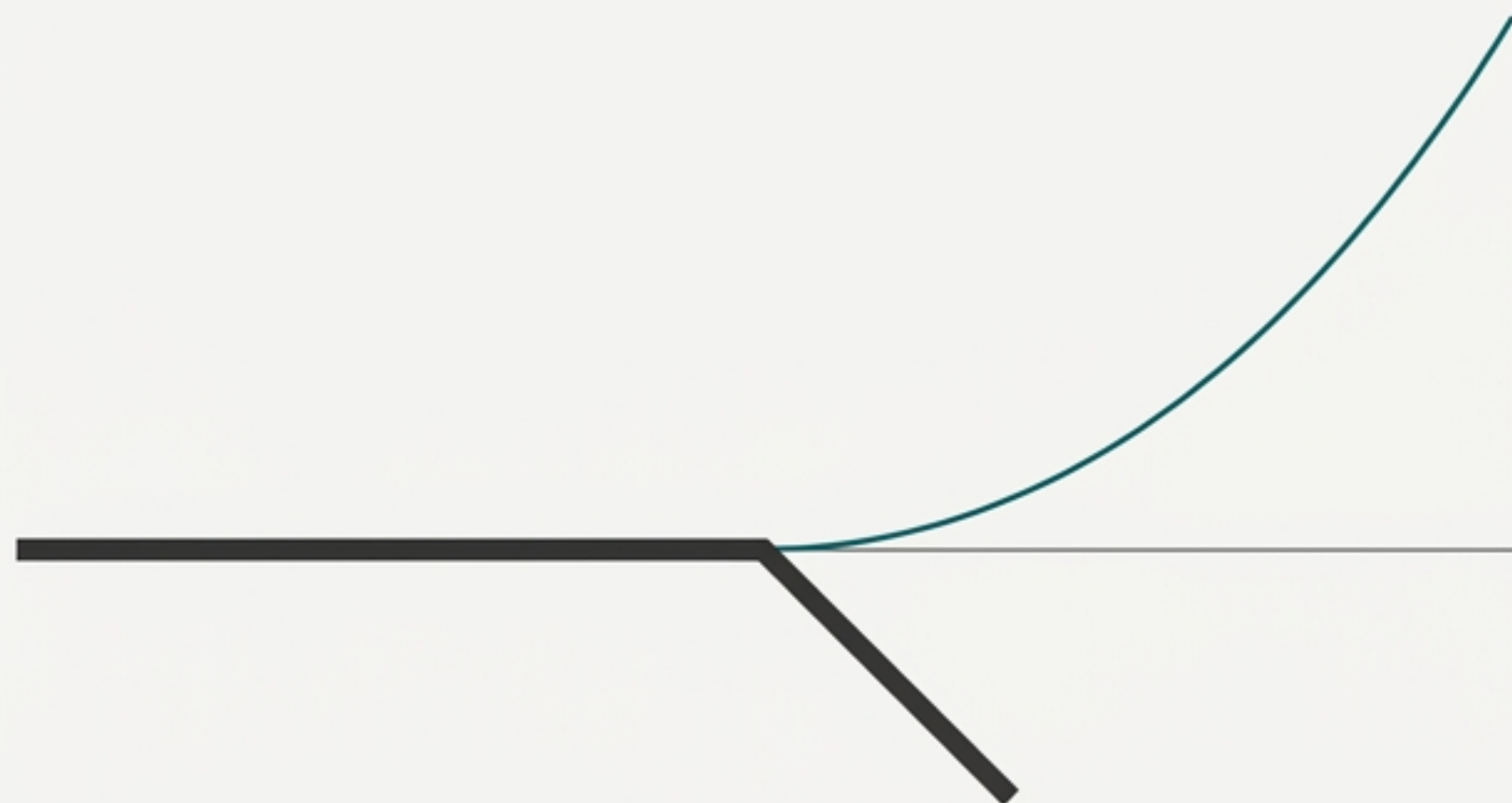




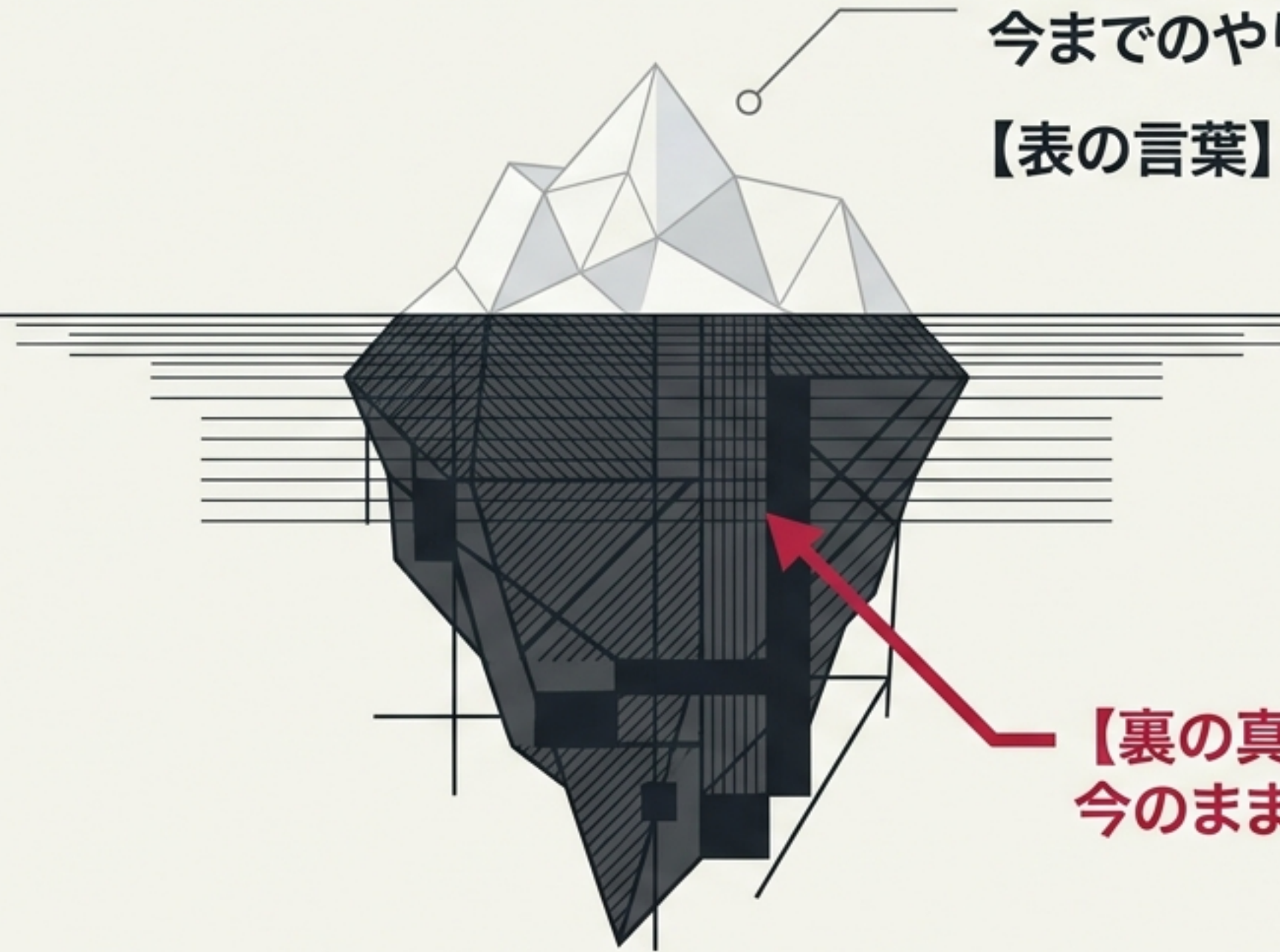
# 「やり方」を変えても、 なぜ効果が出ないのか？

己の正しさを捨てる者が、真の成長を手にする。  
形だけの挑戦の終わりと、成功の条件。

Based on Insights from PHOENIX Aichi

「やっぱりダメでした。崩れるので、  
今までのやり方のほうがいいです」

