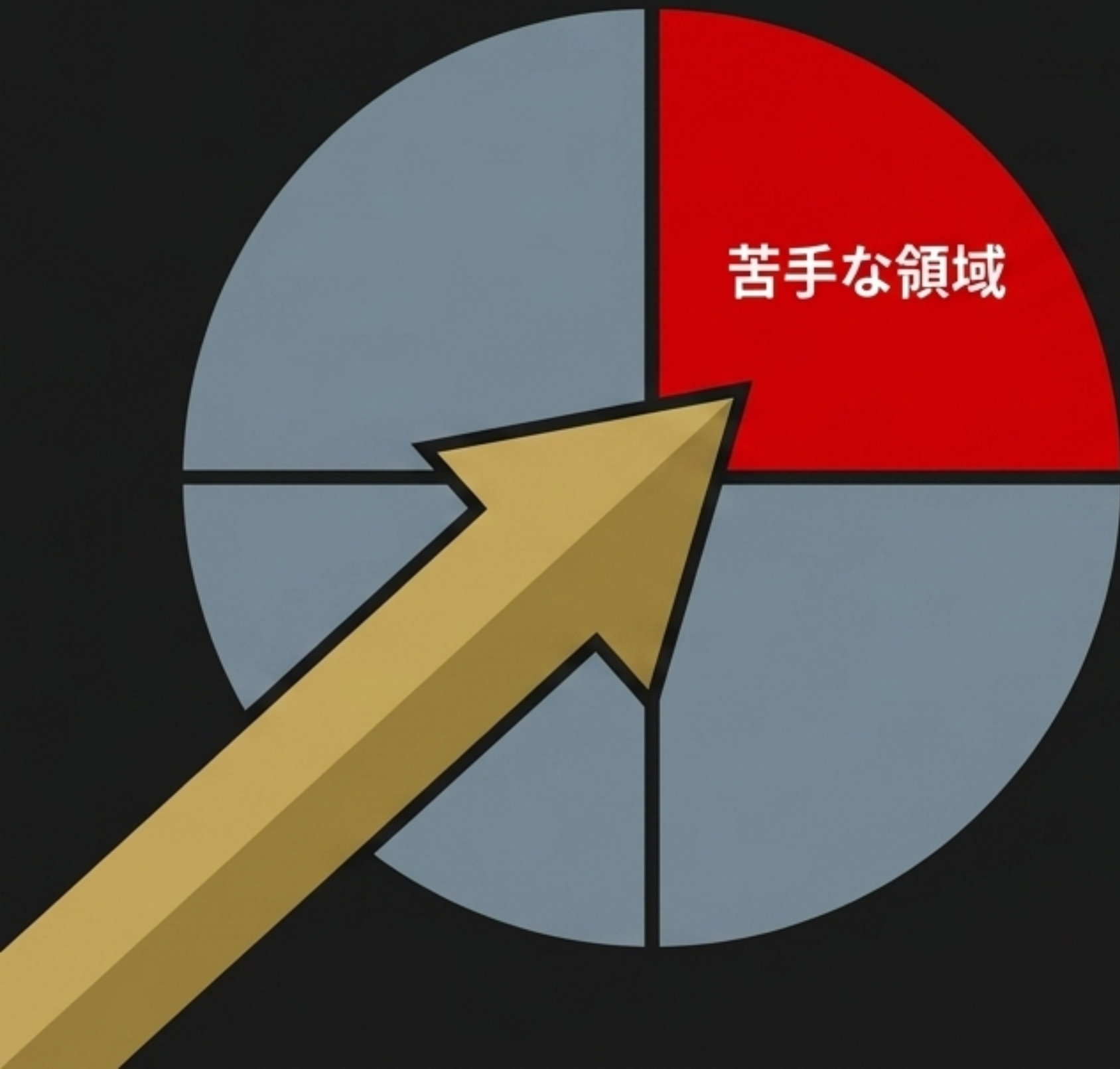
「あ、今自分は外側を見ている」と気づいた瞬間、即座に意識を「自分のフォーム」「自分のタスク」へ引き戻す。

