

国際交流基金事業報告

招聘責任者：横田雅弘（国際日本学部）

招聘外国人学識者：重松スティーヴン（スタンフォード大学特任教授）

招聘日時：2015年6月12日～21日

2015年6月12日～21日に、現スタンフォード大学特任教授であり、元東京大学教授の重松スティーヴン氏を招聘しました。6月15日(月)には、中野キャンパス・プレゼンスペースで講演会「スタンフォード大学のマインドフルネス教育」並びに懇親会を公開で開催し、約40人の参加者があり、たいへん盛会でした。また、6月16日(火)には、国際日本学部の授業(担当:横田)「異文化間教育学A」においてゲスト講義「Who is Japanese?」が開講され、60人の学生が参加して活発に議論が展開し、重松先生からは、明治大学の学生はスタンフォード大学の学生に負けないくらい積極的な授業態度で、失礼ながら少し驚きましたとの感想を頂きました。

本報告では、15日の講演会の概要を簡単に紹介します。

アメリカでは、「今」生きているこの瞬間に気づき、それを評価したり判断したりせずに受け止める「マインドフルネス」という生き方が、新しいライフスタイルとして広がっています。「マインドフルネス」は、社会のトレンドとして注目を浴び、革命と呼ばれるほどのムーブメントとなっています。アメリカの大学でもこの流れを受けてマインドフルネスの授業が行われるようになり、新しく学科として設立するところも出てきました。

スタンフォード大学では、2013年に重松先生が中心になって、マインドフルネスの考え方をベースに、自分の感情、社会とのつながり、精神的な成長を目指す「ライフワーク」というプログラムが立ち上がっています。このプログラムでは、自己認識、自己抑制、他者への共感、他者への尊敬、他者と自己の受容、謙虚さ、独創性、感謝などを、生きる上で大切なスキルとしてのマインドフル・インテリジェンスと名付け、重松先生のルーツの一つでもある日本の文化や思想も取り入れながら教えられています。

本講演では、マインドフルネスの概念と米国での動向が説明され、続いて具体的にどのようにスタンフォード大学でマインドフルネス教育が実施されているのかが語られ、参加者も巻き込んだ小グループのセッションも取り入れられて、大変盛況な講演会となりました。