【表の言葉】 素直に試したフリ



【裏の真実】  
今のままが良いという巨大な結論

一見新しい方法を試したように見えて、  
実は「今の自分が正しい」ことを守ろうとしているだけ。

## 【失敗の証明】



新しい方法が「ダメである」ことを確認し、堂々と元に戻るための儀式。

## 【真の実験】



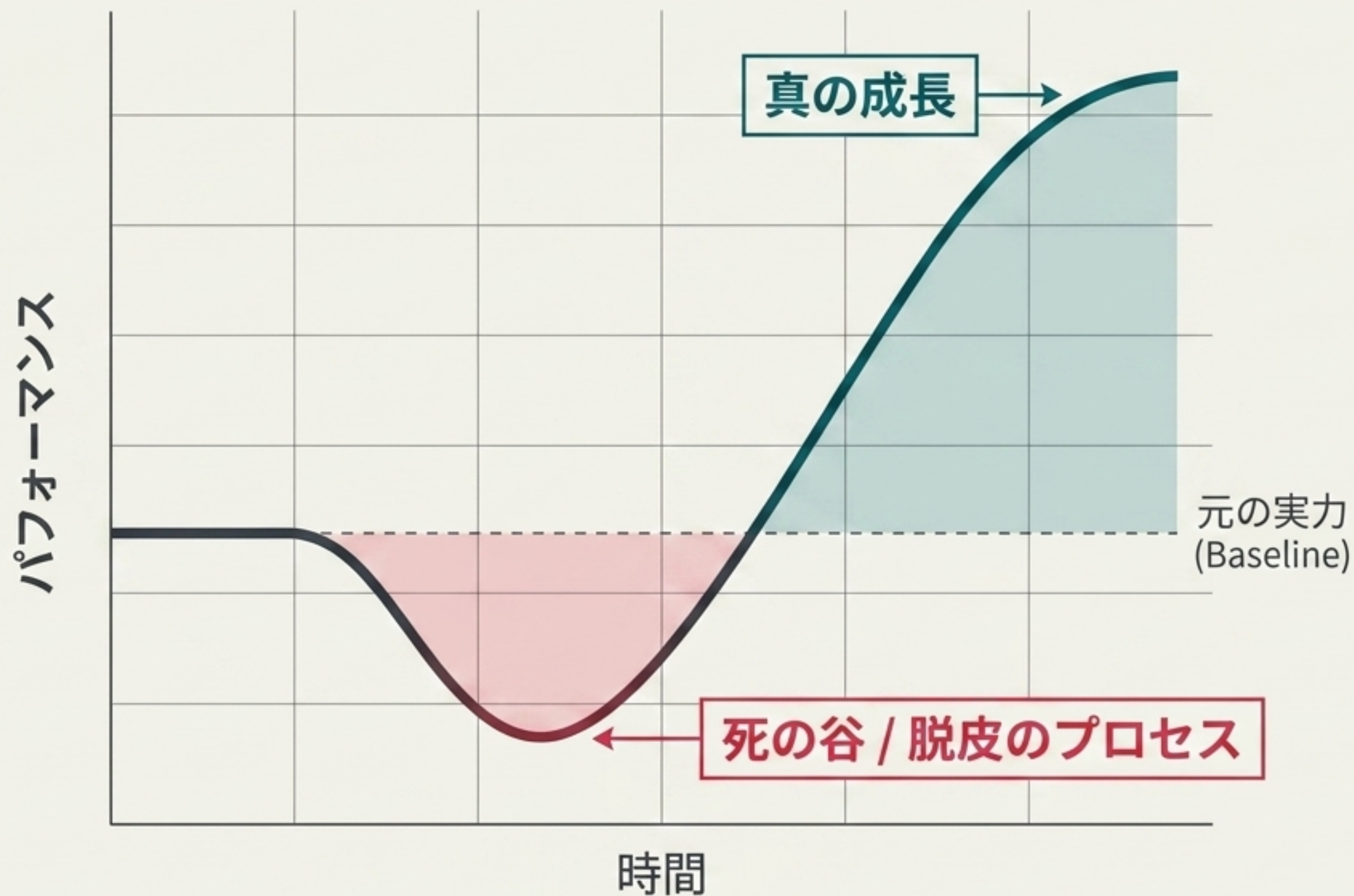
新しい方法を「どうすれば成功させられるか」を探るデータ収集のプロセス。

