



Spring 4-21-2023

知源育の要

Yoshihiko Ariizumi

Brigham Young University - Provo, yariizumi@hotmail.com

Follow this and additional works at: <https://scholarsarchive.byu.edu/sproficiency>



Part of the [Education Commons](#), and the [Social and Behavioral Sciences Commons](#)

Recommended Citation

Ariizumi, Yoshihiko, "知源育の要" (2023). *Spiritual Proficiency*. 8.
<https://scholarsarchive.byu.edu/sproficiency/8>

This Article is brought to you for free and open access by the ANEL at BYU ScholarsArchive. It has been accepted for inclusion in *Spiritual Proficiency* by an authorized administrator of BYU ScholarsArchive. For more information, please contact ellen_amatangelo@byu.edu.

知源育の要点

有泉芳彦

2023年4月21日



知源育とは何か？

これはわたしの博士論文をもとに開発されたメソッドで、あらゆるスキルや能力や感受性などを伸ばしたり、高めたり、改善したりするすために使えます。わたしはこのメソッドを「夢実現の仕組み」と呼ぶこともあります。わたしや仲間の夢がたくさん叶ったからです。100以上のプロジェクトの多くは期待をはるかに超える結果となりました。

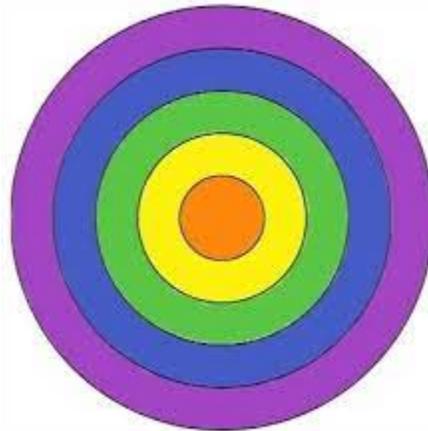
原則に基づくメソッドであるため、柔軟に応用でき、適用範囲が広いです。また、理論的で抽象度が高いという特徴を生かし、未知な領域のプロジェクトに挑戦するのに力を発揮します。

初めて使う人のための注意点

以上の説明で、期待を持っていただいたかもしれませんが、大きなチャレンジに挑みながら、楽しんでそれを得ようとしてうまくいかないでしょう。このメソッドの根幹である5つの原則を生まれながら行なっている人は非常に稀です。わたしも含め、一般の人は、これらの原則に努力もせずに自然に従うことはできません。それを生活の中に深く取り入れ、習慣にするには、意図的に努力し、一定期間、集中して訓練することが必要です。外国語を学ぶ時には、単語を覚え、文法を理解しても、すぐ話せる訳ではありませんね。たくさんの練習が必要です。同じように、知源育が本当の威力を発揮するには、斬新な習慣を身につけるための強い決意が求められます。しかし、コーチについて学んでいけば、また、グループで助け合いながら進めれば、無理せずにマスターすることができるでしょう。

このメソッドは、英語を話す環境の中で作られたために、5つの原則は英語ですっきりまとめられました。覚えることはそれほど面倒ではないので、英語も覚えてください。

1. **E**stablish Ownership 自主的になり実践を自分のものとする
2. **E**nrich Locality 自分とその身の周りの環境を訓練し整える
3. **E**mbrace Chaos 混沌とした実践の環境に開かれた心で立ち向かう
4. **E**mpower Cycles 神様 (天の秩序) をパートナーにすることで奇跡の扉が開かれる
5. **E**levate Reflection 質の高い振り返りにより実践を科学する



