

FUKAI式 勝利のメンタリティ

勝利を引き寄せる「8つの鉄則」と「本質」

RULE 01

第一鉄則 負けを学べ 観察

負けて終わるな。
負け方を観察し、アジャストしろ。

「負けは終わりではない。勝利への情報である。」

RULE 02

第二鉄則 行動に集中せよ 実践

結果を追うな。
追うべきは、実現可能な行動目標だ。

「結果はコントロールできない。行動はコントロールできる。」

RULE 03

第三鉄則 仮説を立てよ 思考

闇雲に努力するな。
仮説を立て、検証する習慣を持て。

「努力は量ではない。仮説の質で成長速度は決まる。」

RULE 04

第四鉄則 自分を信じよ 自己効力感

他人に期待するな。
誰よりも、自分に期待しろ。

「人生を変える最大の応援者は、自分自身である。」

RULE 05

第五鉄則 志を立てよ 目的

欲望に支配されるな。
志を立てろ。

「欲望は自分のため。志は誰かのため。志は人を強くする。」

RULE 06

第六鉄則 感情を整えよ

セルフコントロール

怒りに支配されるな。
目線・呼吸・言葉・行動を整えろ。

「感情を消すな。整えろ。整った感情は最高の武器になる。」

RULE 07

第七鉄則 不安を準備に変えよ

行動

不安を恐れるな。

不安は敵ではない。準備のサインだ。

「不安は未来を守ろうとする脳からのメッセージである。」

RULE 08

第八鉄則 執着を手放せ

柔軟性

執着するな。

「他に方法はないか？」と問い続けろ。

「答えは一つではない。勝ち方は、何通りもある。」

— CORE PHILOSOPHY —

FUKAI式 勝利の本質

勝利とは、相手に勝つことではない。

昨日までの自分より、

よく観察し、よく考え、よく整え、よく行動できる自分になること。

その積み重ねが、やがて結果となり、運となり、勝利となる。

勝利は、メンタリティから始まる。