

# マインドフルネス瞑想と良心の育成

## — 宗教学・脳科学・心理学からの提言 —

Google や Intel などの IT 企業が採用し、ビジネスの世界で広く知られるようになったマインドフルネス瞑想。ビジネスの世界に限らず、様々なストレスにさらされる現代人にとって心のマネージメントは欠かせません。伝統的に宗教が心の問題を扱ってきたことは言うまでもありませんが、近年では、認知行動療法の一つとしてマインドフルネスの効果を評価する脳科学や心理学からのアプローチもあります。

本シンポジウムでは、こうした状況を検証しながら、マインドフルネス (mindfulness) からコンシエンスフルネス (consciencefulness、良心の充満) へと至る道を探ります。シンポジウムの中で、来場者の方々と共にマインドフルネス瞑想を行う時間も予定しています。

入場無料・事前申込不要

● 日時：2016年 **9** 月 **27** 日 (火) 18:30 — 20:30

● 場所：同志社大学 東京オフィス

(東京都中央区京橋2丁目7-19 京橋イーストビル3階)

● 講演：

小原克博 (神学部 教授、  
良心学研究センター長)



貫名信行 (脳科学研究科 教授)

武藤 崇 (心理学部 教授)

■ 共催 同志社大学 実証に基づく心理・社会的トリートメント (WEST) 研究センター

■ 問い合わせ 同志社大学 良心学研究センター

E-mail: rc-csc@mail.doshisha.ac.jp http://ryoshin.doshisha.ac.jp

**CONSCIENCE**

良心を世界に—良心を覚醒させる知の連携と知の実践 良心学研究センターは、現代世界における「良心」を考察し、その応用可能性・実践可能性を探求することを通じて、学際的な研究領域として「良心学」を構築し、さらにその成果を国内外に発信し、新たな学術コミュニティを形成することを目的としています。