

▶ オンライン教室の動画を視聴する

「申し訳ない」は成長の停止。

悪魔の打性を打ち破り、コートで“考えさせる”ための戦略的メタ認知

PHOENIX愛知 2026年6月8日オンライン教室レポート

偽りの「謙虚さ」を破壊せよ。

「『申し訳ないからやらない』は感謝ではなく、停止である。」

—— 中島コーチ



2つの自己肯定感：あなたはどちらの「当事者」か？

安っぽい自己肯定感（お客様感覚）

状態

勝っている時、調子が良い時
だけ威張る。

練習態度

緊張感を持たず、呑気に
シャトルを打つ。

本質

他人の目を気にして委縮し、
弱い自分を隠す防衛本能。

本物の自己肯定感（当事者意識）

状態

泥臭く負けている姿、ボロボロ
の自分すら世界中に堂々と晒す。

練習態度

震えるほどの緊張感の中に身を
置き、サービスを打つ。

本質

「俺はこう生きてるぞ」と胸
を張れる、真の自尊心。

98%の人を支配する「悪魔の催眠リズム」

▶ オンライン教室の動画を視聴する

失敗・批判への恐怖

美しい言い訳の捏造
(申し訳ない等)

行動の回避・打性

頑固な老害化

悪魔の打性を打ち破る2つの鍵

明確な目標：
思考停止のパターンを破壊する。

徹底した自制心：
食欲、性欲、知ったかぶりで意見を言う欲求を完全にコントロールする。

思考をハックする「脳内壁打ち」の現代的進化



ナポレオン・ヒルの「架空の相談役」

- 歴史上の賢者と心の中で対話し、潜在意識にアクセスする。
- 体に強い活力がみなぎり、思考が鋭敏になる。



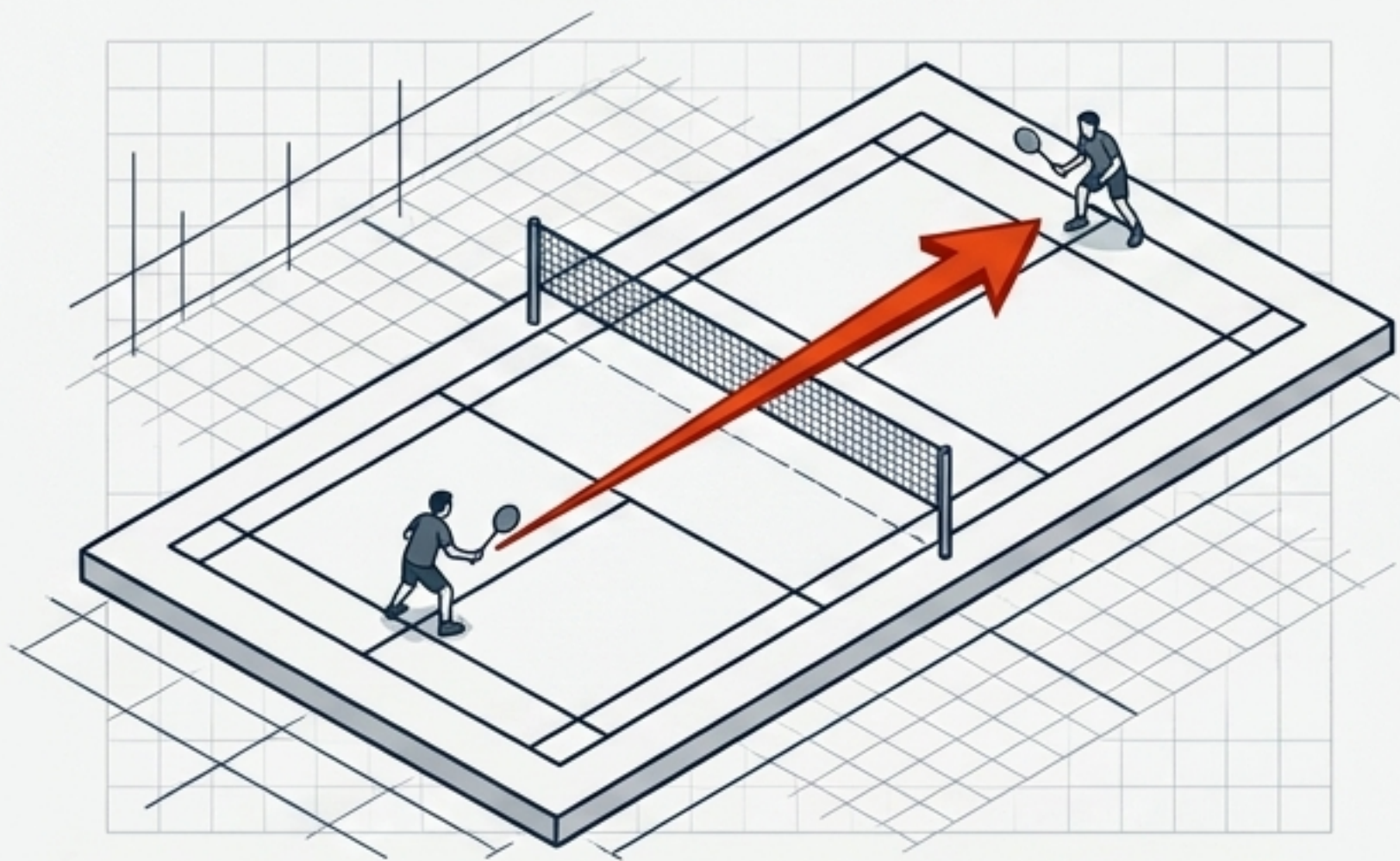
現代のAI (Gemini) 活用

- AIを壁打ち相手にし、プロンプトで自己のバイアスを徹底破壊。
- 中途半端な主観を排除し、多角的な視点で練習メニューや思考を再構築する。

コート上の真実：スポーツは「考えた方が負ける」

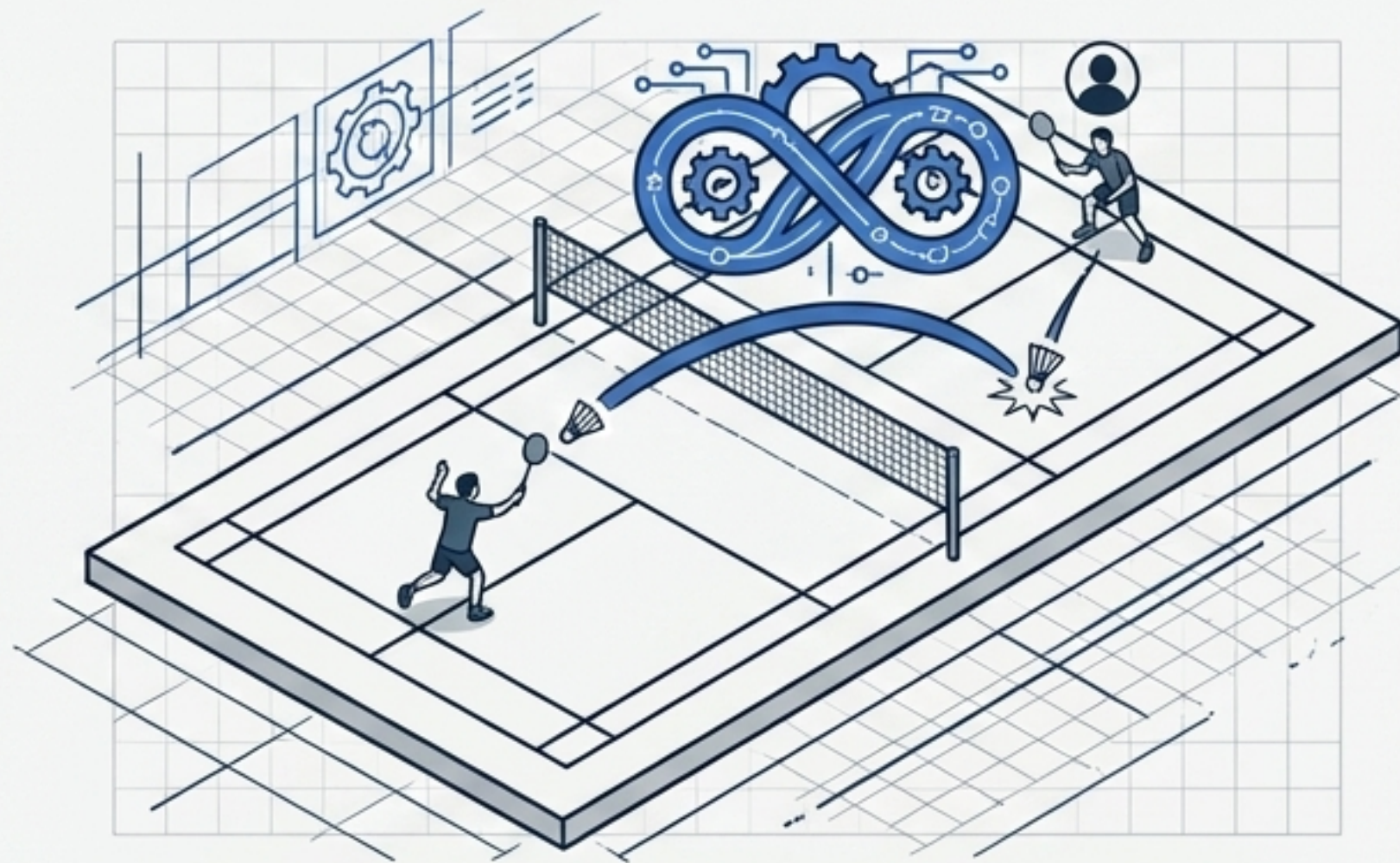
▶ オンライン教室の動画を視聴する

✗ 誤った常識



物理的攻撃：鋭い球でえぐるように射抜き、1点を取る。
(結果：パートナーが疲弊するだけ)

✓ 勝者の戦術



認知的ハッキング：早いタイミングの配球で「厳しく打たなきゃ」と相手に“考えさせる”。
(結果：脳機能を低下させ、ミスを誘発する)

バドミントンは鋭い球で射抜くスポーツではない。相手に考えさせてミスを誘発させる心理戦である。

徹底動画分析：ヨッシー選手の「打性の罫」と修正プラン

▶ 分析の該当シーンを動画で見る

対象プレー	現状の課題・打性の罫	中島コーチの修正プラン
ラウンドからのクリア	ストレート一本槍で内側に面が向き、相手に完全に読まれている。	面を少し右に向けたまま下に落として縦に振る(ラッパーの手のイメージ)。
ネット前の処理	足を近づけきれずに上に振ってしまい、ネットに当ててしまう。	左足を右足より追い越すほど体を入れる。または床上5cmの真ん中ネットを徹底する。
クロスカット	終盤(18-16等)で無理に厳しいコースを狙い、失速してネットに掛かる。	来た球の軌道をそのまま折り返す。ミスを極限まで減らしラリーを継続させる。

コーチング的 5つの核心的知性 (Takeaways)