人は事実を見て結論を決めるのではない。  
「自分は正しい」という結論を先に握りしめ、  
それを証明するために行動してしまう。

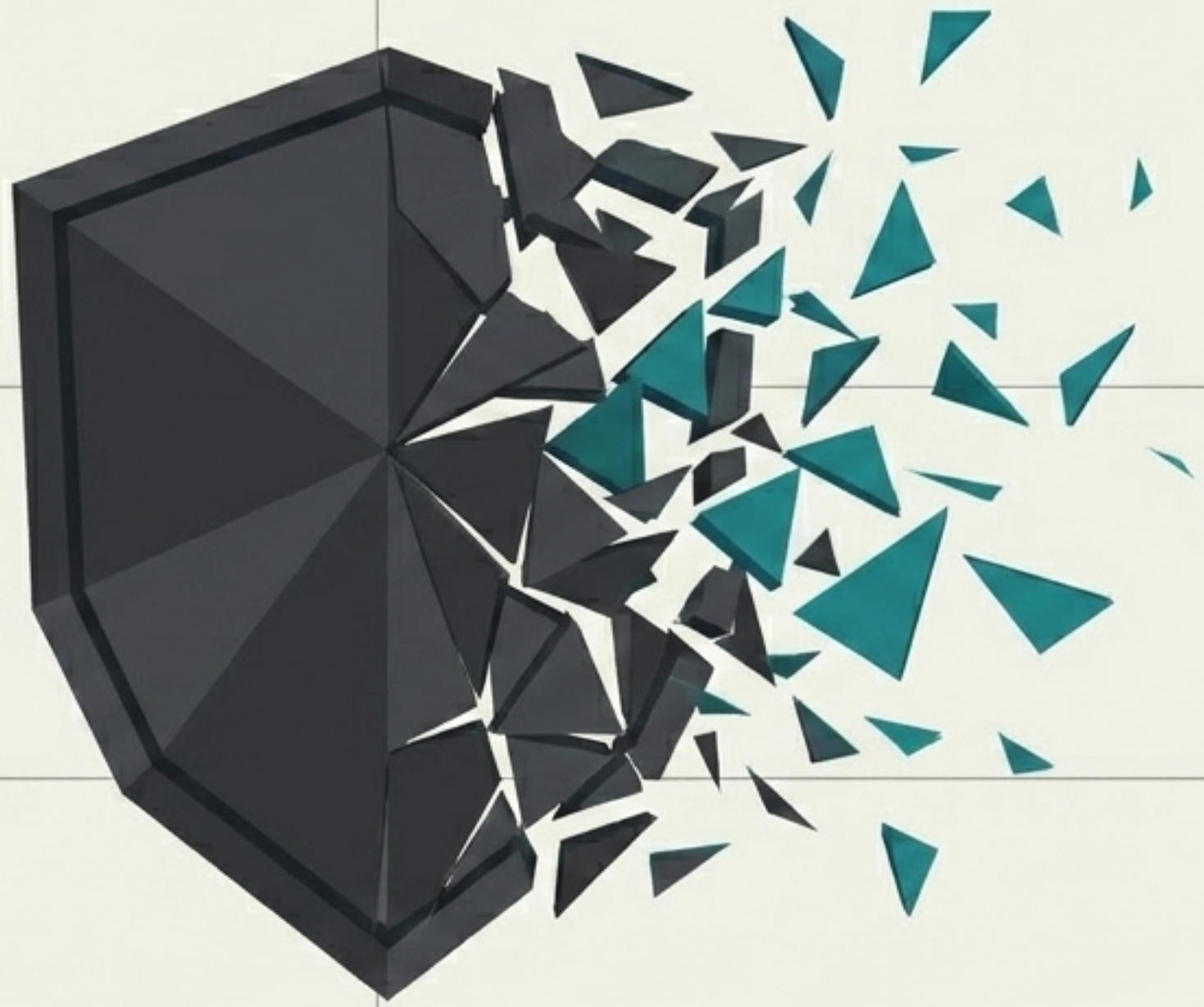
|            | 【変わりたくない人】              | 【真に変わる人】                   |
|------------|-------------------------|----------------------------|
| 一度失敗した時の解釈 | この方法は自分には合っていない・間違っている。 | まだ機能する条件（タイミング等）が合っていないだけ。 |
| 失敗の目的      | 古い自分へ戻るための「通行証・免罪符」の獲得。 | 新しい方法を機能させるための「データ収集」。     |
| 次に取り組む行動   | 検証の放棄。元の慣れ親しんだやり方への回帰。  | 原因の検証と変数の微調整。              |



