

Joan Halifax 老師に学ぶ GRACEのエッセンスと マインドフルネスの未来



このほど、日本GRACE研究会のご厚意により、9月に来日されるJoan Halifax (ジョアン・ハリファックス) 老師に下記のテーマでお話し戴けることになりました。GRACEは、老師自身が開発された、ケアする自分自身のあり方や死生観について体験的に探求する「Being With Dying - 死にゆく人と共にあること」というプログラムを、最新の脳科学や認知科学の成果に基づいてさらに整理し、コンパッション (compassion: 慈悲心・思いやり) に根ざしたケアのあり方を育むために構築されたトレーニングです。皆様もご存知のように、コンパッションはマインドフルネスととても深く関係しています。

そこで、この意義ある機会を本学会の特別研修会として位置づけ、学会員はじめ、この領域にご関心をお持ちの皆様、GRACEのコンパッションについて創始者から直接に学んで戴くとともに、GRACEが提供するワークをご体験戴き、各自のマインドフルネスに関する理解を深めて戴きたいと存じます。

さらに老師は、第14世ダライラマとも親交が深く、またJon Kabat-ZinnやJack Kornfieldらと共にマインドフルネスブームの創生期を支えてこられました。そんな老師から、マインドフルネスの未来に期待することについてもお話を伺いたいと思います。

また、禅僧であり医師であるウェンディ・ラウ氏にも、実際の現場でのGRACEとマインドフルネスの必要性についてお話しいただきます。

ご多忙中とは存じますが、大変貴重な機会となりますので、是非ご参加下さい。

—

・日時：9月21日（木）18時から20時（開場は17時半を予定）

・場所：早稲田大学本部キャンパス 3号館601教室（200席）

<https://www.waseda.jp/fpse/gspes/access/>

・開催形式：対面

☆ 木蔵シャフェエ君子さん（マインドフルリーダーシップインスティテュート理事）が逐語通訳をして下さいます。

・受講費：会員 4,000 円，一般 6,000円 ※2023年度までの会費を納入される場合に限り、会員割引をご利用になれます。また日本GRACE研究会関係者も会員料金となります。

・受講証明書：あり

※研修会後、アンケートにご回答戴きました後、メール添付にてお送りする予定です

・申込方法：Peatix

<https://20230921.jamgrace.peatix.com/>

・お問い合わせ先：日本マインドフルネス学会 本研修会担当理事 伊藤義徳 (jamgrace0921@gmail.com)

主催：日本マインドフルネス学会

共催：日本GRACE研究会