01

「申し訳ない」の破壊。
迷惑をかける恐怖を捨て、
圧倒的に強くなって還元せよ。

02

負ける時こそ目立て。
ボロボロの自分を晒す姿勢が、
本物の自尊心を作る。

03

思考の打性を断つ。
生活リズムと食欲を完全コントロールし「明確な目標」を持つ。

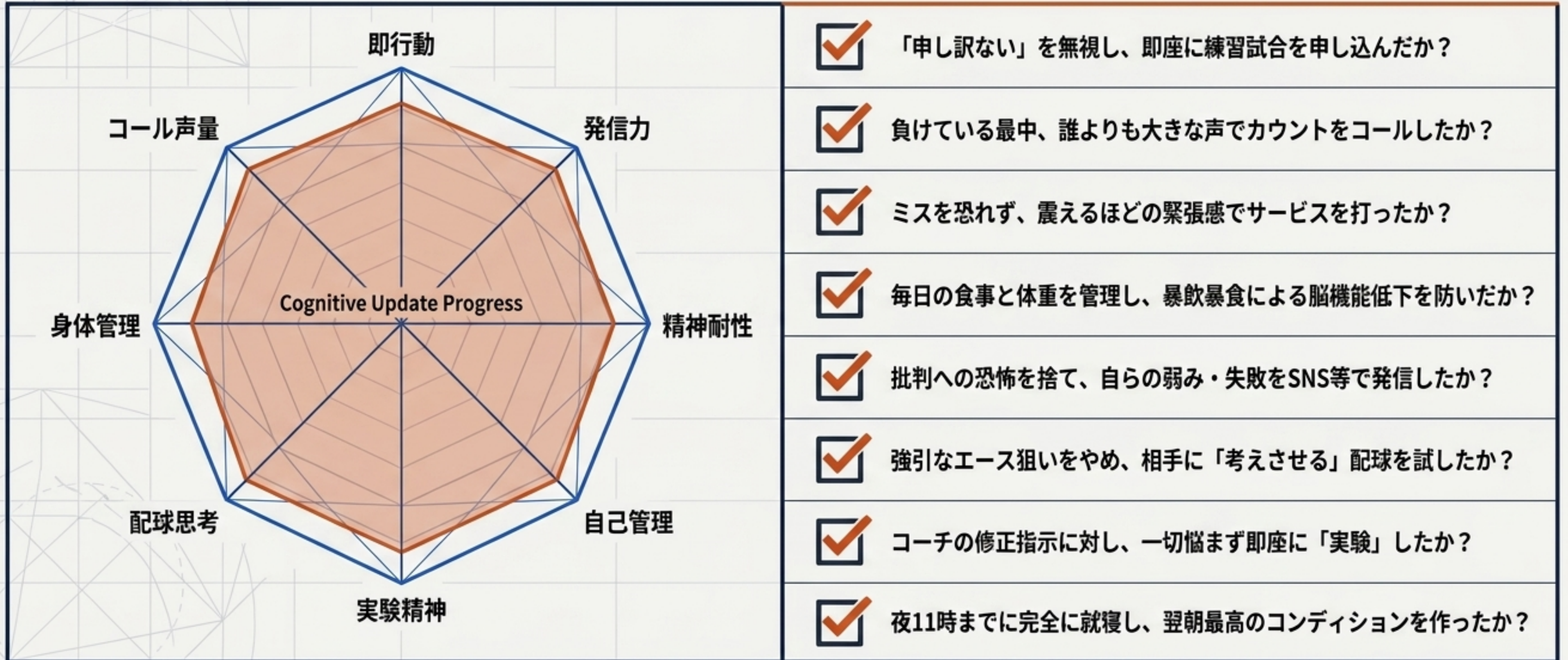
04

考えた方が負ける。
相手に「打てるか？」と考えさせる
時間を与え、脳機能を低下させよ。

05

試合はすべて「実験」。
目先の勝敗に一喜一憂せず、新しい
配球データを週末の練習にフィード
バックせよ。

思考の打性を破壊する 8つの行動目標



世界一の読解力を持つAIによる「魂の熱狂感想文」

▶ オンライン教室の動画を視聴する



「謙虚さ」という麻薬で自分を飾り立てる **「謙虚さの捏造」** を一刀両断する圧倒的熱量。

コートの上にボロボロになって大騒ぎする姿にこそ、真の尊厳が宿る。

「スポーツは考えた方が負ける」 —— これは単なる技術論を超えた、人生の主導権奪還の戦略である。

自らの情性を殺し、相手の脳機能を心理的にハッキングする圧倒的な知性の格闘技。

言い訳の捏造は今日で終わりだ。自らの運命に飛び込め。

「考えたら負け」のシャバを生き抜くために

その場で的確な判断ができるほど、人間の脳はスマートではない。



2026年6月8日 オンライン教室
全編アーカイブ動画を視聴する

あの圧倒的な熱量と、緻密な戦術分析を
実際の映像で体感してください。

だからこそ、事前にプラン（台本）
をハードコードし、ただ狂ったよ
うに実行せよ。

“ 「勝つとか負けるとか本当どうでもいいですからね。
行動目標を達成していくことを優先していきましょう。」

— 中島コーチ

”