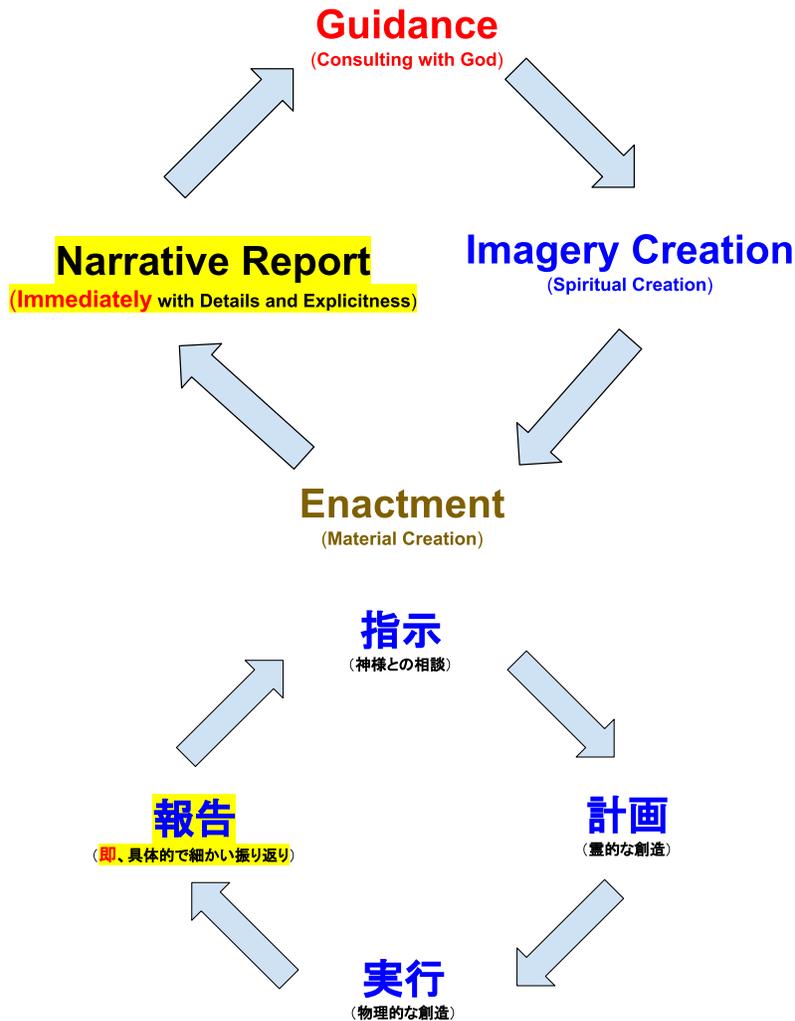
オレンジ: 第1原則
黄色: 第2原則
緑: 第3原則
青: 第4原則
紫: 第5原則

覚え易いように、すべてEで始まっています。まず、第1原則のオーナーシップが核にあります。本当に活動が自分のものになっているかを確認し、優先順位をしっかりと決めます。進歩を可能にするあらゆるものを含んでいるのが第2原則のローカリティーで、それはオーナーシップの核を取り巻いています。実は、ローカリティーを豊かにするだけで、プロジェクトはほとんど成功間違いなしです。しかし、それを豊かにするには熟練が必要で、複数のプロジェクトを重ねていくプロセスで、この原則を充実させることができます。

この2つの原則を取り巻いているのが、厳しい実践の現実で、あらゆる障害が立ちほだかっています。それを最も意味のある形で受け止める態度が第3原則です。7つのPを意識して身につける時に、開かれた心が準備され、最適な学びが起こります。この不可解で複雑な現実との格闘が、他では決して得られない方法で経験値を高めます。

Positive (積極的)、**P**roactive (前向き)、**P**atient (忍耐強い)、**P**eaceful (平静的)、**P**anic-free (パニックにならない)、**P**ercieving (神様や他の人の助けに気づく)、**P**raising (神様の愛と働きをたたえる) が鍵になる7つの態度です。ここで、開かれた心で目を現実のさまざまな局面に向けるときに、次の3つのテクニックが有効です。**M**ental **M**arking (メンタルマークするとは、実践の中でふと気づくことがあります

から、その点にしっかり意識を向けて、記憶に留めることです。その瞬間に、それを言葉にしてみると良いでしょう）、**Focalization**（一定の時間をかけて焦点を当てることで、メンタルマークしたことについてしゃべってみたり、メモしてみたりすることで起こせます）、**Problematization**（前のテクニックをさらに発展させたもので、問題設定にしてみると、頭脳はひとりでの解答を探し始めます）。頭文字の**MFP**で覚えておきましょう。



さて、以上でプロジェクトを成功させるための心構えと基礎的な力が準備されます。次の第4と第5原則はテクニカルなもので、この2つの原則に従うことにより、いわば「パフォーマンスの改善を科学する」営みになります。第4原則で、サイクルを活動の中に作ることで、スムーズで無理のないプロセスを生み出します。知源育のサイクルを自分の期待以上に高めるため、末日聖徒イエス・キリスト教会の神殿でのエンダウメントにヒントを得て、神様をパートナーとします。そのために、サイクルに4つの要素を入れます。**Guidance**（指示）、**Imagery Creation**（計画）、**Enactment**（実行）、**Narrative Report**（報告）の4つです（**GIEN**）。**Guidance**（やるべきことについて神