【真理】

他人はあなたの成長速度を決定する要素ではない。



Step 2: 逃げ続けている「本質的課題」への着手



【行動】

最も直視したくない「苦手な領域」を一つ選び、本日の最優先事項に据える。

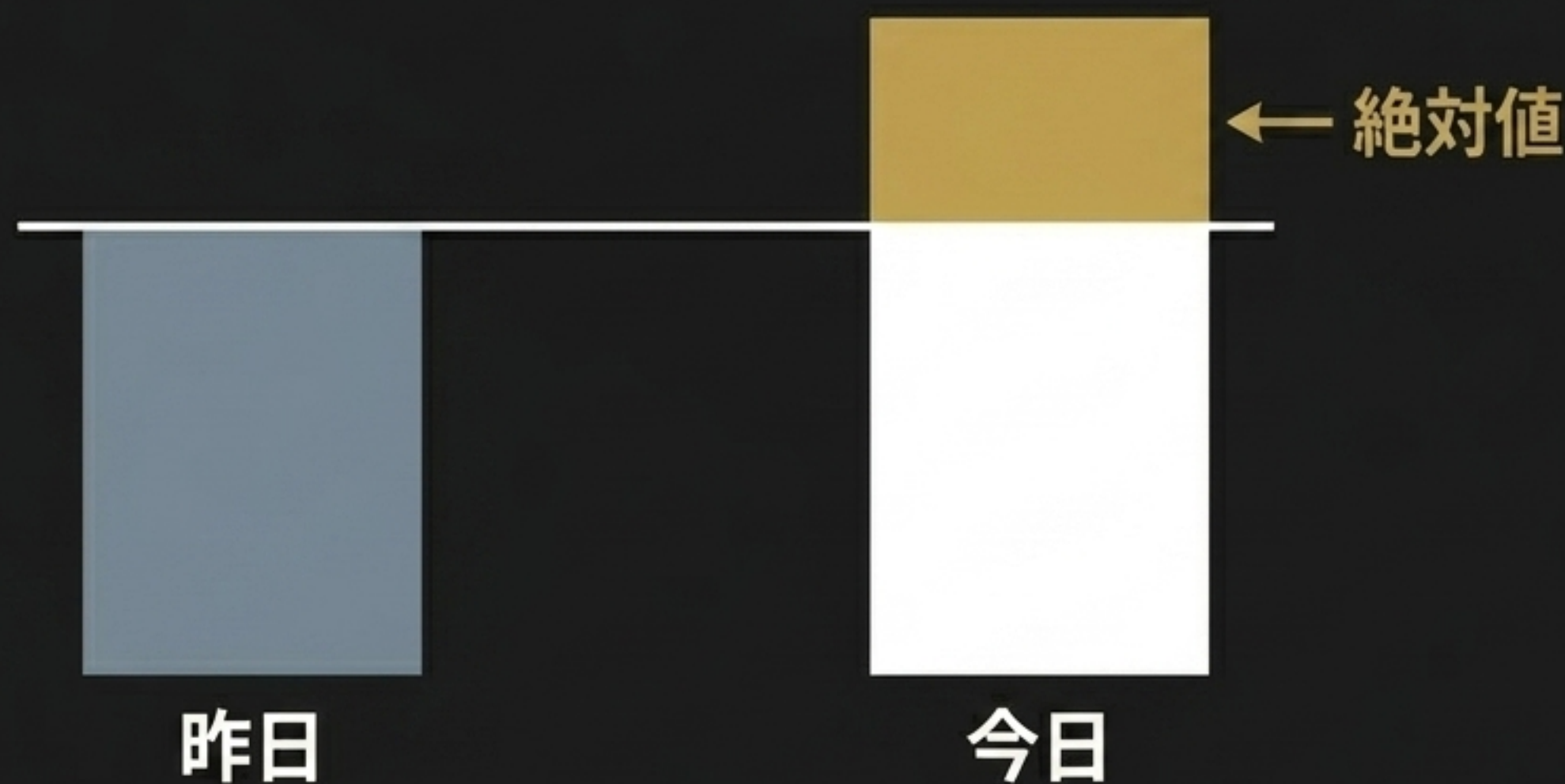
【例】

- ・クリアが飛ばないなら、クリアの練習から逃げない。
- ・基礎が不足しているなら、試合形式で誤魔化さない。

弱い自分を倒す唯一の方法は、
その弱点に正面から突撃することだけ。

Step 3: 昨日との「絶対値」によるアウトプット評価

Δ (成長) = 今日のアウトプット - 昨日のアウトプット



【評価基準】

一日の終わりに振り返るべきは「誰に勝ったか」ではない。

- ・ 昨日の自分より一歩速く動けたか
- ・ 昨日より一本深く返せたか

【鉄則】

コントロール可能な行動目標の達成度だけを克明に記録し、アウトプットの習慣を強固に築く。



競争の消失。残るのは自分だけ。

誰かより少しばかり「マシ」であることに、貴重な時間を費やすのは終わらせよう。

下を見るな。横を見るな。あなたが渴望する高みだけを見据えよ。

周囲が完全に視界から消え去るほど没頭した先にのみ、真の覚醒が待っている。