「違和感＝間違い」という罫。今まで使っていなかった身体の使い方や戦術が、最初から快適なはずがない。  
自然であることと、正しいことは全く別である。



**不快感や違和感は、間違いの証拠ではない。  
新しい神経回路が作られている「成長のサイン」である。**



## 【偽りの素直さ】

言われた通りに（一回だけ）  
体を動かしてみることに。

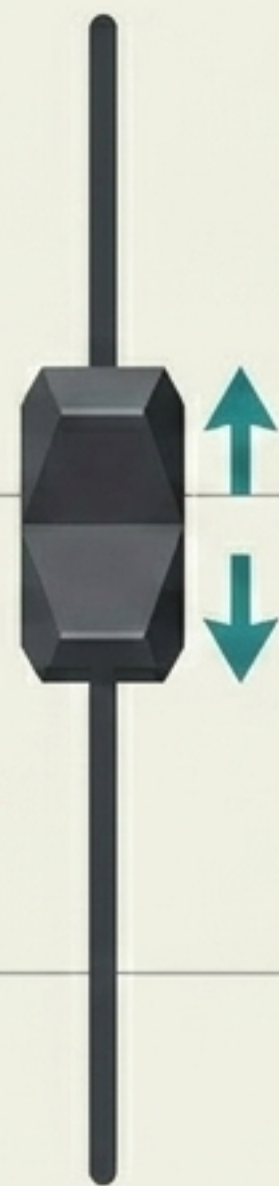
## 【本当の素直さ】

自分が間違っている可能性を  
完全に引き受けること。

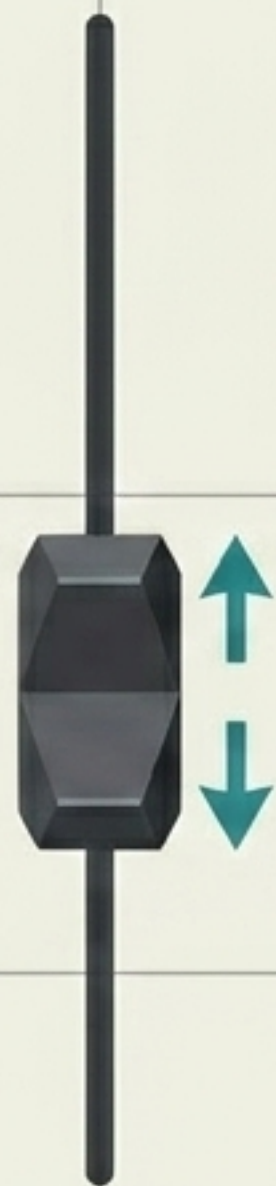
変化に失敗するのではない。

変化を失敗させることで、古い自分を守っているのだ。

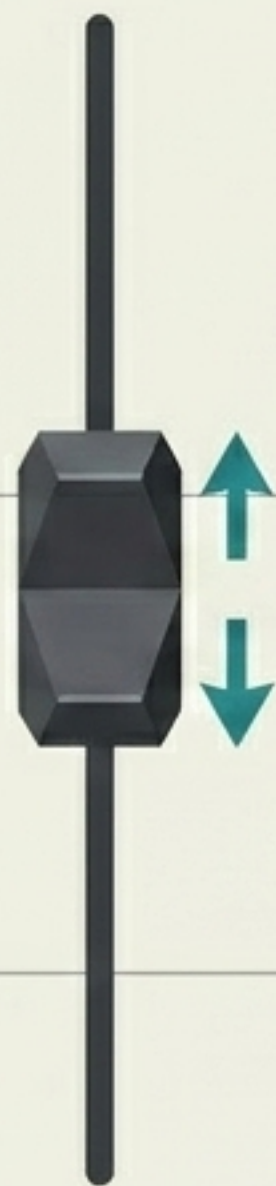
メソッドを  
捨てず、  
「変数」を  
変える。



高さ



速度



タイミング

一度やってみて  
失敗したからといって、  
「この技術はダメだ」と  
切り捨てるのではない。

機能するまでこれらの  
「変数」のダイヤルを  
微調整し続ける。

それこそが本当の  
「試す」という行為。

## 1. 前提を外す

「自分は正しい」という結論を  
あらかじめ破棄する。

## 2. 違和感を歓迎する

不快感や恥ずかしいミスを、  
神経回路が書き換わる「脱皮」  
のプロセスとして受け入れる。

## 3. 機能する条件を探す

一度の失敗で投げ出さず、  
成功するまで変数（高さ・速度・  
タイミング）を調整し続ける。

**「『言われたとおりにやってみました、でもダメでした』  
…これほどタチの悪い自己弁護があるだろうか。」**

---

**「心地よいぬるま湯(ただの癖)に浸かり続けた結果が、  
今のパツとしない現在地・限界そのものである。」**

---

**「脱皮とは、洗練された正解を  
扱えるだけの器を持つこと。」**

**「昨日までの自分を  
肯定する材料」**  
古い正しさを証明したい欲求



**「明日の自分が  
圧倒的に強くなる  
無限の可能性」**

どんなに優れた環境や指導者のもとでも、過去の自分の正しさを握りしめている限り  
現実には1ミリも変わらない。過去の正しさは、ゴミ箱へ捨てよう。

逃げ道をすべて断ち切り、  
本気で新しいやり方を成功させにいかう。

PHOENIX愛知

メソッドとマインドセットを書き換えるオンライン教室&体験レッスン