様と相談します。知と情の両方を駆使して、具体的に祈り、啓示を受けます)、
Imagery Creation (実行に移す前に、祈りながら受けた導きに基づき、計画し、その要点を書き出します。そのように見える化したものが、霊的な創造に当たります。)、
Enactment (その書き出されたプランに沿って実行に移します)、**Narrative Report**
(実行の中で起こったことを細かく振り返り、神様に報告します。神様からの指示を的確に受けるために、具体的で細かい内容を伝えます。) この4つを上手に入れながら実践していると、サイクルは同じ平面上に停まっているのではなく、螺旋階段を上るように限りなく向上します。普段、たいていの人は、そんなに細かいことについてまで、神様に伝えたり、相談したりしないかもしれません。しかし、実行したら、時を置かずに、直ぐに報告することがポイントです。このようにサイクルを進めると、自然と絶えざる進化が起こります。最初はなだらかな坂を上っているようで、すごい変化はすぐには見えてこないかもしれませんが、前向きな態度でしばらく続けてみて、振り返ってみると、見えてくる景色がガラッと変わる、山登りの感覚です。「こんなにできるようになったのか」と思えるようになると、やる気もどんどん出てきます。

第5原則は、ともすると後回しにしたり、忘れてしまう「振り返り」を4つのRを使って「科学する」というレベルにまで高めるのです。**Recording** (記録)、**Reviewing** (復習)、**Reporting** (報告)、**Receiving Feedback** (フィードバックを受ける) がその4要素です。科学が文明の発達の手台になってきたのは、科学する人々のコミュニティがこの4つのRを使って、データを残し、何度も検証し、互に議論し合うことを通して、科学的真理を解明し、それに基づいて知識の体系を築いてきたからです。知源育においては、たとえ断片的でもいいので、時間の許す範囲で記録を残します。それを何度も復習しながら、いろいろな角度から検討します。さらには、まとまった記録をレポートの形でまとめ、その結果を多くの人々に伝えたり、彼らからのフィードバックを受けて自分の理解をより洗練されたものに鍛えるのです。そのプロセスの中で、たくさんの重要なアイデアが生まれ、より確実な成長のための土台が築かれます。

わたしは、多くのプロジェクトを知源育を応用してやってみました。自己啓発のこと、趣味のこと、遊びのことも、人間関係のこともやりました。また集団にかかわることもやりました。リーダーのポジションになくとも集団全体に大きな影響を及ぼすことも知りました。たとえば、わたしが2004年ごろから10年間ほどアメリカの東部のフィラデルフィアに住んだことがあります。教会の南フィラデルフィア支部で知源育を試したことがあります。支部会長はムーンラシーというラオスから来た人で、わたしを顧問に召してくださいました。彼に、支部が発展するように知源育を応用してみないかと尋ねると、すぐに承諾してください、実践が始まりました。1年目はいろいろなアイデアを試しては、その結果を記録しましたが、特に大きな変化は起きませんでした。1年の終わりに、支部長会の二人で2~3回、合計3~4時間もかかったでしょうか、たくさん時間を使って、振り返り、その結果をレポートにまとめ、さらに1枚の用紙に要約して、それを青写真にして、支部の改革を始めたのです。さっそく、それをもとに支部の指導者を訓練し始めました。するとどうでしょう。3か月後には、聖餐会への出

席が50%増加しました。そして、ちょうどその青写真ができておよそ1年たったころ、支部大会が開かれ、ステークからの指導者の数も含めてですが、1年前の出席数の100%増加になっていました。たまたまその時には顧問の役割を与えられていましたが、今になってはやり方がもっと上手になってきたので、指導者の立場になくても、自分の優先順位にかなっていて、祈って神様からの承認が得られれば、同じような結果を出せると思います。そのように、知源育のプロジェクトを多くやっていると、自信もどんどん出てくるので、もっと難しい課題に挑戦できるようになります。



大切なポイントは、よい目標、常に進化する目標を神様の助けを借りながら立て続けること、それを定期的に振り返りながら、記録に残すこと、そしてそれを何度も復習し、ある程度たまったら、時間を十分使って記録をまとめて、レポートにすることです。その時一挙に目の前に新たな進むべき道が見えてきます。それを実行に移すときに奇跡とも思われるすごいことが起こります。わたしは何度もそれを経験してきたので、その大きな変化を「ダイナマイト効果」と呼んでいるほどです。